

Manual para la participación ciudadana de las mujeres



INSTITUTO ELECTORAL DEL DISTRITO FEDERAL

Consejero presidente: ISIDRO H. CISNEROS RAMÍREZ
Consejeros electorales: GUSTAVO ANZALDO HERNÁNDEZ
FERNANDO JOSÉ DÍAZ NARANJO
ÁNGEL RAFAEL DÍAZ ORTIZ
CARLA A. HUMPHREY JORDAN
YOLANDA C. LEÓN MANRÍQUEZ
NÉSTOR VARGAS SOLANO

Secretario ejecutivo: OLIVERIO JUÁREZ GONZÁLEZ

REPRESENTANTES DE LOS PARTIDOS POLÍTICOS

PARTIDO ACCIÓN NACIONAL

Propietario: OBDULIO ÁVILA MAYO
Suplente: JUAN DUEÑAS MORALES

PARTIDO REVOLUCIONARIO INSTITUCIONAL

Propietario: MARCO ANTONIO MICHEL DÍAZ
Suplente: GUSTAVO GONZÁLEZ ORTEGA

PARTIDO DE LA REVOLUCIÓN DEMOCRÁTICA

Propietario: MIGUEL ÁNGEL VÁSQUEZ REYES
Suplente: FELIPE PÉREZ ACEVEDO

PARTIDO DEL TRABAJO

Propietario: ERNESTO VILLARREAL CANTÚ
Suplente: ADALID MARTÍNEZ GÓMEZ

PARTIDO VERDE ECOLOGISTA DE MÉXICO

Propietario: ZULY FERIA VALENCIA
Suplente: MAURICIO GARCÍA PARKER

CONVERGENCIA

Propietario: OSCAR OCTAVIO MOGUEL BALLADO
Suplente: HUGO MAURICIO CALDERÓN ARRIAGA

NUEVA ALIANZA

Propietario: ADOLFO ROMÁN MONTERO
Suplente: SARA PÉREZ ROJAS

ALTERNATIVA SOCIALDEMÓCRATA

Propietario: HÉCTOR VÁZQUEZ AGUIRRE

INTEGRANTES DE LOS GRUPOS PARLAMENTARIOS CON REPRESENTACIÓN EN LA ASAMBLEA LEGISLATIVA DEL DISTRITO FEDERAL

PARTIDO ACCIÓN NACIONAL

Propietario: JORGE TRIANA TENA
Suplente: AGUSTÍN CARLOS CASTILLA MARROQUÍN

PARTIDO REVOLUCIONARIO INSTITUCIONAL

Propietario: JORGE FEDERICO SCHIAFFINO ISUNZA
Suplente: MARTÍN CARLOS OLAVARRETA MALDONADO

PARTIDO DE LA REVOLUCIÓN DEMOCRÁTICA

Propietario: JUAN CARLOS BELTRÁN CORDERO
Suplente: ISAÍAS VILLA GONZÁLEZ

NUEVA ALIANZA

Propietario: XIUH GUILLERMO TENORIO ANTIGA
Suplente: GLORIA ISABEL CAÑIZO CUEVAS

COALICIÓN PARLAMENTARIA SOCIALDEMÓCRATA

Propietario: RAÚL ALEJANDRO CUAUHTÉMOC RAMÍREZ
RODRÍGUEZ
Suplente: LEONARDO ÁLVAREZ ROMO

INSTITUTO ELECTORAL DEL DISTRITO FEDERAL

Manual para la participación ciudadana de las mujeres



COMISIÓN DE CAPACITACIÓN ELECTORAL Y EDUCACIÓN CÍVICA

DIRECTORIO

PRESIDENTA

Consejera electoral YOLANDA C. LEÓN MANRÍQUEZ

INTEGRANTES

Consejero electoral ÁNGEL RAFAEL DÍAZ ORTIZ

Consejero electoral NÉSTOR VARGAS SOLANO

Dirección Ejecutiva de Capacitación Electoral y Educación Cívica

Laura Rebeca Martínez Moya

Investigación y desarrollo del contenido: Guadalupe Polo Herrera, subdirectora de Relaciones y Proyectos Interinstitucionales, y los directores de Capacitación Electoral, Educación Cívica y Geografía Electoral:

Katia Miroslava Cruz Velázquez,
Gabriela Narváez Ovando,
María Guadalupe Martínez Peña,
José Juan Guerrero Galeana,
Antonia Tapia Gómez,
Inés Guadalupe Hernández Ramírez,
Elsa Cristina Gutiérrez Torres,
Alfredo López González,
Víctor del Valle Rosas,
Leonel Soto Aguilar,
Fidel Emilio Tapia Sosa,
Luis Manuel García García,
Janet Oliva Gómez Antuña,
Nora Cristel Rodríguez Paisano,
Edmundo Esquivel Revilla,
Alberto Padilla Reyes,
María de la Paz Rodarte Reyes,
Francisco Macías Navarro,
Miguel Álvarez Manzano,
Jesús Alberto López Moreno.

Coordinación general: Cecilia Rivadeneyra Pasquel, directora de Difusión y Producción de Materiales

Editor: Valentín Almaraz Moreno, subdirector de Diseño y Producción de Materiales

Corrección de estilo: Nilda Iburguren, técnica especializada "A"

Diseño y formación: Susana Cabrera, jefa del Departamento de Diseño y Producción

D.R. © Instituto Electoral del Distrito Federal

Dirección Ejecutiva de Capacitación Electoral y Educación Cívica

Huizaches 25, colonia Rancho Los Colorines, delegación Tlalpan, 14386 México, D.F.

www.iedf.org.mx

2da. reimpresión de la primera edición, septiembre de 2008

Impreso y hecho en México

Ejemplar de distribución gratuita, prohibida su venta.

Manual para la participación ciudadana de las mujeres

Índice

PRESENTACIÓN	11
1. MODELO DE FORMACIÓN CIUDADANA PARA MUJERES	15
1.1 Papel de los promotores de educación cívica	17
1.2 Perfil psicológico de las mujeres adultas	17
1.3 Pedagogía para la formación ciudadana	18
1.4 Constructivismo y aprendizaje significativo	18
1.5 Recursos didácticos	19
TALLERES DE FORMACIÓN CIUDADANA PARA MUJERES	21
2. TALLER “DERECHOS CIVILES Y POLÍTICOS”	21
2.1 El <i>Yo individual</i> y el <i>Yo social</i>	23
2.2 Mujeres: sujetos de derechos	23
2.3 La autoestima de las mujeres	24
2.4 Los derechos civiles y políticos de las mujeres	24
2.5 El ejercicio de los derechos civiles y políticos	25
2.6 Programa de actividades para el taller	28
2.7 Objetivos del taller	28
2.8 Temas a desarrollar	29
2.9 Mensajes clave a transmitir	29
2.10 Descripción de contenidos	29
2.11 Sugerencias didácticas	30
2.12 Evaluación	30
2.13 Organización del taller	30
2.14 Carta descriptiva	32
2.15 Descripción de dinámicas	32
3. TALLER “CIUDADANÍA Y MUJERES EN EL DISTRITO FEDERAL”	35
3.1 Construcción del término <i>ciudadanía</i>	37
3.2 La dimensión integral de la ciudadanía	37
3.3 El desarrollo histórico de la ciudadanía de las mujeres en México	38
3.4 Conocimientos y habilidades para el ejercicio de la ciudadanía	41
3.5 Hacia una ciudadanía activa	44
3.6 Programa de actividades para el taller	45
3.7 Objetivos del taller	45
3.8 Temas a desarrollar	45



3.9	Mensajes clave a transmitir	46
3.10	Descripción de contenidos	46
3.11	Sugerencias didácticas	47
3.12	Evaluación	47
3.13	Organización del taller	47
3.14	Carta descriptiva	50
3.15	Descripción de dinámicas	51
4.	TALLER “AUTOESTIMA Y PARTICIPACIÓN CIUDADANA”	55
4.1	La importancia de la autoestima	57
4.2	Concepto de autoestima	57
4.3	¿Cómo se construye la autoestima?	57
4.4	Autoestima de la mujer	58
4.5	La autoestima y su repercusión en el ámbito social	58
4.6	Del espacio privado al público: el ejercicio de la ciudadanía	59
4.7	Participación ciudadana	59
4.8	Participación político-social de la mujer en México	60
4.9	Participación en el Distrito Federal	61
4.10	Programa de actividades para el taller	61
4.11	Objetivos del taller	62
4.12	Temas a desarrollar	62
4.13	Mensajes clave que se deben transmitir	62
4.14	Descripción de contenidos	63
4.15	Sugerencias didácticas	63
4.16	Evaluación	63
4.17	Organización del taller	63
4.18	Carta descriptiva	65
4.19	Descripción de dinámicas	66
5.	TALLER “MUJER: CIUDADANÍA Y DERECHOS”	69
5.1	Mujer y ciudadanía	71
5.2	Mujer y derechos sexuales y reproductivos	72
5.3	El ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos en México	74
5.4.	Programa de actividades para el taller	77
5.5	Objetivos del taller	77
5.6	Temas a desarrollar	78
5.7	Mensajes clave a transmitir	78
5.8	Descripción de contenidos	78
5.9	Sugerencias didácticas	79
5.10	Evaluación	79
5.11	Organización del taller	79
5.12	Carta descriptiva	81
5.13	Descripción de dinámicas	82
6.	TALLER “LOS VALORES DEMOCRÁTICOS EN LA PAREJA”	87
6.1	La pareja y sus componentes	89

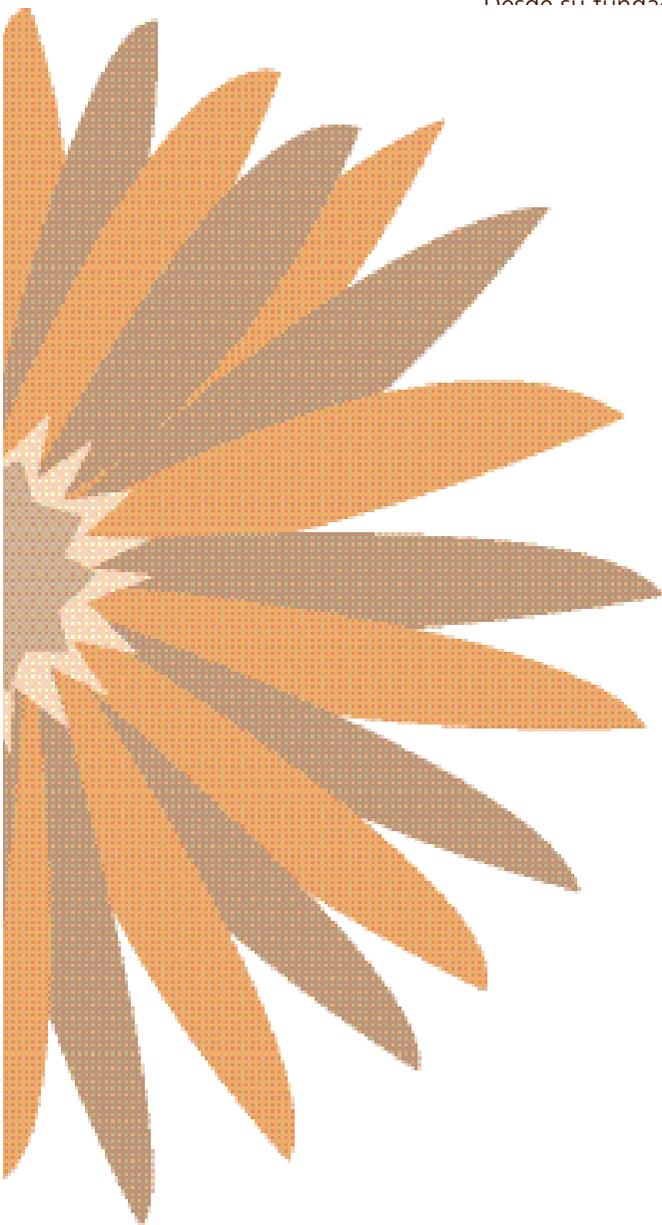
6.2	La pareja y los factores comunes de fricción entre sus integrantes	89
6.3	Las expectativas personales depositadas en el otro	90
6.4	Problemas en la comunicación	90
6.5	Tipos de pareja	91
6.6	La pareja democrática	92
6.7	Programa de actividades para el taller	94
6.8	Objetivos del taller	94
6.9	Temas a desarrollar	94
6.10	Mensajes clave a transmitir	95
6.11	Descripción de contenidos	95
6.12	Sugerencias didácticas	96
6.13	Evaluación	96
6.14	Organización del taller	96
6.15	Carta descriptiva	99
6.16	Descripción de dinámicas	100
7.	TALLER “LA DEMOCRACIA EN LA FAMILIA”	107
7.1	Familia, democracia y participación ciudadana	109
7.2	Valores de la democracia	110
7.3	Democracia en la familia	110
7.4	Actividades para el taller	111
7.5	Objetivos del taller	111
7.6	Temas a desarrollar	112
7.7	Mensajes clave a transmitir	112
7.8	Descripción de contenidos	112
7.9	Sugerencias didácticas	112
7.10	Evaluación	113
7.11	Organización del taller	113
7.12	Carta descriptiva	114
7.13	Descripción de dinámicas	118
	GLOSARIO	121

Presentación

Desde su fundación, el Instituto Electoral del Distrito Federal (IEDF) ha diseñado y puesto en diversas acciones para la promoción y el desarrollo de la cultura democrática en diferentes grupos de población de la Ciudad de México. Uno de estos sectores prioritarios que han enriquecido el debate sobre su participación política y su natural incidencia en los ámbitos social y político es indudablemente el de las mujeres.

Consecuente con el mandato de contribuir al desarrollo de la vida democrática, y convencido de que para ésta es fundamental la participación de la mujer, el IEDF ha establecido un programa de atención de este sector que busca fortalecer a la mujer como sujeto social consciente de sus derechos, obligaciones y capacidades para incidir en su entorno comunitario.

El manual para la participación ciudadana de las mujeres constituye una síntesis de experiencias. Es un instrumento didáctico, resultado de un trabajo colectivo que reúne las ocupaciones de las mujeres de nuestra ciudad capital y busca proveerlas de herramientas para enfrentar las problemáticas que viven cotidianamente.





El Manual propone seis diferentes talleres que propician espacios lúdicos donde las mujeres participantes son las protagonistas de una experiencia educativa que impulsa la vivencia de aprender nuevos conocimientos y en donde se generan procesos de aprendizaje a partir de sus experiencias de vida.

En el taller “Derechos civiles y políticos” se valora la percepción en torno al autorreconocimiento y la autoestima, y en el plano social se reflexiona sobre la importancia del ejercicio de los derechos para fortalecer la ciudadanía con prácticas democráticas en la vida cotidiana.

Por su parte, el taller “Ciudadanía y mujeres en el Distrito Federal” tiene como objetivo que las mujeres reconozcan los espacios en los que pueden ejercer su ciudadanía y que reflexionen acerca de la importancia de su ejercicio en la interacción familiar, en la escuela y en su comunidad.

En el taller “Autoestima y participación ciudadana” se fomenta la participación ciudadana de las mujeres a partir de la reflexión sobre su valor como personas y su papel en el espacio privado y en el espacio público.

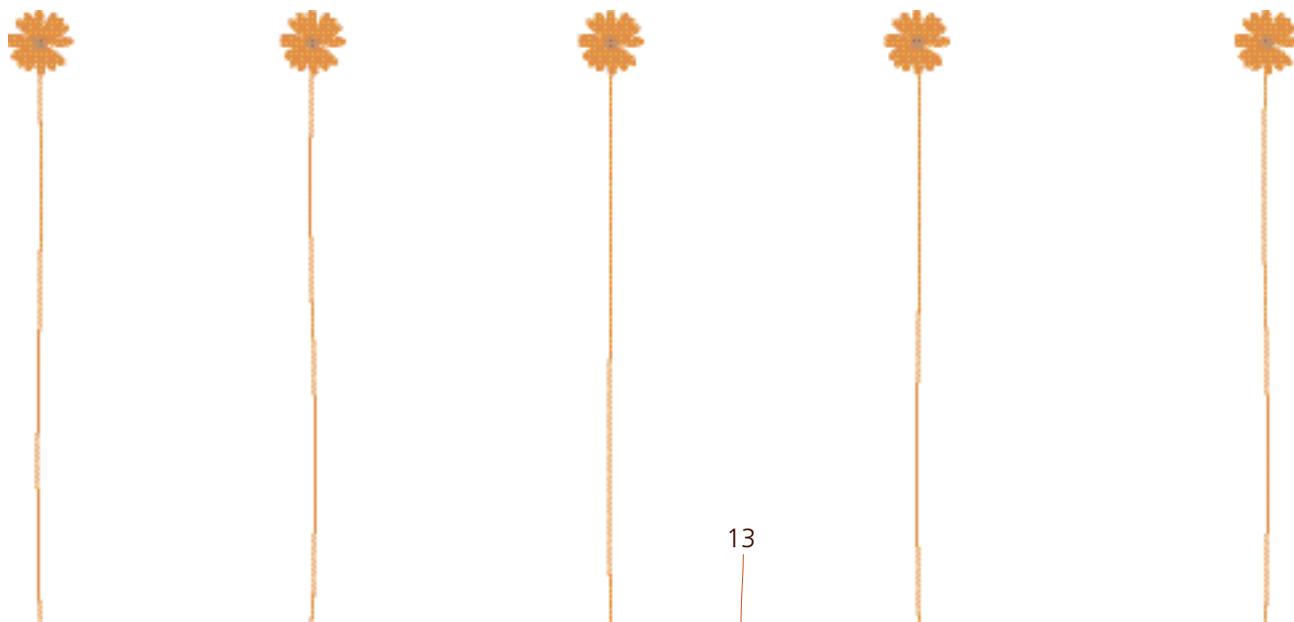
El taller “Mujer: ciudadanía y derechos” motiva a las participantes a la reflexión conjunta en torno a su práctica ciudadana a partir del concepto de ciudadanía integral, donde los derechos sexuales y reproductivos constituyen un elemento del ejercicio ciudadano de la mujer.

En el taller “Los valores democráticos en la pareja” las participantes conocen y practican los valores democráticos para el mejoramiento de la convivencia en pareja.

Y por último, el taller “La democracia en la familia” propicia que las participantes identifiquen acciones concretas que les permitan implementar prácticas democráticas en su familia y en su comunidad.

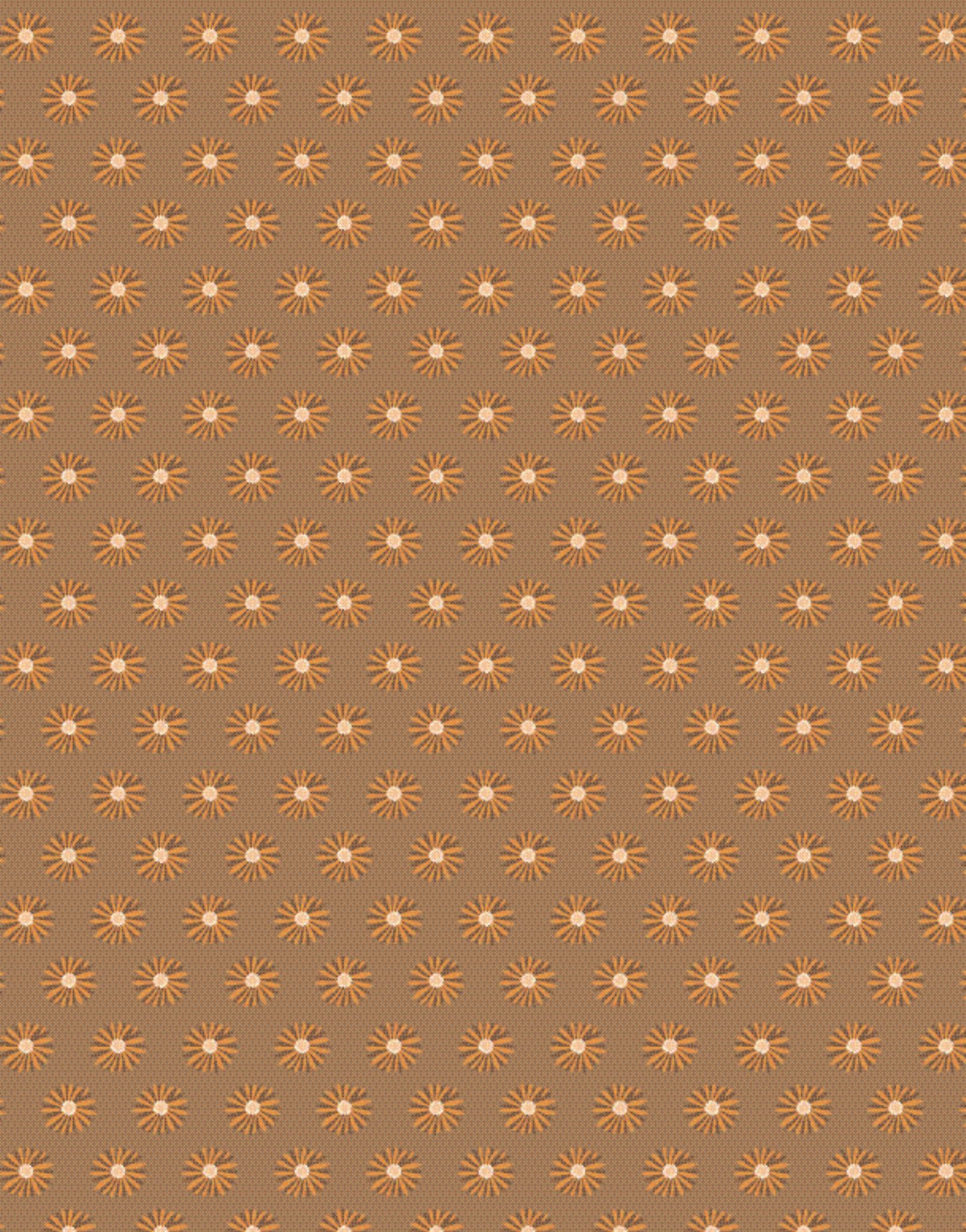
Los talleres en su conjunto impulsan una construcción colectiva del conocimiento basada en las experiencias previas de las participantes. Las mujeres son las que opinan y toman la palabra en un espacio de confianza y respeto mutuo, es decir, se rescatan los saberes previos para construir nuevos significados.

Este manual pretende constituirse en un instrumento didáctico que apoye el trabajo que desarrollan todas aquellas instituciones públicas y organizaciones civiles cuya preocupación fundamental es la construcción ciudadana a partir del trabajo directo con este grupo de población.





MODELO DE FORMACIÓN CIUDADANA PARA MUJERES



1.1 Papel de los promotores de educación cívica

En el taller participarán dos actores: por un lado, el grupo de mujeres al que se pretende transmitir información útil; por otro, los promotores o guías. Las mujeres participantes serán las protagonistas de esta experiencia educativa, pues harán suya la vivencia de conocer y aprender algo nuevo. Los promotores, por su parte, fungirán como facilitadores y motivadores para detonar reflexiones entre los grupos de trabajo.¹

La tarea de los promotores es fundamental ya que, al ser guías, deberán ser capaces de entender y actuar en situaciones diversas y encontrar mecanismos que permitan ir articulando nuevos consensos. Descalificar, discriminar o imponer opiniones son prácticas que no tendrán cabida en el taller, donde se buscará crear un clima respetuoso y generador de confianza hacia las participantes, siempre en un ambiente congruente con los valores básicos de una convivencia democrática.

1.2 Perfil psicológico de las mujeres adultas

El desarrollo de todo individuo hasta alcanzar la edad adulta abarca la maduración en dos aspectos: el cognitivo y el moral.²

En el aspecto cognitivo, los adultos son capaces de pensar, reflexionar, comprender, contextualizar e interiorizar conocimientos que les ayuden a resolver problemas personales y sociales para mejorar su calidad de vida.

Un adulto tiene la capacidad de sintetizar pensamientos, emociones, experiencias contradictorias en un todo y buscar la integración de alternativas. Los adultos poseen experiencia, manejan datos de la memoria y las vivencias. Las destrezas verbales, espaciales y relacionales nacen del reconocimiento y/o deducción de informaciones previas.

En el aspecto moral, el individuo pasa de la heteronomía (apego a la norma que viene del exterior sin tener un

juicio propio) a la autonomía, donde desarrolla su capacidad para autogobernarse y determinar su propia conducta, lo que significa ser dueño de sí mismo y expresarlo en el ejercicio de su libertad.

En términos pedagógicos, para alcanzar dicha autonomía se requiere el proceso de formación moral, que abarca varios aspectos: el autoconocimiento (construcción y valoración del yo), el conocimiento de los demás (capacidad empática), el juicio ético (razonar sobre diversos problemas y dilemas), las habilidades dialógicas (capacidad de intercambiar opiniones y razonar sobre otros puntos de vista y el propio), la comprensión crítica (adquirir información y contrastarla), la toma de conciencia (habilidades metacognitivas que permitan conceptualizar y regular procesos cognitivos, conductuales y emocionales) y la autorregulación (coherencia entre el juicio y la acción); todo ello hace que el individuo viva su realidad y no sea indiferente a los problemas de los otros, pues éstos se empiezan a ver como propios.

Es por eso que un ciudadano será aquella persona no sólo receptora de derechos, sino también un actor y un sujeto de deberes. Para entender un poco más el proceso mediante el cual se alcanza la autonomía moral, imprescindible siempre en el individuo, es importante atender la secuencia siguiente.

En las primeras etapas de su vida, el individuo comienza por reconocer los propios principios y comportamientos; en un segundo momento, se le presenta la elección de los propios principios y comportamientos, tomando en cuenta las consecuencias de sus actos; por último, actúa de acuerdo con los propios principios.

Sin embargo, en todo esto lo más importante es que el adulto posee la capacidad de propiciar reflexiones donde combina los dos aspectos, el cognitivo y el moral, lo cual implica aprender a utilizar conjuntamente la inteligencia, las emociones y los valores, para poder decidir lo que se quiere. La reflexión propicia saber distinguir entre hechos y valores, entre una intención justificada y otra que no lo es, así como identificar prejuicios y falta de lógica.

El desarrollo de la reflexión será uno de los recursos más importantes de los que se echará mano para potenciar la participación de las mujeres en el taller y propiciar un análisis de su propio entorno. La reflexión será la herramienta mediante la cual las mujeres “salgan” de su práctica ruti-

¹ Juan Sáez y Andrés Escarbajal, “Características pedagógicas de la promotora”, en *La educación de personas adultas: en defensa de la reflexión crítica*, España, Amarú, 1998, pp. 88-129 y 176.

² María Rosa Buxarrais et al., *La educación moral en primaria y en secundaria. Una experiencia española*, México, Secretaría de Educación Pública (Biblioteca Normalista), 1997, p. 62.



naria, ya que no siempre son conscientes del valor de sus trabajos cotidianos, proceso que sería importante realizar para que identifiquen formas de proceder, procesos de pensamiento y actitudes que son expresados pero poco observados.

1.3 Pedagogía para la formación ciudadana

El Modelo de Formación Ciudadana para Mujeres expresado en este manual se apoya en la postura pedagógica constructivista, en la cual se busca que las personas generen procesos de aprendizaje a partir de sus experiencias de vida.

Esta corriente psicológica considera que el conocimiento no es una copia de la realidad, sino una construcción del ser humano que depende de los conocimientos previos o de la representación que se tenga de la nueva información, así como de la actividad o tarea a resolver.

Con un modelo de formación basado en el constructivismo, se desarrollarán aprendizajes que conduzcan a procesos internos autoestructurantes, donde lo aprendido sea producto de la reorganización interna de esquemas que propicien el conflicto entre lo que ya se sabe y lo que se debería saber.

En el proceso de formación se buscará generar aprendizajes significativos, en los que las participantes relacionen la nueva información con los conocimientos y experiencias previos y familiares que ya poseen en su estructura de conocimientos. De ahí que la participación, la discusión, el intercambio de experiencias y reflexiones personales y grupales serán factores clave para lograr un proceso formativo eficaz.

Asimismo, a fin de despertar interés en las participantes, se requerirá desarrollar un trabajo vivencial que las motive y les permita observar su realidad de manera analítica.

Es común que las mujeres tengan una rutina de vida con horarios y espacios determinados (preparar alimentos, atender hijos, lavar, planchar, etc.), y es probable que carezcan del tiempo suficiente para observarla y que no puedan reconocer con facilidad si existen en ella formas de convivencia democrática.

Asimismo, será importante romper con el mito de que por ser adultas ya no pueden aprender algo nuevo, puesto que, basándonos en el juicio crítico, las personas decidimos

cuándo dejamos de aprender y cuándo continuamos este proceso. Será importante tener presente que, como seres inacabados, las personas siempre cuentan con la posibilidad de aprender algo, y qué mejor que lo aprendido contribuya al propio desarrollo. Por ello, si se poseen las facultades intelectuales, es importante continuar desarrollándolas y utilizarlas para seguir creciendo.

1.4 Constructivismo y aprendizaje significativo

El aprendizaje significativo busca aportar nuevos saberes a los que ya posee la persona. Para ello es importante asociar la nueva información con una situación o experiencia previa para que se produzca una interacción de conceptos e ideas, y de esta forma se asimile de manera eficaz.³

Por ejemplo, si el tema abordado en algún taller se refiere a los diferentes papeles de la mujer, será más fácil la reflexión si se recuperan ejemplos de las distintas funciones o actividades que ella desempeña, y a partir de esto se exponen, recuperando primordialmente las experiencias de vida.

Los talleres se basarán en el manejo de referentes significativos, con el fin de eliminar los aprendizajes memorísticos que pueden ser más difíciles de retener. En este mismo sentido, es importante contextualizar la información, que será más fácil de aprender si se vincula con la cotidianidad de las mujeres.

De allí que sea recomendable no exponer situaciones ajenas, sino aquellas que reflejen sus vivencias, identificando las maneras y los medios para enfrentarlas, buscando salidas próximas, viables y sencillas.

Para ello se sugiere generar procesos formativos hacia las mujeres atendiendo cinco pasos:

1. Identificación de lo que se sabe

Partir de lo que ya se sabe implica dar la confianza a las mujeres para que expresen lo que conocen y han aprendido a lo largo de su vida. Por eso es importante una actitud abierta, receptiva y respetuosa por parte de los promotores, para motivar la participación y la libertad de expresión

³ Instituto Electoral del Distrito Federal, *Guía del instructor*, México, IEDF, 2003, pp. 17-19.

de las participantes; el principio básico es: “todas tienen algo que decir y es importante escucharlo”.

2. Afirmación, ampliación o rectificación de los conocimientos

Las mujeres adultas ya poseen conocimientos acumulados a lo largo de su vida; es importante que rescaten entre sus experiencias aquellas en las que se identifican aprendizajes, favorables o no; de ahí la posibilidad de ampliarlos o rectificarlos sin partir de cero.

Para ello se requiere de las participantes una actitud abierta y receptiva, ya que si un individuo cierra su mente al pensar que todo lo sabe y que es perfecto, poco se podrá abrir a la posibilidad de continuar formándose. Se parte de la idea de que el ser humano es un ser inacabado e imperfecto por naturaleza. Generar cambios favorables en la persona es una oportunidad que se construye para ayudarla a mejorar.

3. Confirmación de lo aprendido

Consiste en construir un espacio de retroalimentación, de intercambio de experiencias que permita escuchar la forma en la que se está asimilando la información e identificar si hay dudas sobre algún mensaje que no está siendo claro.

4. Interiorización y asimilación de lo aprendido

Cuando una información se transmite con palabras accesibles, se genera un proceso de asimilación. De allí que sea importante escuchar e identificar la apropiación del nuevo conocimiento.

5. Expresión de lo aprendido

Confirmar lo aprendido no tiene por objeto calificarlo o descalificarlo, sino corroborar que la información compartida se ha entendido adecuadamente, que se está incorporando correctamente y que puede expresarse.

Por otro lado, es importante no sobredimensionar las expectativas de los talleres, ya que no se pretende cambiar las condiciones de vida de las mujeres de un momento a

otro, sino aportar herramientas que las ayuden en su interacción con el entorno cotidiano.

1.5 Recursos didácticos

Puesto que el elemento lúdico es un recurso importante que permite que el individuo tome y forme parte del aprendizaje de manera activa –en cuanto actúa, juega, opina, crea y pone a trabajar todos sus sentidos–, así también lo vivencial permite que el sujeto haga uso de aprendizajes ya asimilados y experimentados, que los correlacione y utilice nuevamente. Por eso, para poder explotar al máximo la experiencia de vida de las mujeres y sus saberes cotidianos, las actividades en los talleres tendrán un corte vivencial.

El juego es un recurso que en sí mismo es grato y relajante para quien lo practica. El juego es ese espacio que de manera informal crea las condiciones de interacción, integración y de reglas, pero que también, paralelamente, genera el “rompimiento de hielo”, aun entre quienes no se conocen.

El juego es considerado una estrategia educativa que favorece el progreso cognoscitivo, afectivo e intelectual a través del proceso de enseñanza-aprendizaje. Por lo general, está asociado a un intercambio de ideas y experiencias en el que se desarrollan procesos psíquicos, acompañados en ocasiones del progreso de facultades psicomotrices. Es repetitivo, placentero, y tiene como finalidad acciones lúdicas. Es factor de socialización y de procesos motivacionales.

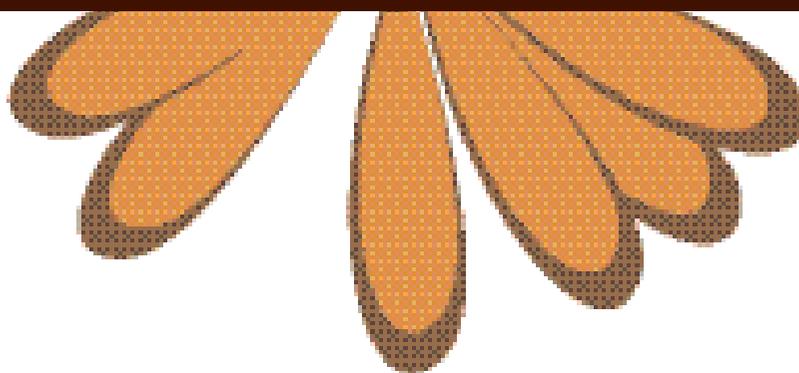
De manera que, al echar mano de este recurso, se generará un proceso de formación que será experimental y explotará al máximo las experiencias de vida, a fin de enriquecerlas de manera individual y colectiva.



TALLERES DE FORMACIÓN CIUDADANA PARA MUJERES



TALLER “DERECHOS CIVILES Y POLÍTICOS”



2.1 El Yo individual y el Yo social

El ser mujer es una construcción social y cultural que determina roles y funciones a desempeñar en la sociedad. De ahí la importancia de revisar los componentes *Yo en lo individual* y *Yo en lo social*, a fin de evidenciar cómo se interrelacionan en la concepción del ser mujer.¹

Todo ser humano, cuando actúa, se mueve en un contexto, en un marco en el que las acciones humanas tienen un sentido y un significado. De modo que el ser humano es un ser social que actúa en relación y en respuesta a alguien o algo más que le atañe.

La persona es un ser que parte de los otros, al grado de que esos otros, que conforman un grupo social, le proporcionan modelos de identificación, lenguaje, normas y valores, y le brindan la posibilidad de construir su autoimagen e identidad. Así, sucesiva y permanentemente, seguirá necesitando de los demás para confirmar, aceptar, ratificar y convalidar esos dos elementos.

Por eso ambos ejes, el individual y el social, se retroalimentan, afectan e interrelacionan de manera tan directa. En el trabajo con las mujeres, si se tiene un desequilibrio en lo individual (autovaloración negativa, problemas de convivencia significativos con los demás, etc.), forzosamente se afectará el otro elemento, al existir entre ellos un vínculo tan estrecho.

En los talleres se llevará a cabo una revisión de ambos componentes y de su incidencia en el actuar cotidiano. En el plano individual, se valorará la percepción en torno al autorreconocimiento y la autoestima, se indagará la manera de asumirse como sujetos de derechos civiles y políticos, además de conocer en qué consisten éstos. En el plano social, se reflexionará sobre la importancia del ejercicio de los derechos para fortalecer la ciudadanía y complementar dicho fortalecimiento con prácticas democráticas en la vida cotidiana.

La revisión de estos dos ejes permitirá vislumbrar de manera más clara la complejidad del *ser mujer* y potenciará las capacidades de las mujeres como sujetos sociales.

¹ Telma Barreiro, *Trabajos en grupo*, España, Novedades Educativas, 1999, p. 35.

2.2 Mujeres: sujetos de derechos

La presencia de las mujeres en la vida pública de la sociedad mexicana tiene sus inicios en 1904, cuando se creó la Sociedad Protectora de la Mujer, formada por mujeres que fueron miembros de partidos de oposición al oficial.²

Hacia 1916 y 1923 se realizaron dos congresos feministas en Tabasco y Yucatán, donde por primera vez se discutieron los derechos que el gobierno debía reconocer a las mujeres mexicanas.

Sin embargo, después de mantenerse una política discriminatoria hacia las mujeres, en 1953 se establecieron las bases jurídicas para su participación política. En ese año se reconoció constitucionalmente el derecho al voto de la mujer, mientras que en otros países esto se hizo desde principios de siglo.

En México, el derecho al sufragio femenino fue producto de la intervención de diversos actores y sucesos que impulsaron el reconocimiento de la personalidad jurídica de la mujer, como es el caso del Frente Unido pro Derechos de las Mujeres, por mencionar alguno.

Para 1975 se establece en el Artículo 4º constitucional que existe igualdad jurídica entre hombres y mujeres. Esta igualdad ha hecho posible que, sin distinción de género, las mujeres puedan acudir a emitir su voto al igual que los hombres y ser respaldadas por todas las leyes, entre otros beneficios.

El hecho de que las mujeres fueran reconocidas permitió que se posicionaran como actores sociales y que, como tales, promovieran y demandaran permanentemente mayor igualdad y equidad, como lo hizo en su tiempo la Coordinadora Nacional del Movimiento Urbano Popular (Conamup), que desde 1981 agrupó a mujeres que lucharon por la gestión y demanda ante autoridades para conseguir servicios básicos, vivienda y alimentación, logrando crear redes de apoyo regionales y locales.

De esta forma, las mujeres han logrado ganar espacios como actores sociales, económicos y políticos, y las instituciones de gobierno diseñen políticas públicas y programas

² Itziar Lozano et al., *Entender la vida de otra manera / Cuaderno de trabajo para promotoras*, Ciudadanas en Movimiento por la Democracia-Instituto de las Mujeres del Distrito Federal, México, 2002, pp. 159-160.



con enfoque de género que atiendan específicamente sus necesidades, como es el caso de la creación del Instituto Nacional de la Mujer y de las comisiones de Equidad y Género en el Congreso de la Unión.

En el ámbito del Distrito Federal, en 1998 se creó el Programa para la Participación Equitativa de la Mujer (Promujer), que hoy en día se llama Instituto de las Mujeres del Distrito Federal (Inmujeres) y cuenta con centros de atención en cada delegación de esta entidad.

2.3 La autoestima de las mujeres

La forma en que todo individuo se autorreconoce es importante, porque en ello deposita el valor de sí mismo. El tener una autovaloración, negativa o positiva, determinará la forma en la que la persona interactúe y se desenvuelva en distintos espacios y con diferentes personas.³

Por autoestima se entiende la suma de confianza y el respeto de sí misma(o). Es el conocimiento, concientización y práctica de todo el potencial del ser humano. En la autoestima se encuentra el autoconocimiento, el autoconcepto, la autoevaluación, la autoaceptación y el autorrespeto, es decir, se trata de un concepto amplio y complejo.

Cuando se tiene una autoestima alta y positiva, la persona vive, comparte e invita a la integridad, la honestidad, la responsabilidad, la comprensión, el amor y el respeto. Siente que es importante, confía en su propia competencia y tiene decisiones propias.

La autoestima no significa un estado de éxito constante, sino más bien la identificación de las propias limitaciones y debilidades, sentir orgullo por las habilidades y capacidades. Cuando alguien con autoestima alta enfrenta situaciones difíciles, las asume como retos de los cuales saldrá más fortalecido.

Quienes poseen una autoestima baja piensan que no valen nada o que valen muy poco, son personas que frecuentemente piensan que serán engañadas o menospreciadas. A menudo son apáticas, indiferentes y desconfiadas, y tienen actitudes de ansiedad, miedo, agresividad y rencor. Ese mismo temor es el que evita que se arriesguen en la búsqueda

de nuevas alternativas o soluciones a sus problemas.

Asimismo, existen sentimientos adversos que actúan en contra y que más que fortalecer, debilitan la autoestima, por ejemplo, la frustración, la inseguridad, la dependencia y la desconfianza, por mencionar algunos.

Ahora bien, la percepción que tiene un individuo de sí mismo se nutre a su vez de la valoración que hacen de su persona otras personas importantes para él, como es el caso de los padres, los profesores, la pareja, etcétera.

Para trabajar la autoestima baja, que actúa de manera adversa para la persona, se sugiere que ésta aprenda a aceptarse para ubicar habilidades, capacidades, fallas y debilidades, y comience por poner metas alcanzables para generar actitudes positivas. Esto le permitirá tener confianza y seguridad en sí misma.

De ahí que sea tan importante revisar cómo se encuentra la autoestima de las mujeres y si realmente se asumen como personas con derechos y con la capacidad de ejercerlos.

2.4 Los derechos civiles y políticos de las mujeres

Los derechos humanos son inherentes a toda persona y son indispensables para el desarrollo integral de cualquier individuo. Los derechos humanos se clasifican en civiles, políticos, culturales y sociales. Este taller se abocará a los civiles y políticos, porque son materia de interés para el IEDF.

2.4.1 Derechos civiles

Los derechos civiles tienen relación con la libertad individual; anteceden a los derechos políticos, sociales y culturales, ya que procuran el reconocimiento de la autonomía personal como condición de la dignidad humana.⁴ Estos derechos son:

Libertad de conciencia. Libertad en cuanto a creencias, ideas, valores y convicciones; implica que cada persona debe tener su propio juicio y razonar por sí misma aquello que le concierne directamente. Nadie puede imponer sus propios valores ni convicciones a otro.

³ Ll. Carreras et al., *Cómo educar en valores. Materiales, textos, recursos, técnicas*, Madrid, Narcea, 1995, pp.127-128.

⁴ Ronda Ciudadana, *Derechos civiles de las mujeres en reclusión*, México, 2003, pp. 9-21.

Libertad de expresión. Todos tenemos la posibilidad de manifestar en público nuestras ideas y convicciones. El límite de esta expresión es el respeto a la integridad y dignidad de los demás.

Libertad de asociación. Libertad para organizarse, reunirse y formar asociaciones de acuerdo con la manera de pensar individual. El límite de este derecho es que no está permitido asociarse con el propósito de dañar a alguien, de imponerse ni de coaccionar a otros.

Igualdad ante la ley. La ley no es discriminatoria para nadie; sin importar el género, la pertenencia étnica, la posición económica, todos estamos obligados de la misma manera a cumplir con la ley, y a todos nos protege por igual.

Igualdad de derechos. Los derechos individuales se fundan en la condición humana; ninguna diferencia económica, étnica, biológica o cultural justifica privilegios, fueros o derechos privativos.

Derecho a la intimidad y a la privacidad. Ni la autoridad pública ni otra institución social (iglesia, corporación, etc.) pueden de ningún modo intervenir en las decisiones que corresponden a la vida íntima: vínculos emocionales, prácticas sexuales, etcétera.

2.4.2 Derechos políticos

Los derechos políticos son aquellos que garantizan a todo individuo el participar políticamente en la sociedad. Estos derechos vinculan al individuo con el Estado y tienen la finalidad de garantizar su participación en la elaboración de las leyes que rigen la vida social.

Los derechos políticos son los siguientes:

Derecho a la manifestación, representación y petición. Todos los hombres y mujeres por igual, tienen derecho a expresar sus opiniones, a representarlas y a demandar el respeto y el reconocimiento a las mismas.

Derecho a votar y ser votado. Se tiene el derecho y la obligación de votar en procesos electorales y de participación

ciudadana, y también de participar para algún cargo de elección popular.

Cabe mencionar que así como existen los derechos, también existen las obligaciones, ya que constituyen el binomio que permite delimitarlos y no dañar en su ejercicio a terceros.

El *Código Electoral del Distrito Federal* establece como derechos político-electorales de todos los ciudadanos y ciudadanas los siguientes:

- ✿ Votar en las elecciones y en los procesos de participación ciudadana.
- ✿ Asociarse individual y libremente para participar en forma pacífica en los asuntos políticos del Distrito Federal a través de una asociación política.
- ✿ Participar como observador en todas las etapas de los procesos electorales y de participación ciudadana.
- ✿ Ser votado para todos los cargos de elección popular en el Distrito Federal.

Entre las obligaciones que establece el Código se cuentan:

- ✿ Votar en las elecciones.
- ✿ Desempeñar las funciones electorales para las que sea designado.
- ✿ Inscribirse en el padrón electoral de acuerdo con su domicilio, notificar a la Dirección Ejecutiva del Registro Federal de Electores los cambios de domicilio que realice, obtener la credencial para votar con fotografía y notificar cualquier error que contenga la credencial para votar con fotografía.
- ✿ Desempeñar los cargos de elección popular en el Distrito Federal.

2.5 El ejercicio de los derechos civiles y políticos

2.5.1 Ciudadanas y ciudadanos en igualdad política

La igualdad a la que se refiere este apartado es una igualdad que va más allá de todas las diferencias de color de piel, rostro, formas de pensar y de ser. Es una igualdad que se sustenta en la dignidad humana, en la condición de ser



persona, razón suficiente para que se reconozca como tal en términos jurídicos.

Por el hecho de ser persona, el individuo posee derechos que lo amparan y lo protegen de todo aquello que atente contra su integridad. En ese aspecto no hay distinción alguna, y esos derechos son inherentes a cualquier persona.

La igualdad a la que nos referimos es la política, la que permite que toda persona, en este caso mayor de 18 años y poseedora de la categoría de ciudadana, pueda participar y formar parte de la vida pública de su sociedad. Sus derechos civiles y políticos se lo permiten y la legitiman para hacerlo.

El poseer igualdad legal permite la igualdad en derechos y obligaciones. Así, el derecho a votar es igual para todos los hombres y mujeres: vale lo mismo el voto de la mujer indígena que el de la mujer empresaria o el de la presidenta municipal de algún lugar. Es decir, este marco legal coloca a las mujeres en igualdad de condiciones políticas, respecto no sólo de otras mujeres, sino frente a los hombres.

Hablar de igualdad política es necesario e importante, puesto que es una condición que permite los equilibrios sociales y políticos. Es decir, más allá del género, la raza, el color y la condición económica, todos los individuos son iguales ante la ley.

De modo que si las ciudadanas mexicanas cuentan con una condición de igualdad política, es deseable que tomen un papel activo en la sociedad y sean actores sociales con derecho de voz y voto, ya que no existe restricción alguna para que puedan convertirse en representantes populares, constituyan agrupaciones para incidir en diversos ámbitos en pro del beneficio social, emitan su opinión en torno a las formas de hacer gobierno, propongan, promuevan y gestionen para satisfacer sus necesidades y las de los demás.

La igualdad que se acompaña de la libertad y la justicia y se aplica con responsabilidad es una igualdad que garantiza en gran medida una convivencia pacífica e incluyente en cualquier sociedad en que se practique.

Las mujeres mexicanas son ciudadanas en igualdad de derechos y condiciones de acceso al poder político de este país, y como tales deben ser tratadas.

2.5.2 *Súbditas o ciudadanas*

El término ciudadanía es una categoría que se alcanza a partir de los 18 años, con la que se adquieren derechos y obligaciones establecidos en la *Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos*.

Ser ciudadano significa que el poder no reside en los gobernantes, sino que se deposita en ellos para que sean quienes puedan tomar las decisiones que gobiernan a un pueblo. Sin embargo, este poder no se pierde, sino que se cede temporalmente a través del depósito de un voto en favor de un representante popular.

Anteriormente no existía esta categoría, y durante mucho tiempo el mundo se gobernó con base en la desigualdad social y política, desigualdad que permitía la existencia de monarquías que concentraban el poder en unos cuantos, sin que el pueblo tuviera el mínimo derecho a opinar sobre sus condiciones de vida.

En nuestro país, el pueblo era súbdito de unos cuantos, y esto duró hasta que México finalmente declaró su independencia en 1810, fecha en que dejó atrás su sujeción a la monarquía española. Los derechos ciudadanos fueron adquiridos en 1824, es decir, en el siglo XIX.

Fue así como se conformó un Estado independiente, con ciudadanos que poco a poco fueron ganando atribuciones frente a sus autoridades y sus instituciones de gobierno. El Estado mexicano ha optado por un sistema democrático que potencia ciudadanos autónomos y libres, que conjuntamente y de manera horizontal deciden quiénes los han de gobernar y les ceden el poder de actuar y decidir, pero estando pendientes de su hacer.

El derecho del ciudadano a pedir rendición de cuentas es uno de los mecanismos que en todo momento se puede ejercer, a fin de evaluar a cualquier funcionario público. Sin embargo, ésta es sólo una forma de ejercer la ciudadanía, ya que hay muchas maneras: cuando una mujer emite su voto, cuando gestiona la limpieza del drenaje de su calle, cuando pide audiencia a una autoridad para expresarle su conformidad o inconformidad respecto a una decisión de gobierno, cuando se informa para conocer la plataforma política de un candidato, cuando acepta formar parte de un partido político, cuando se postula como candidata a un cargo de elección popular, etcétera.

2.5.3 La utilidad de los derechos civiles y políticos

Una vez que las mujeres toman conciencia de que son sujetos de derechos surge la necesidad de pasar del conocimiento a la acción, puesto que es válido justificar la no acción cuando se carece de información. Sin embargo, una vez que la persona está informada, depende de ella decidir qué hacer con la nueva información y de manera responsable ejercer su capacidad de elegir.

Cuando se habla de derechos civiles y políticos, lo más importante no es sólo conocerlos sino ejercerlos y, en esa medida, hacerlos útiles.

Es importante mencionar que la concepción de poder no es la de un poder que se impone de manera autoritaria, sino de un poder que se hace presente en su ejercicio y que busca el *empoderamiento*⁵ de las mujeres.

Este empoderamiento está basado en un ejercicio de poder pero no es autoritario y ciego, sino un dominio que posiciona al individuo frente a cualquier sujeto con el que interactúa. Es un poder que se basa en las relaciones igualitarias y en el respeto a la integridad de cada persona, en el reconocimiento de sus derechos y obligaciones y en su capacidad de expresar lo que piensa y siente sin temor a represalias.

Las características de un proceso de empoderamiento son las siguientes:

-  Sentido de seguridad y visión de futuro
-  Capacidad de ganarse la vida
-  Capacidad de actuar eficazmente en la esfera pública
-  Mayor poder en la toma de decisiones en el hogar
-  Participación en grupos no familiares y uso de grupos de solidaridad como recursos de información y apoyo
-  Posesión de movilidad y visibilidad en la comunidad

⁵ Secretaría de Desarrollo Social, *Violencia familiar: una cuestión de género / Documento de apoyo para participantes*, México, 1999, p. 43. El empoderamiento consiste en la adquisición y el ejercicio de habilidades y poderes afirmativos no encaminados al dominio ni a la expropiación. Supone la modificación de situaciones genéricas de los sujetos, se encamina hacia la transformación de las condiciones de jerarquización en las relaciones e implica el mejoramiento de la calidad de vida y la construcción del bienestar en la democracia cotidiana.

El empoderamiento tiene el propósito de hacer un llamado para que las mujeres se asuman como seres con derechos y obligaciones, capaces en el discurso y en la acción, con potencial para modificar, en la medida de lo posible, su entorno inmediato, sea familiar o comunitario. Para ello, el ejercicio de los derechos civiles y políticos es un medio imprescindible de empoderamiento.

Si se alcanza un empoderamiento consciente, responsable y proactivo, las mujeres se posicionan como sujetos formados socialmente que se informan, eligen, aplican un juicio propio y actúan con base en el mismo. Asimismo se potencian como sujetos formadores de nuevos individuos en el importante papel que tienen como madres de familia. Si se toma conciencia de la dimensión que tiene formar y formarse, seguramente habrá mayor compromiso y responsabilidad en la manera de proceder en todos los roles que desempeñan y los ámbitos en los que se mueven las mujeres.

2.5.4 Ciudadanía activa o ciudadanía pasiva

Para el Instituto Electoral del Distrito Federal (IEDF), ser ciudadano implica un conjunto de valores, actitudes, habilidades y conocimientos que configuran una cultura política que se despliega en el conocimiento de los principios democráticos y de sus derechos, en la capacidad y disposición para participar en la vida pública, tomar decisiones, organizarse y resolver los conflictos de manera no violenta; implica el ejercicio de los derechos y la vivencia de valores como la justicia, la tolerancia, la libertad o la equidad, así como la capacidad de juicio político.⁶

La ciudadanía no es entonces una categoría política que se manifiesta cuando se deposita el voto en una elección, es una ciudadanía que se enriquece y hace uso de sus derechos civiles y políticos para estar presente en cualquier espacio:

-  Ciudadanas que en el ámbito familiar forman a otros individuos en el respeto de su integridad humana y

⁶ Silvia Conde, *Formación ciudadana. Elementos para un modelo pedagógico*, documento de trabajo, Instituto Electoral del Distrito Federal, México, 2002, p. 28.



transmiten valores como el diálogo, la tolerancia, el respeto, la igualdad, la libertad con responsabilidad, la pluralidad de ideas y formas de ser, lo que conlleva la existencia de una convivencia democrática dentro del núcleo familiar.

- ✿ Ciudadanas que en la comunidad son reconocidas y valoradas por su capacidad de acción y el amplio potencial que tienen para desarrollar acciones en busca del beneficio de todos, que no muestran indiferencia ante las decisiones de los vecinos o de las autoridades que afectan a su vecindario.
- ✿ Ciudadanas que en elecciones se interesan por conocer quiénes son los candidatos y las propuestas de gobierno que ofrecen. Cuando toman una decisión y emiten su opinión sobre las elecciones, asumiendo que habrá que estar al pendiente de la forma en que su gobernante ejerce el poder.

En todos estos casos, las mujeres ciudadanas tienen la posibilidad de actuar con libertad de opinión, con derecho de voz y voto y de elección, al estar dispuestas a hacer lo que más convenga, ya que sus derechos civiles y políticos las respaldan.

2.5.5 Ciudadanas en la democracia

En un sistema democrático se busca que la sociedad viva en una dinámica basada en los principios de igualdad, justicia, fraternidad, paz y libertad. Por ello, la democracia es entendida como una forma de proceder en la interacción con el otro, que aquí es todo aquel individuo con quien se entra en contacto cotidianamente (hijo, esposo, amigo, vecino, autoridad, etcétera).

Esta forma de proceder implica el conocimiento y ejercicio de los valores democráticos como la igualdad, el respeto, la tolerancia, la participación, por mencionar algunos. En la medida en que se viven los valores y se practican, se da cabida a la democracia, y por eso se la percibe como un proceso.

Es importante entonces que las mujeres se asuman como sujetos de derechos y ejerzan una ciudadanía proactiva, que las dotará de herramientas para desenvolverse con seguridad y confianza en su vida privada y pública.

Se requiere también que las mujeres fortalezcan su *Yo individual* y su *Yo social* y que, aunado a esto, tengan prácticas democráticas que les permitan mejores formas de convivencia e interacción en el espacio familiar o de pareja, comunitario o laboral.

2.6 Programa de actividades para el taller

El taller de derechos civiles y políticos está programado para ser impartido en sesiones unitarias de dos horas. Se calcula contar con un máximo de 20 participantes y un mínimo de nueve.

Se estableció la modalidad de trabajo en taller porque se pretende promover la participación de las mujeres y que éstas desarrollen un papel protagónico en las actividades del mismo.

El taller incluye una serie de temas previamente establecidos que enfocan su orientación y propósito en el proceso de formación, promoviendo el análisis, aprendizaje de contenidos y reflexión.

El taller de derechos civiles y políticos pretende conformarse en un espacio vivencial donde las mujeres externen sus experiencias y las enriquezcan con la información brindada, así como por los saberes compartidos con otras mujeres.

2.7 Objetivos del taller

2.7.1 Objetivo general

Promover en las participantes el ejercicio de sus derechos civiles y políticos por medio de la discusión colectiva sobre la importancia personal y social de los mismos.

2.7.2 Objetivos específicos

- ✿ Que las participantes se identifiquen como sujetos de derechos.
- ✿ Que las mujeres conozcan sus derechos civiles y políticos.
- ✿ Que las mujeres reflexionen sobre la importancia del ejercicio de sus derechos civiles y políticos.

2.8 Temas a desarrollar

2.8.1 Mujeres: sujetos de derechos

-  Del Yo en lo individual al Yo en lo social
-  La evolución de los derechos de la mujer

2.8.2 Derechos civiles y políticos de las mujeres

-  Derechos civiles: libertad de conciencia, libertad de expresión, libertad de asociación, igualdad ante la ley, derecho a la intimidad y la privacidad.
-  Derechos políticos: derecho a manifestarse, derecho a la representación y petición y derecho a votar y ser votado.

2.8.3 Importancia que tiene el ejercicio de los derechos civiles y políticos

-  Ciudadanas y ciudadanos en igualdad política
-  Súbditas o ciudadanas
-  Ciudadanía activa vs. ciudadanía pasiva
-  Ciudadanas en un sistema democrático

2.9 Mensajes clave a transmitir

Es importante, como promotores(as) e impulsores(as) de procesos de formación ciudadana, tener claro que los tres mensajes clave que se deben transmitir a las participantes en los talleres son los siguientes:

-  Las mujeres tienen derechos.
-  Las mujeres poseen un conjunto de derechos civiles y políticos.
-  Ejercer los derechos civiles y políticos es importante para la mujer y para la sociedad.

Para ello es conveniente contestar tres preguntas guía:

- a) ¿Qué es lo que deben conocer las mujeres? Que existen derechos civiles y políticos y que ellas son sujetos de esos derechos.

b) ¿Cómo pueden actuar con ellos? Asumiéndolos como instrumentos para actuar en espacios públicos y en espacios privados.

c) ¿Para qué ejercerlos? Estos derechos fortalecen su ciudadanía y permiten su posicionamiento como personas dignas en cualquier espacio donde interactúen.

En un trabajo de formación con adultos, es importante tener claro el perfil psicológico de las mujeres para ser más certeros en la forma en que nos dirigimos a ellas, así como en el manejo de contenidos específicos.

2.10 Descripción de contenidos

El primer tema, *Mujeres: sujetos de derechos*, pretende que las mujeres reflexionen sobre el ser mujer como producto de una construcción cultural y social en la que se le han asignado roles y funciones que cumplir. Para ello es necesario que las mujeres participantes tomen conciencia de la existencia de su Yo conformado a partir de dos planos: el individual y el social, e identifiquen cómo ambos son constituyentes del ser mujer al interrelacionarse y afectarse mutuamente.

En este tema, se realizará un breve recorrido histórico de los sucesos que tuvieron que acontecer para lograr que las mujeres fueran sujetos de derechos en nuestra sociedad.

El segundo tema, *Derechos civiles y políticos*, permitirá abordar el conocimiento de estos derechos y en qué circunstancias son vivenciados, en el entendido de que estos derechos no sólo protegen al individuo que los posee sino que también son medio de convivencia social, dignifican y posicionan al sujeto en igualdad frente al otro y coadyuvan a la satisfacción de sus necesidades cotidianas.

El tercer tema, *La utilidad del ejercicio de los derechos civiles y políticos*, ofrece respuesta a los motivos por los cuales es importante ejercer estos derechos en un ámbito social, político, familiar, pues en la medida en que se fortalece la persona y su condición de ciudadana, ella incide en la consolidación de un sistema democrático incluyente y promotor del desarrollo integral de los individuos.



2.11 Sugerencias didácticas

El taller impulsará una construcción colectiva del conocimiento basada en experiencias previas de las participantes; es indispensable que las mujeres sean quienes opinen y tomen la palabra, en un espacio de confianza y respeto mutuo.

El objetivo fundamental es que todos los aprendizajes transiten por un proceso interno de resignificación.⁷ Para ello es importante el rescate de los saberes de las mujeres, de sus experiencias previas, de los conocimientos que poseen.

Una vez identificado lo que se sabe, viene el momento de nutrirlo con nueva información, la cual quizá se contraponga y contraste con lo que ya se sabe, sin embargo, en la medida en que se elabora un discernimiento de esta información, la misma va cobrando sentido.

La nueva información deberá ubicarse en un contexto próximo y cotidiano para las participantes, pues de esta manera les será más fácil entenderla. Es decir, si esta información se vincula con los casos que las participantes mencionan, entonces se le otorga una utilidad práctica que facilita en gran medida su asimilación.

Cuando la información ya fue procesada, es necesario que se abra un espacio de enunciación, es decir, que las participantes expresen, o bien plasmen por cualquier medio, el aprendizaje logrado. De esta forma, se cierra el proceso de aprendizaje y se cumple con el propósito de que sea el sujeto quien reorganiza y decide qué información incorpora a sus saberes. Cabe mencionar que, cuanto más útil sea el conocimiento, mejor aprehensión habrá del mismo.

2.12 Evaluación

Esta actividad tiene el propósito de valorar el desarrollo del taller y la aceptación por las asistentes, así como de retroalimentar futuras actividades. Para ello, se les aplicará un cuestionario de opinión, el cual deberá ser respondido de manera individual y anónima.

⁷ David Ausubel, "Teoría del aprendizaje significativo", www.monografia.com/trabajos6/apsi.shtml (*resignificación* implica el proceso de una nueva conceptualización de la realidad donde lo más importante es entender el contexto que la genera).

2.13 Organización del taller

1. La promotora hace la presentación institucional, da a conocer el propósito del taller y el papel del IEDF en materia de educación cívica.

2. Se realiza una dinámica de integración que permita el "rompimiento de hielo" y la interacción lúdica de las participantes en el taller. La actividad que se desarrolla es *Lanchitas* (véase 2.15 Descripción de dinámicas).

3. El primer tema, *Mujeres: sujetos de derechos*, pretende que las mujeres reflexionen sobre el ser mujer como producto de una construcción cultural y social que les asigna roles y funciones que se deben cumplir. Para ello es necesario que las mujeres participantes tomen conciencia de la existencia de su Yo conformado a partir de dos planos: el individual y el social.

Esto se podrá abordar mediante la dinámica de los sombreros, en la que se diseñarán tantos sombreros como roles o funciones se han asignado a la mujer en los planos individual y social. El objetivo es problematizar sobre aquellas actividades o concepciones de la mujer que se han reproducido socialmente y no han sido reflexionadas por las mismas mujeres.

4. Una vez que las mujeres han identificado sus roles sociales, realizan la siguiente actividad.

Se les solicita a las participantes dibujar sobre papel bond su propia silueta y colocar en ella el o los derechos (políticos y civiles) que sepan que poseen.

Una vez realizada esta actividad, las participantes se colocan en un círculo y todas muestran sus sombreros y su silueta.

En este momento, la promotora guía la reflexión en torno al ser mujer con roles y funciones sociales, pero también con derechos. El propósito es coadyuvar a un proceso de autorreconocimiento como sujetos de derechos.

5. La promotora realiza una exposición para reafirmar cuáles son los derechos civiles y políticos que las mujeres poseen. Explica luego la mecánica del juego didáctico *Cuéntame*, conformado por tres tipos de tarjetas: rojas, que

ejemplifican la puesta en práctica de los derechos políticos; verdes, que abordan situaciones donde se problematiza acerca de los derechos civiles, y amarillas, que se refieren a situaciones cotidianas de las mujeres, al ejercicio de sus derechos sexuales y reproductivos, del derecho a la no violencia y del derecho a la igualdad, entre otros.

En el reverso de cada tarjeta se presenta un caso que describe la violación, el ejercicio o la problematización de uno a varios derechos civiles.

Mecánica del juego. Se conforman tres equipos: 1, 2 y 3. Para ello, las participantes se enumeran del 1 al 3 y posteriormente se organizan en un equipo de acuerdo con el número elegido.

Una vez formados los equipos, a cada uno se le ofrece una de las tarjetas del juego didáctico que expone un ejemplo cotidiano sobre la violación, el ejercicio o la problematización de un derecho civil. Las participantes de cada equipo deberán identificar el derecho en cuestión.

La promotora cuenta con una lista de preguntas guía que apoya la profundización en la discusión de los derechos civiles.

6. La promotora realiza una exposición sobre los derechos políticos.

Como en la dinámica anterior, se ofrece a cada grupo una de las tarjetas del juego didáctico *Cuéntame* que expone un ejemplo cotidiano acerca de la violación, el ejercicio o la problematización de un derecho político. Las participantes de ese equipo deberán identificar el derecho en cuestión.

La promotora dispone de una lista de preguntas guía que apoya la profundización en la discusión de los derechos políticos.

7. En sesión plenaria, la promotora elabora preguntas detonadoras que podrán ser contestadas colectivamente por medio de una lluvia de ideas. Basándose en ellas, la promotora guía hacia una reflexión final.

Preguntas guía

¿El ser sujetos de derechos hace igual a las mujeres frente a los demás?, ¿en cuáles aspectos sí y en cuáles aspectos no?

¿Qué propósito tienen los derechos civiles y políticos en la vida de una mujer?

¿Qué pueden hacer con ellos las mujeres?

¿Cómo pueden aplicar estos derechos en su vida cotidiana?

8. Para finalizar, se solicita a las participantes que tomen nuevamente su silueta y agreguen los derechos que durante el taller hayan identificado.

9. Se pide a las participantes que en un papel escriban sus reflexiones y conclusiones finales, a partir del ejercicio *Hoy decido, hoy actúo*, contestando las siguientes preguntas:

¿Cuál es el aprendizaje logrado al finalizar esta actividad?

¿Cómo lo piensa aplicar en su vida cotidiana?

10. Se aplica un cuestionario de opinión a las participantes.



2.14 Carta descriptiva

Actividad	Tema	Objetivo	Técnica	Material	Tiempo
Presentación institucional	<ul style="list-style-type: none"> • IEDF • Propósito del taller 	El papel del IEDF y el propósito del taller de derechos civiles y políticos	Exposición	Rotafolio	5 min
Dinámica de integración	<i>Lanchitas</i>	“Rompimiento de hielo” e identificación de las participantes	Grupal		10 min
<i>Sombreros de la diversidad</i>	Del Yo en lo individual al Yo en lo social	Que las mujeres reflexionen en torno a su <i>Yo individual</i> y su <i>Yo social</i>	Individual y grupal	Papel periódico y marcadores	15 min
<i>Yo y mi silueta</i>	Mujeres sujetos de derechos	Que las mujeres se identifiquen como sujeto de derechos civiles y políticos	Individual y grupal	Papel bond y marcadores	20 min
Juego didáctico	Derechos civiles y políticos	Que las mujeres conozcan sus derechos civiles y políticos y los vean ejemplificados	Grupal	Juego didáctico <i>Cuéntame</i>	30 min
Plenaria	La utilidad del ejercicio de los derechos civiles y políticos	Que las mujeres reflexionen en torno a la importancia del ejercicio de sus derechos civiles y políticos	Grupal	Rotafolio	30 min
<i>Hoy decido, hoy actúo</i>	Reflexión final	Que las mujeres escriban sus reflexiones finales	Individual	Hojas de papel y lápices	10 min
Cuestionario	Recopilación de opiniones	Que las mujeres contesten un cuestionario de opinión sobre el taller	Individual	Cuestionarios y lápices	5 min

2.15 Descripción de dinámicas

2.15.1 Lanchitas

Es una dinámica de integración donde las participantes abordan lanchitas de acuerdo con un número determinado de tripulantes.

Para ello es necesario contar el total de participantes en el juego, y de esta forma tener presente el número máximo de lanchitas que se van a conformar.

Descripción

Las participantes se distribuyen en todo el salón. La promotora dice el número a partir del cual las mujeres se agrupa-

rán, es decir, lanchitas de una, dos, tres personas, teniendo como máximo el número total de participantes. De modo que si son 10 participantes, el número máximo para agruparse por lanchita será 10. La persona que intente tripular una lanchita que ya tiene su cupo máximo, quedará fuera.

La promotora dirá la frase: “Formemos lanchitas de tres, de cuatro, de siete, etc.”, dando tiempo a verificar que no se viole la regla del juego.

2.15.2 Sombreros de la diversidad

Es una dinámica donde las participantes identifican los diferentes roles que les toca jugar en su vida privada y pública, como madres, esposas, hijas, estudiantes, ciudadanas.

Descripción

Las participantes utilizan papel para diseñar tantos sombreros como roles o actividades desempeñen, y con plumones dan un nombre a cada sombrero, como una manera de clarificación y valoración para sí mismas respecto de todas las actividades que desarrollan cotidianamente.

2.15.3 La silueta

Es una dinámica para generar el reflejo de la propia persona al proyectar su silueta sobre un pedazo de papel.

Descripción

Las participantes extienden de manera individual el papel bond sobre la pared o sobre el piso. Se colocan sobre el papel (acostadas o paradas), tomando la posición que mejor les acomode para dibujar con el marcador el contorno de su propia silueta. Para lograrlo, pueden hacerlo solas o solicitar la ayuda de otra persona.

Bibliografía

BARREIRO, Telma, *Trabajos en grupo*, España, Novedades Educativas, 1999.

BETANCOURT, Julián y María Valadez, *Atmósferas creativas / Juega, piensa y crea*, México, Centro de Estudios de Investigación de Creatividad Aplicada, 1996.

BURÓ DE INVESTIGACIÓN DE MERCADOS, *Libro mercadológico de la megaciudad de México*, México, 1998.

BUXARRAIS, María Rosa et al., *La educación moral en primaria y en secundaria. Una experiencia española*, México, Secretaría de Educación Pública (Biblioteca Normalista), 1997.

CARRERAS, Ll. et al., *Cómo educar en valores. Materiales, textos, recursos técnicos*, Madrid, Narcea, 1995.

CONDE, Silvia, *Formación ciudadana. Elementos para un modelo pedagógico*, documento de trabajo, México, IEDF, 2002.

INSTITUTO ELECTORAL DEL DISTRITO FEDERAL, *Guía del instructor*, México, IEDF, 2003.

LOZANO, Itziar et al., *Entender la vida de otra manera / Cuaderno de trabajo para promotoras*, Ciudadanas en Movimiento por la Democracia-Instituto de las Mujeres del Distrito Federal, México, 2002.

MECE, Judith, *Desarrollo del niño y del adolescente. Compendio para educadores*, México, Secretaría de Educación Pública y Mc Graw Hill, 2000.

RONDA CIUDADANA, *Derechos civiles de las mujeres en reclusión*, México, 2003.

SÁEZ, Juan y Andrés Escarbajal, *La educación de personas adultas: en defensa de la reflexividad crítica*, España, Amarrú, 1998.

SECRETARÍA DE DESARROLLO SOCIAL, *Violencia familiar: una cuestión de género*, documento de apoyo para participantes, México, Gobierno del Distrito Federal, 1999.

Publicación electrónica

Ausubel, David, "Teoría del aprendizaje significativo", www.monografias.com/trabajos6/apsi/apsi.shtml



A decorative sunburst graphic with multiple layers of petals in shades of orange and brown, centered on the page. A horizontal orange band crosses through the middle of the sunburst, containing the text.

3. TALLER “CIUDADANÍA Y MUJERES EN EL DISTRITO FEDERAL”

3.1 Construcción del término *ciudadanía*

La construcción del término *ciudadanía* se ha dado de manera gradual a lo largo de la historia y ha ido de la mano con la aprobación de derechos de los que gozamos como ciudadanos. La teoría clásica contemporánea señala que el nacimiento de la ciudadanía en las sociedades occidentales es resultado de la expresión pública de los núcleos civiles que fueron exigiendo a los nacientes Estados-nación el establecimiento jurídico de derechos.

A partir de entonces, el concepto va tomando diferentes dimensiones, siempre ligado a la conceptualización civil-política. Marshall,¹ además de reconocer estos dos ámbitos, agrega la *dimensión social* al término, reconociendo los *derechos sociales*, que abarcan desde el derecho a la seguridad y a un mínimo de bienestar económico hasta el de compartir plenamente la herencia social y vivir la vida de un ser civilizado conforme a la sociedad.²

La ciudadanía queda entonces definida como el estatus que se concede a los miembros de pleno derecho de una comunidad. Sus beneficiarios son iguales en cuanto a los derechos y obligaciones, aunque no existe un principio universal que determine cuáles son éstos. Las sociedades en que la ciudadanía es una institución en desarrollo crean la imagen de una ciudadanía ideal que sirve para calcular el éxito y es objeto de aspiraciones.³

En la crítica de la noción liberal de ciudadanía, un número importante de autores analiza los escritos de pensadores clásicos de los siglos XVII y XVIII (J. Locke y J. J. Rousseau) para poner de relieve las consecuencias de la asociación del concepto *hombre* con la razón, la cultura y la actuación en el mundo público, así como la relación del concepto *mujer* con la emoción, la naturaleza y la actuación en el ámbito privado y en la vida doméstica.

En este punto se centra parte importante del tema de la *exclusión* de las mujeres del ámbito público. Al ser consideradas desde entonces “la base de la familia”, no se reconocen sus derechos individuales, sino que son portadoras de los intereses familiares, subordinadas a las decisiones del hombre de la familia.

Un aporte importante en la conceptualización del término ciudadanía corresponde a las teóricas de género, las cuales subrayan en primer lugar que la historia de la ciudadanía de las mujeres no se presenta conforme a la periodización propuesta por Marshall, ya que ellas fueron excluidas de las distintas dimensiones de ciudadanía hasta el siglo XX.

La exclusión de la ciudadanía por género está vinculada a la separación en espacios públicos y privados, según la cual a los hombres les corresponde el público y a las mujeres el privado.

El reconocimiento de una ciudadanía para hombres y mujeres ha estado marcado por constantes luchas de pensamiento y sociales, por lo que se hace necesario redefinir la identidad de las mujeres en la vida pública, reconociendo los problemas y desafíos que la vida privada les impone.

Considerar el concepto *ciudadanía* desde una perspectiva de género implica analizar tres espacios en los cuales las mujeres ejercen una ciudadanía integral de manera cotidiana:

1. La familia-hogar (como estructura familiar y relaciones de intimidad)

2. La vida en comunidad (en la cual se considera la participación ciudadana en los diferentes ámbitos sociales, culturales y políticos)

3. El espacio escolar (como condición de nivel de conocimientos y ámbito para desarrollar cierta práctica política)

3.2 La dimensión integral de la ciudadanía

La experiencia histórica nos demuestra que el término ciudadanía no debe enfocarse únicamente como núcleo de derechos civiles, políticos y sociales. La ciudadanía no debe reducir al individuo a la condición de sujeto que acepta leyes y necesidades del Estado, que sólo tiene derechos si cumple con obligaciones y que contribuye al interés colectivo. Tampoco se puede dejar de lado que la ciudadanía implica la participación ciudadana en los asuntos de la comunidad política.

¹ T. H. Marshall & T. Bottomore, *Ciudadanía y clase social*, México, Alianza Editorial, 1999.

² T. H. Marshall & T. Bottomore, *op. cit.*, p. 23.

³ *Ibid.*, p. 37.



Para el caso de las mujeres, revertir su exclusión del ámbito público ha significado afirmar que asuntos privados tales como la sexualidad, la reproducción y la familia son cuestiones para la atención pública, por lo que se hace necesario revalorar los derechos y necesidades reales de las mujeres y los hombres de grupos minoritarios, para no idealizar el concepto de ciudadanía universal.

Varios autores coinciden en que hay que ir más allá de la dimensión formal de los derechos y las obligaciones; en la actualidad se requiere agregar dos dimensiones al concepto de ciudadanía: la *participación ciudadana* y la *conciencia ciudadana*.⁴ La *participación* implica la comprensión de las reglas de la democracia, proceso en el cual intervienen el conocimiento, la aceptación de normas y procedimientos; la *conciencia* indica el reconocimiento de un destino compartido dentro de una comunidad política. Ante este panorama, todos los esfuerzos enfocados a educar cívicamente tienden al logro de una *identidad ciudadana*, cuyo componente esencial es la adquisición de una conciencia de los problemas que aquejan el entorno del ciudadano: la comunidad, la delegación, la colonia, la calle, etcétera.

Por lo tanto, un primer paso para lograr una ciudadanía democrática participativa es trabajar con las mujeres para el logro de una identidad ciudadana. De manera paralela, inculcar en ellas la idea de que una ciudadanía activa implica dejar de ser espectadoras y convertirse en protagonistas de sus espacios sociales. No se debe olvidar que la capacidad para deliberar y tomar decisiones en los adultos se encuentra condicionada por la educación recibida, por la capacidad de formar juicios propios, pero lo cierto es que tales juicios sólo pueden formarse mediante la práctica política misma, lo cual implica concebir la *ciudadanía activa democrática* como una manera de vivir en comunidad.

Otros elementos que podrían orientar el trabajo para promover una ciudadanía activa⁵ son los siguientes.

⁴ Benilde García Cabrero, "Educación, ciudadanía y participación democrática", en *Deconstruyendo la ciudadanía. Avances y retos en el desarrollo de la cultura democrática en México*, México, Porrúa, 1992.

⁵ Tanto este concepto como los elementos mencionados se retoman más adelante, cuando se trata el desarrollo de conocimientos y habilidades para el taller.

- La *autoafirmación*, es decir, rescatar en las mujeres los elementos culturales que les permitan elaborar una visión de ellas con su ámbito social.
- El sentimiento de *pertenencia*, que debe ser visualizado por las mujeres al reconocer qué deseos y preferencias individuales están estrechamente condicionados por procesos sociales y que no se puede existir sino con los otros, reconociéndolos y siendo reconocidos por ellos.
- La *participación*, como el ámbito de la confrontación de ideas. No todos tenemos que ser y pensar igual, se trata de tener la tolerancia y la capacidad para admitir la diversidad y lo distinto de los sujetos como parte de una comunidad.
- La *responsabilidad*, donde no significa que la individualidad se diluya en el todo social.
- La *identidad ciudadana*, producto del conocimiento que tenga cada mujer del sistema político del Distrito Federal, de quiénes son sus autoridades y cuáles son las formas públicas que tiene de participar en el ámbito político más cercano, poniendo en práctica siempre los valores de la democracia.

3.3 El desarrollo histórico de la ciudadanía de las mujeres en México

Al revisar el contexto histórico y social del debate actual sobre la importancia de una mayor participación política y social de las mujeres, destaca el hecho de que, al contar con un marco jurídico que sustenta dicha participación, ésta se basa en la promoción de un cambio de paradigmas, es decir, de una visión social que implique una real equidad en el trato de hombres y mujeres.

El proceso de integrar un marco jurídico ha sido largo, como lo muestra la siguiente cronología:⁶

⁶ María Candelaria Ochoa Ávalos, "El derecho al voto, un paso hacia la ciudadanía de las mujeres", *La Ventana*, núm. 19, México, 2004.

- En el *Código Civil* de 1870 y en el de 1884, promulgado por Benito Juárez el primero y por Manuel González el segundo, las mujeres eran vistas como esposas y madres, sus actividades estaban limitadas al hogar. Al mismo tiempo que se establecían estas restricciones, se explicaban razones.
- En el *Constituyente* de 1917 se introdujeron modificaciones respecto a la familia y el matrimonio, y se estableció el divorcio. Aun cuando se postularon las primeras bases de igualdad y reciprocidad entre los esposos, el deber más importante de las mujeres era el cuidado de los hijos y del hogar.
- En 1928, con Plutarco Elías Calles, se expidió un nuevo código civil, en el que se estableció más claramente la igualdad jurídica entre mujeres y hombres, al especificar que “la capacidad jurídica es igual para el hombre y la mujer: en consecuencia la mujer no queda sometida por razón de su sexo a restricción alguna en la adquisición y ejercicio de sus derechos civiles”.
- La obtención del sufragio en 1953 fue un acto democrático muy importante. Este logro fue el resultado de casi 40 años de lucha de las mujeres, que exigieron este derecho por medio de diversas manifestaciones. Con él fue ganando terreno la participación femenina en ámbitos antes considerados sólo para varones.
- En el marco de la Primera Conferencia Mundial sobre la Mujer, que se realizó en México en 1975, el gobierno se vio en la necesidad de revisar leyes y códigos para limpiarlos de vestigios de discriminación. Una de estas reformas fue al Artículo 4º Constitucional, para garantizar la igualdad de hombres y mujeres ante la ley, así como los derechos y obligaciones matrimoniales de asistencia mutua entre los cónyuges y el derecho a decidir libremente el número y espaciamiento de los hijos, lo que establece la igualdad de la pareja dentro del hogar.
- En 1989 se reformó el *Código Federal de Procedimientos Penales* en lo que respecta a los delitos sexuales, que en adelante se denominaron delitos contra la libertad sexual e integridad personal. Con esta reforma se evitaba que los agresores pudieran salir bajo fianza y aumentaba la penalidad.
- En 1995 se creó el Programa Nacional de la Mujer, que se transformó en 1999 en la Comisión Nacional de la Mujer.
- En 1997 se impulsaron leyes estatales contra la violencia intrafamiliar que hoy existen en 13 estados de la República; también en ese año se establecieron en ambas cámaras las comisiones de Equidad de Género, con las que cuentan ya 23 estados.
- En 1998, se reformó la *Ley del Instituto Mexicano del Seguro Social* para que las mujeres pudieran afiliarse a sus cónyuges.
- En ese mismo año, el Gobierno del Distrito Federal estableció el Programa para la Participación Equitativa de la Mujer en el Distrito Federal (Promujer), con la intención de consolidar y ampliar los mecanismos tendientes a equilibrar el desarrollo de sus habitantes desde una perspectiva de género.⁷
- En 1999 se reformó la *Ley del Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado* en ese mismo sentido y se aprobó la norma oficial sobre violencia familiar para los servidores públicos.
- El 11 de agosto de ese mismo año, el Gobierno del Distrito Federal incorporó en el *Reglamento Interior de la Administración Pública del Distrito Federal* el Artículo 129, con el cual se creó el Instituto de las Mujeres del Distrito Federal (Inmujeres) como órgano desconcentrado de la Secretaría de Gobierno.⁸
- En el Distrito Federal, el 31 de enero de 2001 se asignó al Inmujeres la operación y la coordinación del Sistema de los Centros Integrales de Apoyo a la Mujer (CIAM),

⁷ <http://www.inmujer.df.gob.mx>.

⁸ *Ibid.*



considerándolos sus representaciones operativas en las 16 delegaciones políticas.⁹

- En 2002, el gobierno federal creó la figura del Instituto Nacional de las Mujeres, el cual tiene presencia en todos los estados de la República por medio de figuras como coordinaciones, institutos o direcciones que tienen a su cargo la incorporación de la perspectiva de género en las acciones del poder ejecutivo.
- El 28 de febrero de 2002 se publicó la *Ley del Instituto de las Mujeres del Distrito Federal*, que constituye como organismo público descentralizado de la Administración Pública local el denominado Inmujeres-D.F., con personalidad jurídica, patrimonio propio, autonomía técnica y de gestión para el cumplimiento de sus objetivos y atribuciones.¹⁰

3.3.1 La concepción actual de ciudadanía

El concepto jurídico-formal de ciudadano mexicano es retomado de la *Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos* en sus artículos 34,¹¹ 35¹² y 36.¹³

Asimismo, el *Estatuto de Gobierno* en su Artículo sexto señala que son ciudadanos del Distrito Federal los varones

⁹ *Ibid.*

¹⁰ *Ibid.*

¹¹ Artículo 34. Son ciudadanos de la República los varones y mujeres que, teniendo la calidad de mexicanos, reúnan, además, los siguientes requisitos:

- I. Haber cumplido 18 años, y
- II. Tener un modo honesto de vivir.

¹² Artículo 35. Son prerrogativas del ciudadano:

- I. Votar en las elecciones populares;
- II. Poder ser votado para todos los cargos de elección popular, y nombrado para cualquier otro empleo o comisión, teniendo las cualidades que establezca la ley;
- III. Asociarse individual y libremente para tomar parte en forma pacífica en los asuntos políticos del país;
- IV. ...
- V. ...

¹³ Artículo 36. Son obligaciones del ciudadano de la República:

- I. ...
- II. ...
- III. Votar en las elecciones populares en los términos que señale la ley;
- IV. Desempeñar los cargos de elección popular de la Federación o de los Estados, que en ningún caso serán gratuitos; y
- V. ...

y mujeres que tienen calidad de mexicanos y que reúnen los requisitos del Artículo 34 constitucional y poseen, además, la calidad de vecinos u originarios del mismo.

El Instituto Electoral del Distrito Federal (IEDF) retoma el concepto de que el ciudadano¹⁴ es el individuo que está en posibilidades de tomar decisiones en el ámbito público, que tiene interés y conocimientos sobre el país y su sistema político, que posee un juicio político propio, asume una posición y actúa. El ciudadano cuenta con conocimientos de sus derechos así como con la disposición y capacidad de respetarlos y exigir su respeto, de participar en la elección de los gobernantes así como en la vigilancia del cumplimiento del mandato, de organización y de participación en asuntos públicos y aceptación del deber cívico con el régimen democrático.

3.3.2 Consideraciones acerca del concepto de ciudadanía en la población

El Instituto Federal Electoral y el Instituto de Investigaciones Sociales de la Universidad Nacional Autónoma de México desarrollaron la *Encuesta Nacional de Valores de la Cultura Política. Ciudadanos y Cultura de la Democracia*, que se aplicó en diciembre de 1999.

Esta encuesta investigó acerca de las concepciones y representaciones de la población en relación con el papel de la ciudadanía en un contexto democrático; acerca de la política, del poder y de la autoridad. Los resultados presentan los rasgos más importantes de la cultura política mexicana actual.

La adscripción a la regla de la legalidad de la democracia es el atributo más fuerte en la percepción del mexicano en su calidad de ciudadano. Esto es más fuerte aún que el sentimiento de pertenencia a una comunidad política basado en los símbolos nacionales y que la idea de ciudadanía pensada como consolidación de los procedimientos de la democracia. Los mexicanos se sienten ciudadanos, en primera instancia, por tener derechos y obligaciones (70.2%), en segunda instancia, por poder votar (10.9%), y sólo en tercer lugar, por cantar el himno nacional y respetar la ban-

¹⁴ Silvia Conde, *Formación ciudadana. Elementos para un modelo pedagógico*, documento de trabajo, México, IEDF, 2002.

dera (6.3%). La pertenencia territorial es una fuente importante de percepción ciudadana: 9.7% de los encuestados declaran, de manera espontánea, ser ciudadano mexicano por el hecho de haber nacido en México.¹⁵

Otra referencia es la Encuesta Nacional de Cultura Política y Prácticas Ciudadanas (Encup 2003), desarrollada por la Secretaría de Gobernación (Segob) y el Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI) y aplicada en febrero de 2003.

Este estudio intentó conocer, por un lado, de qué manera afectó el cambio político de 2000 la percepción política de los ciudadanos, y, por otro, los niveles del compromiso cívico de la población, conocimiento necesario para la construcción de la ciudadanía y la consolidación de la democracia.

La pregunta “¿qué significa para usted ser ciudadano?”, tuvo como respuesta, en primer lugar, el tener derechos y obligaciones (49.5%), en segundo, el poder votar (16.3%), y enseguida, el tener responsabilidades (8.4%).

Como se puede observar, las dos encuestas no muestran cambios radicales en la cultura política de los ciudadanos, por lo que las áreas de “oportunidad” de la cultura política democrática son las mismas que se observaron en 1999, si bien es cierto que para un sector la ciudadanía significa vivir en un ambiente de libertades democráticas, así como reconocer que el voto es importante.

3.4 Conocimientos y habilidades para el ejercicio de la ciudadanía

3.4.1 Conocimientos

La ciudadanía es la condición que permite a la persona transitar con plenitud de lo privado a lo público, transitar de la esfera de lo que le es familiar hacia el ámbito de su comunidad, en la que mucho y muchos serán desconocidos. La democracia es el sistema que, ejercido en su plenitud, hace iguales a las personas a través de la expresión, de la participación del voto y, por tanto, les otorga la confian-

za suficiente para participar por objetivos comunes, a pesar de las visiones y posiciones distintas que poseen los integrantes de una misma comunidad política.¹⁶

La calidad ciudadana comienza a construirse cuando la persona siente la necesidad de informarse y exige estar convenientemente informada de lo que ocurre fuera de su casa (*identidad ciudadana*); cuando se dota de elementos que la ayudan a discernir, a edificar la crítica personal y a razonar sobre su comunidad política (*pertenencia*).

La ciudadanía se adquiere cuando la persona se otorga a sí misma, y en toda conciencia, el derecho a exigir lo que le corresponde (*autoafirmación*). Más aún, cuando se asume como sujeto político capaz de influir en el entorno social y político que la rodea (*participación*).

Esta conciencia encuentra su expresión más acabada cuando lleva al sujeto a ser observante y respetuoso del cumplimiento de sus obligaciones ciudadanas (*responsabilidad*).

Retomando las palabras de Hannah Arendt, “la ciudadanía es el derecho a tener derechos, los cuales sólo es posible exigir a través del pleno acceso al orden jurídico que únicamente la ciudadanía concede”. Por tanto, el ciudadano es el sujeto de derechos, alguien que conoce sus derechos y tiene la posibilidad y la capacidad de defenderlos. Pero la calidad de la ciudadanía no sólo depende del *ejercicio de derechos*: es necesaria también la presencia de la *conciencia ciudadana*, es decir, “la convicción de que se cuenta con el reconocimiento del Estado al que pertenece, y que dicho reconocimiento se expresa en prácticas concretas que aseguran el ejercicio ciudadano”.¹⁷

Por lo tanto, la *conciencia ciudadana*¹⁸ se construye con tres elementos esenciales: el conocimiento de los derechos y obligaciones ciudadanos, la identificación del Estado como responsable de su conocimiento y traducción en leyes y políticas que aseguren su realización, y el conocimiento de las formas legítimas para plantear las demandas.

Se puede decir que la *práctica ciudadana* implica necesariamente la existencia previa de un piso mínimo de dere-

¹⁵ Instituto Federal Electoral-Instituto de Investigaciones Sociales de la UNAM, *Encuesta Nacional de Valores de la Cultura Política. Ciudadanos y Cultura de la Democracia*, México, 1999.

¹⁶ Instituto Federal Electoral, *Programa Estratégico de Educación Cívica 2005-2010*, México, 2005, p. 17.

¹⁷ *Ibid.*, pp. 17-18.

¹⁸ *Ibid.*, p.18.



chos humanos: el derecho a estar informado sobre asuntos públicos, así como la libertad de expresión, libertad para organizarse y para reunirse; todas ellas son vías inseparables de la participación en el debate político.

Robert Dahl sintetiza en ocho los procedimientos que adjetivan la extensión de la llamada dimensión poliárquica respecto a la ciudadanía activa:

-  Libertad para formar y pertenecer a organizaciones de la sociedad (libertad de asociarse y/o juntarse respetando la legalidad vigente)
-  Libertad de expresión (cualquier tema de orden público, sin transgredir el derecho de terceros)
-  Derecho al voto (conciencia ciudadana, votar, abstenerse)
-  Derecho a ser elegible para los cargos de elección popular (derecho a ser votado)
-  Libertad para competir por el apoyo de los votantes (campañas políticas para los diferentes cargos de elección)
-  Elecciones libres y justas
-  Instituciones que hagan gobierno en dependencia de los votos y de otras expresiones de participación ciudadana (poderes ejecutivo y legislativo, así como autoridades administrativas delegacionales)

Es necesario subrayar que la democracia, marco en el cual se pone en práctica la ciudadanía, no puede entenderse como un fin en sí mismo, sino como un medio para resolver los problemas de la sociedad que elige tal forma de gobierno y que trata de evitar el autoritarismo y la violencia. La democracia es, en primer lugar, un engranaje de procedimientos que le permite a cada persona existir políticamente en sociedad y manifestar sus convicciones de manera abierta en el espacio público por medio del ejercicio ciudadano.

3.4.2 Autoridades e instituciones

Para el ejercicio de la ciudadanía, los ciudadanos se relacionan directa e indirectamente con las instituciones (organismos electorales, partidos políticos, agrupaciones políticas, etc.) y las autoridades.

El *Estatuto de Gobierno del Distrito Federal* establece que el gobierno del Distrito Federal está a cargo de los poderes federales y de los órganos Ejecutivo, Legislativo y Judicial de carácter local, de acuerdo con lo establecido por la *Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos*; asimismo, que las autoridades locales de gobierno del Distrito Federal son la Asamblea Legislativa, el jefe de Gobierno y el Tribunal Superior de Justicia del Distrito Federal.

La función legislativa corresponde a la Asamblea Legislativa, la cual se integra por 40 diputados elegidos según el principio de mayoría relativa, mediante el sistema de distritos electorales uninominales, y 26 diputados elegidos según el principio de representación proporcional, mediante el sistema de listas votadas en una circunscripción plurinominal. Los diputados a la Asamblea Legislativa serán elegidos cada tres años y por cada propietario se elegirá un suplente.

El jefe de Gobierno tendrá a su cargo el órgano ejecutivo de carácter local, y la administración pública en la entidad recaerá en una sola persona, elegida por votación universal, libre, directa y secreta. La elección de jefe de Gobierno se realizará cada seis años, en la misma fecha en que se realice la elección del Presidente Constitucional de los Estados Unidos Mexicanos. La Administración Pública del Distrito Federal contará con un órgano político-administrativo en cada demarcación territorial (delegaciones); cada delegación se integrará con un titular, el jefe delegacional, elegido por voto universal, libre, secreto y directo cada tres años.

La función judicial del fuero común la ejercerá el Tribunal Superior de Justicia del Distrito Federal, el Consejo de la Judicatura del Distrito Federal, los jueces y demás órganos que su ley orgánica señale.

La relación con las instituciones es muy importante, ya que muchos elementos de la identidad ciudadana se configuran en ella. Esta relación presenta características particulares ya que, en lo general, el contenido del reconocimiento que las instituciones otorgan a la noción de ciudadano es

usualmente delimitado y no abierto a negociaciones. Es más, se presenta acompañado de una serie de condiciones subyacentes que restringen la participación ciudadana a expresiones consideradas institucionalmente como adecuadas, excluyendo otras que pudieran poner en entredicho el control institucional.¹⁹

Entre estas instituciones se encuentra el IEDF, que es el organismo público, autónomo, depositario de la autoridad electoral y responsable de la función estatal de organizar las elecciones locales y los procedimientos de participación ciudadana. Entre los fines que norman la acción del IEDF están los de contribuir al desarrollo de la vida democrática, asegurar a los ciudadanos el ejercicio de sus derechos político-electorales y vigilar el cumplimiento de sus obligaciones, llevar a cabo la promoción del voto y coadyuvar a la difusión de la cultura democrática.

Por otra parte, los ciudadanos pueden participar y vincularse con las asociaciones políticas, que son reconocidas por la *Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos*, el *Estatuto de Gobierno del Distrito Federal* y el *Código Electoral del Distrito Federal*; éstas constituyen entidades de interés público, con personalidad jurídica propia, que contribuyen a la integración de la representación de los ciudadanos, de los órganos de gobierno del Distrito Federal, y a hacer posible el acceso de éstos a los cargos de elección popular.

En el Distrito Federal los ciudadanos pueden asociarse políticamente en los partidos políticos nacionales y en las agrupaciones políticas locales. Estas últimas son formas de asociación ciudadana que coadyuvan al desarrollo de la vida democrática y de la cultura política, a la creación de una opinión pública mejor informada, y son un medio para la participación en el análisis, discusión y resolución de los asuntos políticos de la Ciudad de México. Asimismo, el Artículo 41 de la *Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos* establece que los partidos políticos son entidades de interés público cuyo fin es promover la participación del pueblo en la vida democrática, contribuir a la integración de la representación nacional y, como organizaciones de ciudadanos, hacer posible el acceso de éstos al ejercicio del poder público.

3.4.3 Habilidades²⁰

Ejercer ciudadanía “implica el fomento de una cultura política que estimule la participación cívica y civilizada, así como el respeto a los derechos humanos, a las diferencias culturales y a las minorías, tanto en el ámbito público como privado, en un marco de justicia y libertad. Para ello, es esencial proveer a la población tanto del conocimiento de los principios que dan forma a la democracia, sus valores, su evolución histórica, como de habilidades y destrezas que estimulen su disposición a participar y a involucrarse en los asuntos públicos”. En suma, algunas habilidades que se pretende desarrollar en el taller “Ciudadanía y mujeres en el Distrito Federal” son:

- El conocimiento y ejercicio de los derechos y deberes fundamentales de las personas
- Las habilidades y actitudes necesarias para resolver los conflictos de manera no violenta
- El conocimiento y la interiorización de normas, así como el desarrollo de la capacidad legislativa
- El desarrollo de habilidades para comprender, analizar y procesar críticamente la información que proporcionan los medios de comunicación
- El uso del conocimiento para la participación, la toma de postura, el diálogo o el ejercicio de la función pública
- La construcción de identidades colectivas (sujetos) que defiendan y creen derechos, y que aprovechen oportunidades para hacerlos reconocer en la sociedad y en las instituciones
- La formación de la virtud civil, de la solidaridad y de la responsabilidad pública de actuar y participar en los campos de la argumentación y de la defensa de los derechos

¹⁹ C. Taylor, “The politics of recognition”, en A. Gutmann (ed.), *Multiculturalism*, Princeton, 1994.

²⁰ Silvia Conde, *op. cit.*, pp. 37-39.



- El desarrollo de valores y prácticas solidarias hacia las víctimas del totalitarismo, de la injusticia social, la discriminación y otras violaciones a los derechos humanos.
- La formación crítica y la creación de capacidades para intervenir en la cultura productiva y el mundo del trabajo.
- La formación de habilidades y actitudes de respeto a las diversidades y de lucha por la equidad de género, la multiculturalidad y todas las formas de pluralismo.

3.5 Hacia una ciudadanía activa

La ciudadanía activa debe partir de su gestación y ejercicio en el ámbito privado y, en un segundo momento, debe desarrollarse y ejercitarse en el ámbito público; en este sentido, retoma el interior del núcleo familiar, lugar donde se forja y se construye desde su origen el futuro ciudadano.

La familia representa el ámbito privado, en donde se gestan y se correlacionan entre sí los conocimientos, rituales, enseñanzas y valores, sobre todo los democráticos que nos permiten construir y vivir en espacios de armonía y justicia; es donde se enseña a conocer y reconocer el sentido de la vida. Es donde, a través del ejemplo, el diálogo, la inclusión, la equidad, los futuros hombres y mujeres juegan, ejercitan, aprenden de la imitación, el valor y la importancia de participar.

Para desarrollar una ciudadanía activa retomamos una visión integral de las diferentes esferas que conforman y en las que se ejerce la ciudadanía.²¹ Esta ciudadanía integra al ciudadano los derechos políticos y civiles, así como los sociales, los económicos y los interculturales. Una ciudadanía no se entiende como tal si hay ausencia de alguno de estos componentes.

La ciudadanía implica por lo tanto el cambio de paradigmas en la esfera política, económica, social y cultural. En este sentido, definimos que un ciudadano activo se ejerce de manera crítica, razonada y encaminada en todo momento al bien común de su comunidad, sin que ello signifique la dilución de su individualidad.

Un ciudadano activo es aquel que:

- Ejerce su ciudadanía de manera activa y razonada, es decir; que en su condición de libre e igual participa en el ejercicio de los cargos públicos, deliberaciones privadas y públicas.
- Tiene acceso a derechos sociales como casa, empleo, salario, programas de salud, prestaciones sociales, etcétera; y en caso de no tenerlos, lucha de manera organizada y propositiva por obtenerlos.
- Participa de manera activa y razonada en la crítica proactiva, constructiva y propositiva, en la toma de decisiones económicas, ya sea en las consultas públicas para la elaboración de propuestas de ley en la materia, o dentro de su espacio de trabajo (empresa).
- Forma parte de la sociedad civil organizada (agrupaciones cívicas, religiosas, de ciudadanos, vecinos, profesionistas, movimientos sociales, grupos de interés, etcétera).
- Reconoce la existencia de distintas formas de cultura, las respeta en sus diferentes manifestaciones: rituales, tradiciones y derechos. Asimismo, las integra en las decisiones políticas, económicas y sociales y lucha a través del debate y la participación en la construcción de espacios jurídicos, sociales y de políticas públicas que las cobijen.

Por lo tanto, un ciudadano activo que se asume como tal, participa de manera razonada, con una visión de justicia y bien común, en todos los espacios que fomenten el trato y el desarrollo democrático del individuo.

Se debe hacer especial énfasis en el desarrollo de la *ciudadanía política*, ya que ésta permite y abre la puerta al desarrollo de las demás formas o esferas en donde se manifiesta la esencia de la ciudadanía misma.

Podemos hablar de dos tipos de ciudadanos, los activos y los pasivos, los cuales pueden tener las características siguientes:²²

²¹ Adela Cortina, *Ciudadanos del mundo. Hacia una teoría de la ciudadanía*, Madrid, Alianza Editorial, 1999, p. 29.

²² Instituto Electoral del Distrito Federal, *Elecciones y democracia / Proceso Electoral Local 2003*, México, 2003, p. 11.

Ciudadano pasivo	Ciudadano activo
Desconoce sus derechos y no cumple con sus obligaciones.	Se interesa por conocer sus derechos y obligaciones.
Permite que los demás decidan quién va a gobernar su ciudad, porque no quiere o no le interesa votar.	Se informa para decidir por quién va a votar.
Conoce y utiliza los instrumentos de participación ciudadana para emitir su opinión sobre asuntos públicos.	No se atreve o no está interesado en opinar sobre los asuntos públicos.
Siempre encuentra a quién culpar cuando las cosas resultan mal, pero no aporta nada.	Ejerce su derecho a evaluar y vigilar el desempeño de sus gobernantes y representantes y se interesa en participar para mejorar su entorno.
Se queja de los problemas de su colonia, pero cuando lo invitan a participar no se involucra.	Se organiza con sus vecinos para hacer mejoras a su colonia o gestionar servicios ante las autoridades.

3.6 Programa de actividades para el taller

El taller “Ciudadanía y mujeres en el Distrito Federal” está programado para ser impartido en sesiones unitarias de dos horas. Se calcula contar con grupos de un máximo de 15 participantes.

Se estableció la modalidad de trabajo en taller, lo que permite promover la participación de las mujeres, con la intención de que adopten un papel protagónico en las actividades del mismo.

El taller contiene una serie de temas previamente establecidos que centran su orientación y propósito en el proceso de formación, promoviendo el análisis, aprendizaje de contenidos y reflexión.

El taller “Ciudadanía y mujeres en el Distrito Federal” pretende constituirse en un espacio vivencial donde las mujeres externen sus experiencias y las enriquezcan con la información brindada, así como por los saberes compartidos con otras mujeres.

3.7 Objetivos del taller

3.7.1 Objetivo general

Propiciar en las mujeres del Distrito Federal la reflexión y acción de su ciudadanía en el nivel personal, familiar y en su entorno social.

3.7.2 Objetivos específicos

- Que las participantes se identifiquen como ciudadanas.
- Que las mujeres reconozcan los espacios en donde pueden ejercer su ciudadanía.
- Que las mujeres reflexionen acerca de la importancia del ejercicio de su ciudadanía a partir de la interacción familiar, en la escuela y en su comunidad.
- Que las mujeres reconozcan a los actores con los que interactúan en el ejercicio de su ciudadanía y la ejerciten a través del diálogo, los acuerdos, la resolución de conflictos, etcétera.
- Que las mujeres reconozcan la diferencia entre ciudadanía activa y ciudadanía pasiva.

3.8 Temas a desarrollar

3.8.1 Conceptos de ciudadanía y autoafirmación

Rescatar en las mujeres los elementos culturales que les permitan elaborar una visión de sí mismas en su ámbito social.

3.8.2 Espacios donde se construye y ejerce la ciudadanía

- La familia-hogar (como estructura familiar y relaciones de intimidad)
- La vida en comunidad (en la cual se considera la participación ciudadana en los diferentes ámbitos sociales, culturales y políticos)



- El espacio escolar (como condición de nivel de conocimientos y espacio para desarrollar cierta práctica política)

3.8.3 Conocimientos y habilidades para el ejercicio de la ciudadanía

- Identidad y conciencia ciudadana
- Autoridades inmediatas (jefe de Gobierno, jefe delegacional, diputados de la Asamblea Legislativa del Distrito Federal)
- Instituciones (IEDF, partidos políticos, agrupaciones políticas locales)
- Toma de decisiones, responsabilidad, diálogo, resolución de conflictos de manera no violenta, participación, desarrollo de valores y prácticas solidarias

3.9 Mensajes clave a transmitir

Es importante que, como promotoras e impulsoras de procesos de formación ciudadana, se tenga claridad sobre los tres mensajes clave que se han de transmitir a las participantes en los talleres:

- Las mujeres son ciudadanas con derechos.
- Las mujeres ejercen su ciudadanía cotidianamente.
- El ejercicio de la ciudadanía es importante para ellas y para la sociedad.

Para ello es conveniente contestar tres preguntas guía:

a) ¿Qué es la ciudadanía y cómo se adquiere?

La ciudadanía no sólo se adquiere al cumplir la mayoría de edad, sino que se va construyendo a lo largo de la vida de las personas.

b) ¿Cómo pueden las mujeres ejercer la ciudadanía?

Asumiéndose como ciudadanas para actuar en los espacios públicos y privados.

c) ¿Por qué es importante ejercer la ciudadanía?

Porque ello les permite el posicionamiento como personas plenas en cualquier espacio de interacción.

En un trabajo de formación con adultos, es importante conocer el perfil psicológico de las mujeres para ser más certeros en la forma en que nos dirigimos a ellas, así como en el manejo de contenidos específicos.

3.10 Descripción de contenidos

El primer tema, *Construcción del término ciudadanía*, permitirá abordar el concepto a partir de ejemplos vivenciales, es decir, la forma en que cada mujer se otorga a sí misma y en plena conciencia el derecho a exigir lo que a ella le corresponde.

En este apartado se revisa la construcción de este concepto, se hace un recorrido a través del tiempo acerca de la presencia de las mujeres en la vida pública y de su reconocimiento como ciudadanas, de su capacidad para asumirse como sujetos con derechos y obligaciones, así como para aprender a defender sus derechos y disfrutarlos.

Es de suma importancia que las asistentes al taller aprendan que la ciudadanía se construye con tres elementos esenciales: a) conocimiento de derechos y obligaciones políticos; b) identificación del Estado y, por lo tanto, de su adecuada traducción de leyes y políticas que logren asegurar su realización, y c) conocimiento de las formas legítimas para plantear sus demandas, es decir, la capacidad de dialogar, tomar decisiones, organizarse y resolver los conflictos de manera no violenta. De tal forma que la ciudadanía es el requisito que permite a las personas circular con plenitud de lo privado a lo público, el paso de la esfera privada a la social.

El segundo tema, *Espacios donde se construye la ciudadanía*, ofrece la posibilidad de reconocer los diferentes ámbitos en donde la mujer concreta el ejercicio de la ciudadanía de manera cotidiana, resaltando que la ciudadanía implica su involucramiento como sujeto político capaz de influir en el entorno social y político que le rodea.

Los espacios donde se construye y ejerce la ciudadanía son los siguientes:

Familia-hogar. Representa la esfera privada, personal, en donde se producen y se correlacionan entre sí los conocimientos, rituales, enseñanzas y valores, sobre todo los democráticos que permiten vivir y construir espacios de justicia y acuerdos; es donde se enseña el sentido de la vida a

través del ejemplo, el diálogo y la equidad, el lugar donde se ejercita, se aprende y se reproduce la importancia y el valor de la participación.

Vida en comunidad. Es el espacio donde se considera la participación ciudadana en los diferentes ámbitos sociales, culturales y políticos.

Espacio escolar. Es el ámbito en el que se desarrolla el nivel de conocimientos básicos que permiten la aprehensión del mundo social. También es el lugar en el que se desarrollan actividades de participación, actividades socio-culturales que van a servir como punto de partida para propiciar cierta práctica política en la búsqueda de un bien común, fomentando el ejercicio cotidiano del juicio por medio del análisis y el diálogo.

El tercer tema, *Conocimientos y habilidades para el ejercicio de la ciudadanía*, pretende abordar y reconocer a los diferentes participantes en los espacios públicos que intervienen en la construcción de espacios democráticos, tales como autoridades, instituciones y ciudadanos.

Asimismo, a través del desarrollo de distintas habilidades como toma de decisiones, responsabilidad, diálogo, resolución de conflictos de manera no violenta, participación, desarrollo de valores y prácticas solidarias, etc., se pretende fomentar el ejercicio de la ciudadanía activa.

3.11 Sugerencias didácticas

El taller impulsará una construcción colectiva del conocimiento basada en experiencias previas de las participantes. Es indispensable que las mujeres sean quienes opinen y tomen la palabra en un espacio de confianza y respeto mutuo.

El objetivo fundamental es que todos los aprendizajes transcurran por un proceso interno de resignificación.²³ Para ello es importante el rescate de los saberes de las mujeres, de sus experiencias previas, de los conocimientos que poseen.

Una vez identificado el conocimiento que se posee, viene el momento de nutrirlo con nueva información, la cual

quizá se contraponga y contraste con lo que ya se sabe, pero que, en la medida en que se elabora un discernimiento de esta información, va tomando sentido.

La nueva información deberá ubicarse en un contexto próximo y cotidiano para las participantes, pues en esta medida les será más fácil de entender. Es decir, si esta información se vincula a los casos que las participantes mencionan, entonces se le otorga una utilidad práctica que facilita en gran medida su asimilación.

Cuando la información ya fue procesada, es necesario que se abra un espacio de enunciación, es decir, que las participantes expresen o plasmen por cualquier medio el aprendizaje logrado. De esta forma, se cierra el proceso de aprendizaje y se cumple con el propósito de que sea el sujeto quien reorganice y decida qué información incorpora a sus saberes. Cabe mencionar que cuanto más útil sea el conocimiento, mejor será la aprehensión del mismo.

3.12 Evaluación

Esta actividad tiene el propósito de valorar el desarrollo del taller y la aceptación por las asistentes, así como de retroalimentar futuras actividades. Para ello, se les aplicará un cuestionario de opinión, el cual deberá ser respondido de manera individual y anónima.

3.13 Organización del taller

1. La promotora hace la presentación institucional, da a conocer el objetivo del taller y el papel del IEDF en materia de educación cívica.
2. Se realiza una dinámica de integración que permita el "rompimiento del hielo" y la interacción lúdica de las participantes en el taller. La actividad que se desarrolla es *Presentación con adjetivos* (véase 3.15 Descripción de dinámicas).
3. El primer tema, *Desarrollo del concepto de ciudadanía y autoafirmación*, pretende que las mujeres reflexionen sobre el ser mujer como producto de una construcción cultural y social que les asignó roles y funciones que cumplir.

²³ David Ausubel, *Teoría del aprendizaje significativo*, www.monografia.com/trabajos6/apsi.shtml (*resignificación* implica el proceso de una nueva conceptualización de la realidad en la que lo más importante es entender el contexto que la genera).



La promotora realizará una breve exposición sobre el concepto de ciudadanía, resaltando las experiencias y vivencias diarias de las participantes. Posteriormente, a través de la dinámica *Pintando muros*, se dibujarán los valores sociales y culturales que ejemplifiquen todo lo que las describe como mujeres dentro del ámbito social; esto las conducirá a que reconozcan y reflexionen sobre las fortalezas y debilidades de sus roles sociales. También se les solicitará que se dibujen en el lugar en el que ellas se ubiquen; una vez realizada esta actividad, las participantes se colocan en un círculo y muestran sus dibujos.

En este momento, la promotora guía la reflexión en torno al ser mujer con roles y funciones sociales y como poseedora de derechos. El propósito es coadyuvar a un proceso de autoafirmación elaborando una visión de sí mismas en el espacio social.

4. Para el segundo tema, *Espacios donde se construye la ciudadanía*, la promotora elaborará un cuadro sinóptico a partir de una lluvia de ideas con las participantes; deberá resaltar la familia-hogar, la comunidad y el espacio escolar.

5. Para el tercer tema, *Conocimientos y habilidades para el ejercicio de la ciudadanía*, se rescatará el conocimiento que tienen las participantes sobre autoridades e instituciones que intervienen en el ejercicio ciudadano, abordando las siguientes habilidades: toma de decisiones, responsabilidades, diálogo, resolución de conflictos de manera no violenta, participación, desarrollo de valores y prácticas solidarias, para llegar a ejemplificar el ejercicio de una ciudadanía activa.

La promotora empleará el juego didáctico *Círculo ciudadano*, con la finalidad de que las participantes asimilen y ejerciten el concepto.

Círculo ciudadano

1. La promotora comunitaria será la coordinadora del juego y la conductora del debate. Para iniciar el juego repartirá todos los actores sociales del juego entre las participantes (en caso de que sean pocas mujeres, cada una podrá desempeñar hasta dos papeles).

2. La promotora colocará en el centro del salón el *Círculo ciudadano*, pedirá a las participantes que se ubiquen alrededor del círculo y explicará la mecánica del juego.
3. La promotora tendrá consigo las tarjetas que contienen las problemáticas para cada uno de los actores sociales diferenciadas por color. Tendrá también una caja con las bolas de unicel con las que irá sorteando a qué personaje le toca resolver un problema.
4. La promotora iniciará el juego agitando la caja con las bolas de unicel, mientras dice: "Este círculo de ciudadanas solicita la presencia de...", y en ese momento sacará una bola de unicel con el personaje al que le toca resolver el problema.
5. La participante a la que le haya tocado el actor social señalado expresará: "¡Aquí estoy!", y se colocará en la parte exterior del círculo, en el espacio que marque su papel.
6. La promotora le dará a escoger una tarjeta con los casos problema del respectivo actor social.
7. La participante tomará una tarjeta, que será del mismo color que su espacio en el círculo, y leerá en el anverso el caso ahí expuesto, así como las preguntas detonadoras.
8. La misma participante dará su respuesta. La promotora indagará si hay claridad sobre la respuesta y, en caso de que haya duda, la promotora pedirá a la misma participante que lea la propuesta de solución al reverso de la tarjeta.
9. La idea es que las participantes se expresen en libertad y opinen sobre los casos expuestos, a fin de identificar en ellos algunas atribuciones de las autoridades inmediatas, así como el reconocimiento en su vida cotidiana de diferentes habilidades que las podrían ayudar en el ejercicio de una ciudadanía activa y responsable.
10. La participante en turno será la encargada de continuar con la dinámica del juego expresando en voz alta: "Este



3.14 Carta descriptiva

Tema	Objetivo	Técnica	Actividades	Tiempo	Medio a utilizar
Presentación	Dar a conocer a los asistentes el objetivo del taller	Expositiva	La promotora se presentará y agradecerá la asistencia de las participantes al taller. Hará una breve explicación en la que dirá de dónde viene, resaltando el papel del IEDF en materia de educación cívica, así como su papel de promotora.	5 min	Rotafolio con hoja de bienvenida
Integración	Lograr la integración de las participantes al taller	Dinámica de grupo	Presentación con adjetivos. A través del uso de adjetivos, cada participante se presentará mencionando la palabra que más la identifique.	15 min	
Desarrollo del concepto de ciudadanía y autoafirmación	Que las mujeres se identifiquen como ciudadanas	Expositiva	La promotora hará una exposición de lo que implica la ciudadanía como visión integral, resaltando las experiencias y vivencias diarias de las participantes.	10 min	Hojas de papel Bond o kraft y lápices, plumones de colores
			<i>Pintando muros</i>		
		Dinámica de grupo	Expresarán los valores sociales y culturales dominantes con un dibujo que ejemplifique todo lo que las describe como mujeres dentro del ámbito social. Reconocerán y reflexionarán sobre las fortalezas y debilidades de sus roles sociales. También se solicitará a las participantes que se dibujen en el lugar en el que ellas se ubiquen. Una vez realizada esta actividad, se colocarán en un círculo y mostrarán sus dibujos.	25 min	
			En este momento, la promotora guía la reflexión en torno al ser mujer con roles y funciones sociales y como poseedora de derechos. El propósito es coadyuvar a un proceso de autoafirmación elaborando una visión de sí mismas en el espacio social.		

Tema	Objetivo	Técnica	Actividades	Tiempo	Medio a utilizar
Espacios donde se construye y ejerce la ciudadanía. Familia-hogar Espacio escolar Comunidad	Que las mujeres reconozcan los espacios en donde pueden ejercer su ciudadanía. Que las mujeres reflexionen acerca de la importancia de su ejercicio a partir de la interacción familiar, en la escuela y en su comunidad.	Expositiva Lluvia de ideas Cuadro sinóptico	Elaboración por parte de la promotora de un cuadro sinóptico –a partir de una lluvia de ideas con las participantes– en el que se resalten sus derechos como ciudadanas.	20 min	Pizarrón y plumones (Centro) Rotafolio Hojas Bond Plumones (Domicilio)
Conocimientos y habilidades para el ejercicio de la ciudadanía hacia una ciudadanía activa	Que las mujeres reconozcan a los actores con los que interactúan en el ejercicio de la ciudadanía y la ejerciten a través del diálogo, los acuerdos, la resolución de conflictos, etc. Que las mujeres reconozcan la diferencia entre ciudadanía activa y pasiva.	Dinámica grupal	<i>Círculo ciudadano</i> Las participantes colocarán el <i>Círculo ciudadano</i> en el centro del salón. La promotora dará la indicación para girar alrededor del círculo. Las asistentes girarán según la indicación de la promotora y cada integrante del equipo comentará de qué manera considera que participaría la institución que está frente a ella conforme a la mecánica del juego.	30 min	<i>Círculo ciudadano</i> Juego didáctico
Cierre y agradecimiento		Plenaria		5 min	
Evaluación				10 min	

3.15 Descripción de dinámicas

3.15.1 Presentación con adjetivo

Propósito

Que las participantes se presenten al inicio de la sesión.

Desarrollo de la dinámica

La promotora dará las siguientes instrucciones: cada participante va a pensar en la palabra (adjetivo) que mejor la defina y que inicie con la misma letra que su nombre. Si les resulta difícil encontrar una característica importante cuya letra inicie con la primera letra de su nombre, pueden hacerlo con la primera letra de su apellido. Ejemplos: Gaby, generosa; Jiménez, justa; etcétera.



Al concluir la actividad, la promotora integrará subgrupos de tres a cinco personas y les indicará que compartan su nombre, apellido y adjetivo y la razón por la que escogieron esa cualidad.

A los cuatro minutos se cambiarán de subgrupo las participantes, procurando que no coincidan las mismas personas en el grupo.

Al concluir la actividad se solicita dos voluntarias, una de ellas señala a otra asistente y ésta dice su nombre; la persona que dijo su nombre señala a otra persona y ésta deberá decir el nombre de quien la señaló. Se repetirá la operación hasta que todas las participantes hayan dicho su nombre en público.

3.15.2 Pintando muros

Objetivo

Que las mujeres reflexionen sobre el ser mujer como producto de una construcción cultural y social que les ha asignado roles y funciones que deben cumplir, partiendo de ejemplos vivenciales, así como la forma en que cada mujer se otorga a sí misma y en plena conciencia el derecho a exigir lo que le corresponde.

Materiales

Hojas de papel kraft, plumones o crayones de cera, gomas para borrar, lápices.

Desarrollo de la dinámica

La dinámica inicia con el siguiente comentario por parte del promotor: "Como ustedes saben, en ciertas épocas los muros de la ciudad se ven cubiertos por consignas o propaganda, y en algunas instituciones se ha destinado un muro interior para que las personas escriban o dibujen lo que se les ocurra. Hoy vamos a vivir esta experiencia, así es que en este muro cada una de ustedes elegirá un espacio donde hará un dibujo con los valores sociales y culturales que ejemplifique todo lo que las describe como mujeres dentro del ámbito social."

También se les solicita a las participantes que se dibujen en el lugar en el que ellas se ubiquen, disponiendo de diez minutos para hacerlo.

Una vez realizada esta actividad, las participantes se

colocan en un círculo y muestran sus dibujos, se invitará a cada una de ellas para que comente lo que hizo y la razón.

Al concluir el ejercicio, el promotor realizará un cierre resaltando los roles y funciones sociales que más haya mencionado el grupo. El propósito es coadyuvar a un proceso de autoafirmación a partir de su propia visión en el espacio social.

Bibliografía

AGUIRRE, Rosario, *Género, ciudadanía social y trabajo*, Uruguay, Facultad de Ciencias Sociales, Depto. de Sociología, Universidad de la República, 2003.

AJAMIL GARCÍA, Menchu, *Género y ciudadanía: Análisis de desafíos para el Estado y el desarrollo local*, Panamá, VIII Congreso Internacional del CLAD sobre la Reforma del Estado y de la Administración Pública, 28 al 31 octubre de 2003.

BATTHYÁNY, Karina, "Derechos sociales, ciudadanía y género", en *Cuidado infantil y trabajo ¿un desafío exclusivamente femenino?*, Montevideo, Oficina Internacional del Trabajo, 2004.

BOTTOMORE, Tom & Thomas Humphey, *Ciudadanía y clase social*, México, Alianza Editorial, 1998.

BOBES, Velia Cecilia, "Ciudadanía", en *Léxico de la política*, México, Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales, 2000.

BRANDEN, Nathaniel, *Los seis pilares de la autoestima*, México, Paidós, 1998.

BUXARRAIS, María Rosa et al., *La educación moral en primaria y en secundaria. Una experiencia española*, México, Secretaría de Educación Pública (Biblioteca Normalista), 1997.

Código Electoral del Distrito Federal, México, IEDF, 2004.

CONDE, Silvia, *Formación Ciudadana. Elementos para un modelo pedagógico*, documento de trabajo, México, IEDF, 2002.

CONSTANTINO TOTO, Mario, "Participación ciudadana", en *Léxico de la política*, México, Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales, 2000.

CONSTITUCIÓN POLÍTICA DE LOS ESTADOS UNIDOS MEXICANOS, México, Esfinge (Colección Jurídica), 2004.

CORTINA, Adela, *Ciudadanos del mundo / Hacia una teoría de la ciudadanía*, Madrid, Alianza Editorial, 1999.

CRESPO, José Antonio, *La democracia real explicada a niños y jóvenes*, México, Fondo de Cultura Económica, 2004.

Estatuto de Gobierno del Distrito Federal, México, Senado de la República, 2005.

GARCÍA CABRERO, Benilde, "Educación, ciudadanía y participación democrática", en *Deconstruyendo la ciudadanía. Avances y retos en el desarrollo de la cultura democrática en México*, México, Secretaría de Gobernación-Secretaría de Educación Pública-Instituto Federal Electoral-Miguel Ángel Porrúa, 2001.

INSTITUTO ELECTORAL DEL DISTRITO FEDERAL, *Guía del instructor*, México, IEDF, 2003.

_____, *Carpeta didáctica para la formación ciudadana de las mujeres en el Distrito Federal*, México, IEDF, 2004.

INSTITUTO FEDERAL ELECTORAL-INSTITUTO DE INVESTIGACIONES SOCIALES de la UNAM, *Encuesta Nacional de Valores de la Cultura Política, Ciudadanos y Cultura de la Democracia*, México, 1999.

INSTITUTO FEDERAL ELECTORAL, *Jornadas Cívicas. Infantiles, juveniles y adultos*, México, 1999.

INSTITUTO FEDERAL ELECTORAL, *Programa Estratégico de Educación Cívica 2005-2010*, México, IFE, 2005.

MEYENBERG, Yolanda y Julia Flores (coords.), *Ciudadanos y cultura de la democracia*. Encuesta nacional, IFE-UNAM, IIS, México, 2000.

MUÑOZ Guadarrama, Adela, "Derechos civiles, derechos políticos", en *Memoria del ciclo de conferencias "Mujer y política"*, México, Tribunal Electoral del Distrito Federal, 2004.

OCHOA ÁVALOS, María Candelaria, "El derecho al voto, un paso hacia la ciudadanía de las mujeres", México, *La Ventana*, núm. 19, 2004.

SÁEZ, Juan y Andrés Escarbajal, "Características pedagógicas de la promotora", en *La educación de personas adultas: en defensa de la reflexividad crítica*, España, Amarú, 1998.

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA, *Cuaderno de dinámicas grupales*, México, 1999.

SENGE, Peter, *La quinta disciplina en la práctica*, Madrid, Gernica, 1999.

TAYLOR, C., "The politics of recognition", en A. Gutmann (ed.), *Multiculturalism*, Princeton, 1994.

TEJERA GAONA, Héctor, "Imaginario ciudadano e imaginarios sobre lo ciudadano: procesos electorales e identidad ciudadana en el Distrito Federal", en Instituto Electoral del Distrito Federal, *Democracia y formación ciudadana*, México, IEDF (Colección Sinergia, núm. 2), 2002.

Publicaciones electrónicas

AUSUBEL, David, "Teoría del aprendizaje significativo", www.monografía.com/trabajos6/apsi.shtml

BERTOLOTTI, Adriana, "Ciudadanía de las mujeres: un reto de las democracias de nuestra región", Internet, Monografías.com



4. TALLER “AUTOESTIMA Y PARTICIPACIÓN CIUDADANA”

4.1 La importancia de la autoestima

La autoestima es una necesidad psicológica básica. Y de todos los juicios que hacemos en nuestra vida, ninguno es tan importante como juzgarnos a nosotros mismos. Ese juicio tiene una repercusión en cada momento y cada aspecto de nuestra existencia.

Nuestra autovaloración es el contexto básico en el que actuamos y reaccionamos, elegimos los valores, fijamos objetivos y nos enfrentamos a los desafíos que se presentan.

Las situaciones las resolvemos, en parte, basados en la idea de quiénes somos y quiénes creemos que somos: en otras palabras, nuestra *autoestima*.

Decir que la autoestima es una necesidad básica del ser humano es lo mismo que decir que es esencial para el desarrollo normal y sano. Es importante para la supervivencia. Sin autoestima positiva, el crecimiento psicológico se ve perturbado. La autoestima positiva actúa proporcionándonos resistencia, fortaleza y capacidad de regeneración.

En este marco la autoestima es un factor esencial para la realización personal.

4.2 Concepto de autoestima

De acuerdo con Nathaniel Branden,¹ autoestima es estar dispuestos a ser conscientes en que somos capaces de ser competentes para enfrentarnos a los desafíos básicos de la vida y de que somos merecedores de felicidad.

Por lo tanto, el concepto al que hacemos referencia se constituye por dos ideas básicas:

✿ *Autoeficacia*, es decir, confianza en nuestra capacidad de pensar, aprender, elegir y tomar las decisiones adecuadas

✿ *Autorrespeto*, basado en la confianza en nuestro derecho a ser felices

Para el autor, los desafíos básicos de la vida son aspectos tan fundamentales como ganarse la vida y cuidar de

uno mismo; ser competente en las relaciones humanas, es decir, ser capaz de mantener relaciones mayoritariamente satisfactorias para ambas partes y tener la resistencia que nos permite recuperarnos de la adversidad y perseverar en nuestras aspiraciones.

Jorge Bucay² reafirma la idea diciendo que la autoestima significa la capacidad de evaluarse o valorarse a sí mismo. En consecuencia, si alguien alcanza un buen nivel de autoestima significa que se valora adecuadamente.

4.3 ¿Cómo se construye la autoestima?

Tanto los hombres como las mujeres, si confiamos de forma realista en lo que pensamos y en nuestro valor, si nos sentimos seguros de nosotros mismos, solemos responder de manera adecuada a los desafíos y las oportunidades. La autoestima nos fortalece, da energía y motiva. Nos anima a tener éxito y, con ello, a disfrutar y estar orgullosos de nuestros logros.

Cuanto más alta sea nuestra autoestima, mayor será el deseo de expresarnos, nuestras comunicaciones tendrán la posibilidad de ser más abiertas, sinceras y adecuadas, porque creemos que nuestros pensamientos son valiosos y, por lo tanto, aceptaremos la realidad en lugar de temerla.

En este contexto, para lograr una buena autoestima, Branden propone desarrollar seis virtudes o prácticas, que son las siguientes:

✿ *Vivir conscientemente* (autoconciencia). Significa respetar la realidad sin evadirse ni negarla, estar presente en lo que hacemos mientras lo hacemos, intentar comprender todo lo que concierne a nuestros intereses, valores y objetivos y, finalmente, ser consciente tanto del mundo externo al yo como del mundo interior.

✿ *Autoaceptarse*. Es comprender y experimentar, sin negarlos ni rechazarlos, nuestros verdaderos pensamientos, emociones y acciones; ser respetuoso y compasivo con nosotros mismos, incluso cuando creemos que nuestros sentimientos y decisiones no son dignos de

¹ Nathaniel Branden, "Desafíos y logros en la búsqueda de una identidad propia", en *La autoestima de la mujer*, México, Paidós, 2004, pp. 17-61.

² Jorge Bucay, *De la autoestima al egoísmo*, México, Océano, 2003, pp. 25-90.



admiración ni nos gustan, y, por último, negarse a tener una relación de conflicto y rechazo con nosotros mismos.

-  *Ser autorresponsable.* Es reconocer que somos los autores de nuestras decisiones y acciones, que tenemos que ser la causa última de nuestra propia realización como personas, que nadie vive para servirnos a nosotros, que nadie va a venir a arreglarnos la vida, a hacernos felices o a darnos autoestima.
-  *Autorreconocerse.* Es respetar nuestros deseos y necesidades y buscar la manera de expresarlos adecuadamente en la realidad; tratarnos a nosotros mismos con decencia y respeto en nuestras relaciones con los demás; estar dispuestos a ser quienes somos y hacer que los demás se den cuenta de ello, defender nuestras convicciones, valores y sentimientos.
-  *Vivir con determinación.* Significa asumir la responsabilidad de identificar nuestros objetivos, llevar a cabo las acciones que nos permitan alcanzarlos y mantenerlos firmes con voluntad de llegar hasta ellos.
-  *Vivir con integridad.* Es tener principios de conducta a los que nos mantengamos fieles en nuestras acciones; ser congruentes entre lo que sabemos, lo que profesamos y lo que hacemos; mantener nuestras promesas y respetar los compromisos, es decir, ser coherentes con lo que manifestamos verbalmente.

El autor afirma que en la medida en que integren estas prácticas en sus actividades cotidianas, las mujeres podrán desarrollar su pleno potencial y adoptar estrategias efectivas que ayuden a resolver los retos de su género.

4.4 Autoestima de la mujer

A lo largo de la historia, la autoestima ha sido un rasgo que pocas culturas han valorado en las mujeres. La “feminidad” se identificaba habitualmente con la pasividad, no con la afirmación; con la complacencia, no con la independencia; con la dependencia, con el autosacrificio, no con la autosatisfacción.

La autoestima es indispensable para las mujeres que están abandonando los roles sexuales tradicionales, las que luchan por la autonomía emocional e intelectual, las que se esfuerzan por progresar en su trabajo y desafían prejuicios milenarios.

Desafiar esta visión tradicional de la mujer y mantener una que honre sus esfuerzos y sus potencialidades es en sí mismo un acto de autoestima.

Cuando una mujer tiene un buen nivel de autoestima, tiende a tratar bien a los demás y a exigir que la traten bien a ella. Tiene claras sus limitaciones y cuándo es aceptable o no la conducta del hombre elegido. No acepta malos tratos simplemente por estar enamorada. Identifica el amor con la alegría, no con el sufrimiento. Se siente *merecedora* de amor, al igual que se siente *merecedora* de éxito en su profesión.

Branden insiste en que la autoestima es una experiencia íntima: reside en el centro de nuestro ser. Es lo que pienso y lo que siento de mí mismo, no lo que piensa o siente alguna otra persona acerca de mí.

Es lo que las mujeres podemos hacer por nuestro propio bien, porque el nivel de autoestima es algo de lo que únicamente nosotras somos responsables.

4.5 La autoestima y su repercusión en el ámbito social

La persona es un ser que parte de los otros, al grado de que esos otros, que conforman un grupo social, le proporcionan modelos de identificación, lenguaje, normas y valores, y le brindan la posibilidad de construir su autoimagen e identidad.

Así, sucesiva y permanentemente seguirá necesitando de los demás para confirmar, aceptar, ratificar y convalidar esos dos elementos.

Por eso ambos ejes, el individual y el social, se retroalimentan, afectan e interrelacionan de manera tan directa. En el trabajo con las mujeres, si se tiene un desequilibrio (autovaloración negativa, problemas de convivencia significativos con los demás, etcétera), forzosamente afectará al otro elemento, al existir entre los dos un vínculo tan estrecho.

En el taller se llevará a cabo una revisión de ambos elementos y su incidencia en el actuar cotidiano.

En el plano individual, se valorará la percepción en torno al autorreconocimiento y la autoestima, se abordarán

los roles y actividades que llevan a cabo las mujeres en el espacio privado, de tal forma que ello influya en la toma de decisiones.

En el plano social, se reflexionará sobre la importancia de la participación para fortalecer la ciudadanía y complementarla con prácticas democráticas en la vida cotidiana.

La revisión de estos dos ejes permitirá vislumbrar de manera más clara la complejidad del “ser mujer” y potenciará sus capacidades como sujeto social.

De ahí que sea tan importante revisar cómo se encuentra la autoestima de las mujeres y si éstas realmente se asumen como personas valiosas en el espacio privado –que es donde tradicionalmente se las ubica– y con la capacidad de adjudicarse el espacio público, transformando arquetipos de un ámbito que es identificado como exclusivamente de los hombres.

4.6 Del espacio privado al público: el ejercicio de la ciudadanía

La articulación de las sociedades se ha dado a través de las épocas jerarquizando espacios: el espacio que se adjudica al hombre y el que se adjudica a la mujer. De esta distribución se deriva que las actividades más valoradas, de mayor prestigio, las realizan los hombres, que, por ende, se ubican en el espacio de lo público: es aquello que está expuesto a la mirada pública y por lo tanto se reconoce.

Para efectos de este taller, el espacio privado es aquel de la indiscernibilidad,³ donde se ubican las actividades que no se ven, pero que son valoradas de forma genérica. Es un papel que le ha sido atribuido a la mujer históricamente (ama de casa, encargada del cuidado de los hijos, distribuidora del ingreso, etcétera).

Partiendo de esta base, ¿es necesario que las mujeres pasen al ámbito público para ser reconocidas? No necesariamente, ya que el ámbito privado merece una individualización, un valor, pues en este espacio es donde se forman y articulan las sociedades; sin embargo, por medio del ejercicio de su ciudadanía las mujeres acceden al espacio público, es ahí donde se da la conexión de este espacio con el privado.

³ Es el espacio que no tiene reconocimiento, no hay manera de discernir los distintos niveles de competencia con parámetros objetivos.

Para el Instituto Electoral del Distrito Federal, el ser ciudadano implica un conjunto de valores, habilidades y conocimientos que configuran una cultura política que se despliega en el ejercicio de principios democráticos y de sus derechos; en la capacidad y disposición para participar en la vida pública, tomar decisiones, organizarse y resolver conflictos de manera no violenta; implica el ejercicio de los derechos y la vivencia de valores como la igualdad, la libertad y la tolerancia, entre otros.

La ciudadanía no se ejerce solamente cuando se deposita el voto en una elección, sino que se fortalece en cualquier espacio:

-  Ciudadanas que en el ámbito familiar o privado forman a otros individuos y transmiten valores como el diálogo, la tolerancia, el respeto, la igualdad, la libertad, la pluralidad de ideas y formas de ser, lo que conlleva la existencia de una convivencia democrática dentro del núcleo familiar.
-  Ciudadanas que en la sociedad y lo público son reconocidas y valoradas por su capacidad de participación en beneficio de todos.
-  Ciudadanas que en las elecciones muestran interés por conocer a sus candidatos y las propuestas que ofrecen. Conocedoras de que su voto vale, dan un seguimiento preciso al gobernante que ejerce el poder.

4.7 Participación ciudadana

La participación es la acción de tomar parte en decisiones y acciones que involucran a la sociedad en su conjunto o a una parte. La participación contribuye al fortalecimiento de la vida democrática, y su efecto acumulado en esferas no políticas como la familia, la escuela y el trabajo tiene una influencia directa sobre la capacidad política. Si un individuo tuvo la oportunidad de participar en estas esferas, es más probable que se considere a sí mismo más competente para influir en el gobierno de su país.

Para que la participación se dé en términos reales, se requiere la adquisición de habilidades, así como el desarrollo de actitudes y disposiciones éticas, acordes con sus niveles evolutivos, en estrecha relación con la autoestima y el manejo adecuado de información –entre la que se encuen-



tra la comprensión de los mecanismos formales de participación, el funcionamiento del gobierno o el conocimiento crítico del entorno y de los problemas sociales.

Algunas habilidades para la participación son:

-  Aquellas que tienen que ver con la defensa de los derechos
-  La expresión libre de ideas y opiniones
-  La propuesta y ejecución de acciones para mejorar el entorno
-  El aporte en la definición de políticas públicas
-  La capacidad de organización
-  La capacidad de diálogo
-  La capacidad de resolución de conflictos
-  La capacidad de tomar decisiones
-  La capacidad de comunicarse con los demás⁴

El ciudadano es ante todo un buen juez que utiliza su capacidad de reflexión sobre los valores públicos y se constituye así en intérprete crítico de la realidad política que lo rodea. Esto implica aprender a mirar crítica y constructivamente el entorno, de lo cual se deriva la búsqueda y el manejo de la información, la posibilidad de pensar analíticamente, las capacidades creativa y reflexiva que desarrollan el pensamiento crítico y la innovación, el juicio político, la toma de postura, la empatía, la capacidad de acción conjunta y la colaboración para el logro de objetivos comunes, así como un conjunto de habilidades para pedir, proponer y, si es el caso, protestar y exigir. Para desarrollar estas habilidades y funciones críticas y propositivas se requiere que el ciudadano tenga acceso a información y posea una sólida capacidad cognitiva. Esto favorecerá su capacidad de emitir juicios autónomos sobre diversas realidades.

Existen muchas formas, tipos y grados de participación que van desde hacer acto de presencia, estar simplemente apuntado, informado, opinar, gestionar, ejecutar, hasta la toma de decisiones.

⁴ Véase Gilberto Guevara Niebla en Silvia Conde, *Formación Ciudadana. Elementos para un modelo pedagógico*, documento de trabajo, México, IEDF, 2002. Los conocimientos, habilidades y valores vinculados con la participación en procesos electivos y de consulta democrática se consideran en este modelo como una competencia específica, ya que ésta tiene especial relevancia para la formación de electores.

Entre los tipos de participación tenemos: la *social* y la *política*. La primera tiene que ver con las formas de actuar fuera del ámbito del poder público; la segunda tiene como principal propósito la intervención en los espacios de gobierno y en el ejercicio del poder público.

En el caso de la democracia, se trata de una participación calificada, ya que ésta es a la vez principio y procedimiento de la democracia mediante el cual se expresa la ciudadanía y se aplica el principio de soberanía popular.

La participación democrática se sustenta en principios y valores como la responsabilidad, el respeto, la tolerancia y el ejercicio de la libertad e involucra aspectos emocionales de la conducta ciudadana. Supone que las ciudadanas y los ciudadanos primeramente se habrán de asumir como sujetos de derechos y, en particular, habrán de valorar que poseen el derecho a intervenir e involucrarse en asuntos que les afectan directamente, así como en aquellos que tienen un impacto social.

4.8 Participación político-social de la mujer en México

Al revisar el contexto histórico y social del debate actual acerca de la importancia de una mayor participación política y social de las mujeres, es destacable el hecho de que, a pesar de contar con un marco jurídico que sustenta dicha participación, a la fecha las estadísticas demuestran que ésta aún no se ha dado en niveles representativos, por diversos factores entre los que pueden ubicarse desde el nivel educativo hasta las relaciones de poder que impregnan todas las relaciones sociales y, de manera más sutil, las relaciones que se desarrollan en pareja, la familia y la vida en casa.

Para el caso de México, el proceso de modernización capitalista repercutió en la incorporación masiva de las mujeres al mercado laboral y, por ende, constituye el marco general en el que se da la participación social y política que impulsa la construcción de ciudadanía y de espacios, prácticas y valores de tipo democrático.

A fines de los años noventa, la participación de las mujeres en México comienza a hacerse evidente por su presencia en diversos movimientos sociales, organizaciones, causas y estructuras políticas o gubernamentales, todas de distintos orígenes sociales, políticos, religiosos, etc., y en diferentes regiones del país.

Sin embargo, nos encontramos en la fase de “hacer visibles” a las mujeres en su participación en los procesos electivos y de consulta ciudadana, ya que se ha iniciado el análisis de sus aportaciones a la democratización de la vida social, tanto en el espacio público como en el espacio privado, teniendo en cuenta la relación que existe entre la participación política y social de las mujeres y las tensiones generadas por el cuestionamiento en el mundo doméstico de sus roles tradicionales de madres y esposas.

Esto es, que los factores culturales que impregnan las relaciones de género en los espacios público y privado determinan las condiciones, formas y medios de acceso de las mujeres a la vida política, su participación en los movimientos sociales, en las organizaciones y partidos, entre otras; porque el desarrollo de sus actividades en el espacio público se ve restringido por sus deberes en el espacio privado, aunado al contexto de la marginación, la duda y la desconfianza respecto a una actividad exitosa realizada por una mujer en el poder.

Pero lo más importante es la confrontación con sus propias convicciones y deseos de cumplir adecuadamente con sus roles tradicionales a la par de esforzarse por “demostrar” la legitimidad de su acceso a la vida pública y sus capacidades y aptitudes para incursionar en ella.⁵

Y mientras que la toma de decisiones implica que las mujeres asuman en principio el liderazgo activo de su vida y apliquen criterios, valores e intereses propios al elegir entre diferentes opciones y sostener sus decisiones frente a otras personas sin dejarse manipular, la autonomía en la toma de decisiones tiene por sustento el fortalecimiento de la autoconciencia, la autoafirmación y la autoaceptación, así como también el desarrollo del juicio crítico, moral y político.

⁵ Los diferentes roles que ejercen las mujeres: 1) la socialización en la escuela; 2) el ámbito familiar y su incursión en el trabajo remunerado; 3) la participación en el lugar de residencia, en el trabajo, en organizaciones, etc., les han permitido transformarse, en virtud de que desarrollan habilidades, conocimientos y capacidades, así como una identidad en cuanto sujetos de derechos frente a los demás. Su actividad en los diferentes ámbitos implica un sentimiento de legitimidad, tanto de la participación femenina fuera del “hogar” como de su incursión en espacios tradicionalmente masculinos.

4.9 Participación en el Distrito Federal

La población del Distrito Federal representa casi 9% del total nacional y es casi enteramente urbana, con un índice superior a 99%. La entidad cuenta con un índice de masculinidad inferior a la media nacional: 47.77% local frente a 48.82% nacional; esto es, que de los 8 605 239 habitantes del Distrito Federal, 4 494 754 son mujeres. Por lo que hace a la lista nominal en la entidad, ésta se conforma por 6 614 260 ciudadanos, de los cuales 52.83% son mujeres, es decir, contamos con 3 494 557 electoras.

El estudio estadístico de participación electoral de 2003, elaborado por el IEDF, presentó como resultados generales una participación de 55.89% para mujeres, frente a 44.11% para hombres, de un total de 2 902 998 votantes.

Los extremos de participación de mujeres se encuentran en las delegaciones Benito Juárez, con el máximo de 57.47%, y Milpa Alta, con el mínimo de 54.59% de participación.⁶ Para el anterior proceso local de 2003, los grupos de edad con mayor participación electoral correspondieron a mujeres de 30 a 34 años, en siete delegaciones, mientras que para las ocho restantes la mayor participación correspondió al grupo de 65 años o más.

Observamos en la Asamblea Legislativa una tendencia favorable a la participación de las mujeres: de 22.7% en el periodo 1994-1997, a 25.8% en el periodo 1997-2000, hasta llegar a 28.8% en el periodo 2000-2003. Para esta última cifra, del total de diputados electos por el principio de mayoría relativa, 30.0% correspondió a mujeres, mientras que por el principio de representación proporcional las mujeres electas fueron 26.9% del total.

En las elecciones, los porcentajes son 32.5% para mayoría relativa y 34.61% para representación proporcional.

4.10 Programa de actividades para el taller

El taller “Autoestima y participación ciudadana” está programado para ser impartido en sesiones unitarias de dos horas. Se calcula contar con un máximo de 20 participantes y un mínimo de seis.

⁶ Instituto Electoral del Distrito Federal, *Estudio estadístico de participación electoral*, México, 2003, formatos 13 y 16.



Se estableció la modalidad de trabajo en taller, lo que permite promover la participación de las mujeres y que desarrollen un papel protagónico en las actividades del mismo.

El taller contiene una serie de temas previamente establecidos que focalizan su orientación y propósito en el proceso de formación, promoviendo el análisis, el aprendizaje de contenidos y la reflexión.

El taller "Autoestima y participación ciudadana" pretende conformarse en un espacio vivencial donde las mujeres externen sus experiencias y se enriquezcan, tanto con la información brindada como con los saberes compartidos con otras mujeres.

4.11 Objetivos del taller

4.11.1 Objetivo general

Fomentar la participación ciudadana de las mujeres en el Distrito Federal a partir de la reflexión sobre su propio valor y su papel en el espacio privado y el espacio público.

4.11.2 Objetivos específicos

- Que las participantes se sensibilicen respecto a su autoestima.
- Que las mujeres reconozcan sus roles en el ámbito privado y público.
- Que las mujeres tengan conciencia de la importancia de su participación ciudadana.

4.12 Temas a desarrollar

4.12.1 La autoestima de la mujer

- Las seis prácticas para mejorar la autoestima

4.12.2 Espacio privado y espacio público

- Roles desempeñados en el espacio privado
- Formación de la ciudadanía y ejercicio en el espacio público

4.12.3 Participación ciudadana

- Tipos de participación
- Habilidades de la participación
- La participación democrática

4.13 Mensajes clave que se deben transmitir

Es importante que como promotores e impulsores de procesos de formación ciudadana se tenga claridad sobre los tres mensajes clave que se deben transmitir a las participantes en los talleres:

- La autoestima es un factor relevante para la valoración de la mujer en el espacio privado.
- La mujer debe trascender el espacio público para fortalecer la formación y el ejercicio de su ciudadanía.
- La participación ciudadana de las mujeres es importante como parte de la consolidación democrática del Distrito Federal.

Para ello es conveniente contestar tres preguntas guía:

a) ¿Tienen reconocimiento las actividades o roles que las mujeres desempeñan en el espacio privado?

En la actualidad, el papel que la mujer desempeña en el hogar tiene mayor reconocimiento, sin embargo, es indispensable que las propias mujeres se valoren y reconozcan sus aptitudes y capacidades en la toma de decisiones del espacio privado, ejerciendo un nivel de igualdad.

b) ¿Cómo se integra la mujer en el espacio público?

Existen diferentes formas de participación de la mujer en el espacio público. Casi siempre se piensa en las mujeres que trabajan, pero las decisiones de ejercer la ciudadanía a través de los derechos obtenidos es competencia de todas, sin importar el ámbito en que se desarrollen.

c) ¿Cómo se relaciona la participación de la mujer con la democracia?

En el Distrito Federal las mujeres representan 52.83% de la lista nominal de electores, y su participación en la elección de 2003 dio como resultado 55.89% del total de la votación. Lo anterior nos da una referencia de la importancia que tiene en la actualidad, para la consolidación de la democracia en México, la inserción de la mujer en espacios que antes le eran vedados.

En un trabajo de formación con adultos, es importante conocer el perfil psicológico de las mujeres para ser más

certeros en la forma en que nos dirigimos a ellas, así como en el manejo de contenidos específicos.

4.14 Descripción de contenidos

El primer tema, *La importancia de la autoestima*, pretende que las mujeres reflexionen sobre las prácticas que, integradas a su vida cotidiana, puedan llevarlas a mejorar su autoestima, hecho importante en cuanto les permite dar respuesta a todas aquellas situaciones que se presenten en su vida.

Con lo anterior se sensibilizará a las mujeres para que se expresen y reconozcan que sus pensamientos y decisiones son valiosos.

El segundo tema, *Del espacio privado al público: el ejercicio de la ciudadanía*, nos permitirá abordar los diferentes roles que desempeñan las mujeres en uno y en otro, a efecto de revalorarlos, enfatizando su papel de ciudadanas.

El tercer tema, *Participación ciudadana*, analiza los tipos de participación: social y política, así como la propuesta de habilidades para fortalecer la práctica democrática.

4.15 Sugerencias didácticas

El taller impulsará una construcción colectiva del conocimiento basada en experiencias previas de las participantes; es indispensable que las mujeres sean quienes opinen y tomen la palabra, en un ambiente de confianza y respeto mutuo.

El objetivo fundamental es que todos los aprendizajes conlleven un proceso interno de resignificación.⁷ Para ello es importante el rescate de los saberes de las mujeres, de sus experiencias previas, de los conocimientos que poseen.

Una vez identificado lo que se sabe, viene el momento de nutrirlo con nueva información, la cual, aunque quizá se contraponga y contraste con ese saber anterior, va tomando sentido en la medida en que se realiza un discernimiento respecto de su contenido.

La nueva información deberá ser ubicada en un contexto próximo y cotidiano para las participantes, pues así les

será más fácil de entender. Es decir, si esta información se vincula a los casos que las participantes mencionan, entonces se le otorga una utilidad práctica que facilita en gran medida su asimilación.

Cuando la información ya fue procesada, es necesario que se abra un espacio de enunciación, es decir, que las participantes expresen o plasmen por cualquier medio el aprendizaje logrado. De esta forma, se cierra el proceso de aprendizaje y se cumple con el propósito de que sea el sujeto quien reorganiza y decide qué información incorpora a sus saberes. Cabe mencionar que cuanto más útil sea el conocimiento, mejor será su comprensión.

4.16 Evaluación

Esta actividad tiene el propósito de valorar el desarrollo del taller y la aceptación por las asistentes, así como de retroalimentar futuras actividades. Para ello, se les aplicará un cuestionario de opinión, el cual deberá ser respondido de manera individual y anónima.

4.17 Organización del taller

1. La promotora hace la presentación institucional, da a conocer el propósito del taller y el papel del IEDF en materia de educación cívica.

-  Presentación de los promotores.
-  El IEDF es un organismo autónomo, cuya función principal es la organización de los procesos electorales locales y de participación ciudadana. En materia de educación cívica promueve este tipo de talleres dirigidos a las mujeres, dentro del marco del proyecto *Formación Ciudadana para Grupos Específicos*.
-  El taller “Autoestima y participación ciudadana” tiene una duración aproximada de dos horas, por lo que se interactuará con las participantes por medio de dinámicas que se prepararon para desarrollar los temas guía: *Autoestima*, *Espacio privado y público* y *Participación ciudadana*.
-  El objetivo de impartir este tipo de talleres es promover la participación de las mujeres, al tratar de brindarles las herramientas básicas para una convivencia pacífica con

⁷ David Ausubel, *Teoría del aprendizaje significativo* www.monografia.com/trabajos6/apsi.shtml (*resignificación* implica el proceso de una nueva concepción de la realidad donde lo más importante es entender el contexto que la genera).



respeto, diálogo, tolerancia, etc., tanto en el espacio privado como en el público.

2. Se realiza una dinámica de integración que permita el “rompimiento de hielo” y la interacción lúdica de las participantes en el taller. Actividad: *Marea roja* (véase 4.19 Descripción de dinámicas).

3. El primer tema, *La autoestima de la mujer*, pretende que las mujeres reflexionen sobre las prácticas que, integradas a su vida cotidiana, puedan llevarlas a mejorar su autoestima, hecho importante en cuanto permite dar respuesta a todas aquellas situaciones que se presenten en su vida.

-  Para tratar este tema se sugiere la dinámica *Vestirnos de autoestima*, a fin de identificar las seis prácticas para mejorar la autoestima.
-  *Vivir conscientemente (autoconciencia)*. Respetar la realidad sin evadirse ni negarla, tener conciencia tanto del mundo exterior al yo como del mundo interior.
-  *Autoaceptarse*. Comprender y experimentar, sin negarlos ni rechazarlos, nuestros verdaderos pensamientos, emociones y acciones; ser respetuoso y compasivo con nosotros mismos.
-  *Ser autorresponsable*. Reconocer que somos los autores de nuestras decisiones y acciones.
-  *Autorreconocerse*. Respetar nuestros deseos y necesidades y buscar la manera de expresarlos adecuadamente en la realidad; tratarnos a nosotros mismos con decencia y respeto en nuestras relaciones con los demás.
-  *Vivir con determinación*. Asumir la responsabilidad de identificar nuestros objetivos, llevar a cabo las acciones que nos permitan alcanzarlos y mantenerlos firmes con voluntad de llegar hasta ellos.
-  *Vivir con integridad*. Tener principios de conducta a los que nos mantengamos fieles en nuestras acciones; ser

congruentes entre lo que sabemos, lo que profesamos y lo que hacemos; mantener nuestras promesas y respetar los compromisos, es decir, ser coherentes con lo que manifestamos verbalmente.

4. Una vez que las mujeres han reflexionado respecto de su autoestima, realizan la siguiente actividad.

En la dinámica *La mujer desde el espacio privado y público*, se solicita a las participantes relacionar por medio de imágenes seleccionadas los roles que desempeñan en el espacio privado y en el público, a la vez que retoman el valor que tienen para su vida cotidiana y social.

Una vez realizada esta actividad, las participantes se colocan en un círculo y todas opinan sobre su experiencia en los temas planteados.

En este momento, la promotora guía la reflexión en torno a cómo una mejor autoestima permite a la mujer el desarrollo de las capacidades y habilidades para expresar y reconocer que su papel en ambos espacios es importante.

Se pueden identificar distintos roles de la mujer:

Privado	Público
Ama de casa	Empleada (remunerada)
Mamá	Miembro de una organización vecinal
Pareja	Integrante de la mesa de padres de familia
Hija	Ciudadana
Hermana	Participante en las elecciones y procesos de participación ciudadana

5. Exposición por parte del promotor sobre el concepto y la estadística de la participación ciudadana.

Se utiliza el juego didáctico *Lotería por la autoestima y la participación ciudadana* con el objetivo de que las participantes asimilen conceptos tales como autoestima, roles públicos y privados, así como la importancia de su participación ciudadana, vinculándola con la democracia.

6. En sesión plenaria, la promotora elabora preguntas detonadoras que podrán ser contestadas colectivamente a través de una lluvia de ideas. Con base en ellas, la promotora guía a las participantes hacia una reflexión final, remarcando las habilidades que se desarrollan individualmente

cuando participamos y su relación directa con los valores de la democracia.

- 🌸 La defensa de los derechos
- 🌸 La expresión libre de ideas y opiniones
- 🌸 La propuesta y ejecución de acciones para mejorar el entorno
- 🌸 El aporte en la definición de políticas públicas
- 🌸 La capacidad de organización
- 🌸 La capacidad de diálogo
- 🌸 La capacidad de resolución de conflictos
- 🌸 La capacidad de tomar decisiones

— 🌸 La capacidad de comunicarse con los demás

¿Tienen reconocimiento las actividades o roles que las mujeres desempeñan en el espacio privado?

¿Cómo se integra la mujer en el espacio público?

¿Cómo se relaciona la participación de la mujer con la democracia?

7. Para finalizar, se solicita a las participantes que den su opinión respecto a los temas abordados en el taller.

8. Se aplica un cuestionario de opinión a las participantes.

4.18 Carta descriptiva

Actividad	Tema	Objetivo	Técnica	Material	Tiempo
Presentación institucional	<ul style="list-style-type: none"> • Instituto Electoral del Distrito Federal • Propósito del taller 	El papel del IEDF y el propósito del taller "Autoestima y participación ciudadana"	Exposición	Rotafolio	5 min
Dinámica de integración/ <i>Lanchitas o Marea roja</i>	Integración	Rompimiento de hielo e identificación de las participantes	Grupal		15 min
<i>Vestimos de autoestima</i>	La autoestima de la mujer	Que las mujeres reflexionen sobre las seis prácticas para mejorar su autoestima	Individual y grupal	Hojas de papel bond y pluma	25 min
<i>La mujer desde el espacio privado y el público</i>	De los espacios privado y público	Que las mujeres identifiquen la construcción social de su autoestima y su influencia en los roles que desempeñan	Grupal	Recortes de revista <i>Masking tape</i>	20 min
<i>Lotería por la autoestima y la participación</i>	Participación ciudadana	Que las mujeres practiquen las habilidades para la participación	Grupal	Juego didáctico	30 min
Plenaria	Lotería por la autoestima y la participación	Que las mujeres reflexionen en torno de la importancia del ejercicio de su ciudadanía	Grupal	Rotafolio	20 min
Cuestionario	Recopilación de opiniones	Que las mujeres contesten un cuestionario de opinión sobre el taller	Individual	Cuestionarios y lápices	5 min



4.19 Descripción de dinámicas

4.18.1 Lanchitas

Es una dinámica de integración en la que las participantes abordan lanchitas de acuerdo con un número determinado de tripulantes.

Para ello es necesario que se cuente el total de participantes en el juego, a fin de tener presente el número máximo de lanchitas que se van a conformar.

Descripción

Las participantes se distribuyen en todo el salón.

La promotora dice el número a partir del cual las mujeres se agruparán, es decir, lanchitas de una, de dos, de tres, teniendo como máximo el número total de participantes. De modo que si son 10 participantes, el número máximo para agruparse por lanchita será 10. La persona que intente abordar una lanchita que ya tiene su cupo máximo queda fuera.

La promotora dirá la frase: "Formemos lanchitas de tres, cuatro, siete, etc.", y dará tiempo para verificar que no se viole la regla del juego.

4.18.2 Marea roja

Es una dinámica de integración en la que las participantes son peces que buscan estar a salvo de la marea roja.

Es necesario contar el total de participantes en el juego para ubicar el número de parejas que se formarán.

Descripción

Las participantes forman parejas y, tomadas de las manos, simulan una casita.

La promotora menciona que la que haya quedado sola, sin compañera, será la *Marea roja*, que durante el juego buscará una pareja.

Se inicia el juego diciendo: "El mar está tranquilo pero, ¡cuidado!, viene la marea roja". Las parejas se sueltan de las manos y las participantes se distribuyen de manera individual en el salón; cuando la promotora cuente hasta cinco, se volverán a integrar en parejas y la persona que haya quedado sola cubrirá el papel de marea roja.

4.18.3 Descubriéndome

Es una dinámica de presentación con el objetivo de integrar a las participantes y conjuntamente introducirlas en la temática del taller.

Descripción

La promotora colocará en el piso seis carteles en tamaño carta que refieren a cada uno de los pilares de la autoestima (Autoconciencia, Autoaceptarse, Ser autorresponsable, Autorreconocerse, Vivir con determinación y Vivir con integridad). Le solicitará a la primera asistente que diga su nombre y posteriormente descubra uno de los carteles; dependiendo de lo que le corresponda, le preguntará si aplica ese pilar en su vida cotidiana y cómo lo hace. Este procedimiento continuará hasta concluir con la última participante.

4.18.4 Vestirnos de autoestima

La dinámica tiene como finalidad que las participantes identifiquen las seis prácticas para mejorar su autoestima.

Descripción

A las participantes se les distribuirán hojas de papel bond, solicitando que de manera individual se dibujen con el vestuario que más les gusta —ejemplo: vestido, blusa, falda, pantalón, short, zapatos, calcetines, aretes, collar, pulsera, etc.—, y coloquen en las prendas las virtudes que tienen o reconocen. Entre tanto, la promotora armará una silueta ya vestida.

Posteriormente, en actividad grupal revisarán las virtudes que las mujeres identificaron, para que con base en sus ideas y su experiencia personal se conforme el concepto de autoestima.

Una vez que se tiene el concepto, la promotora presentará, de manera didáctica, las seis prácticas para mejorar la autoestima y las relacionará con lo aportado por el grupo. (Invita a las participantes a vestir la muñeca.)

4.18.5 La mujer en el ámbito privado y en el público

En la dinámica se buscará reflexionar sobre los roles que desarrollan las mujeres en los ámbitos público y privado,

para revalorar su importancia en la construcción de la autoestima de las mujeres y su influencia en la vida cotidiana.

Descripción

Se organizará a las participantes en dos equipos con un mínimo de tres personas cada uno, se les distribuirán imágenes que representan diferentes roles; la promotora indicará que con base en las situaciones vivenciales, relacionen las actividades que desarrollan en el espacio privado, por ejemplo: el cuidado de los hijos, la atención de la casa, la distribución del ingreso, el aseo de la casa, etc. Lo mismo procederá para el espacio público, especificando que se pueden ubicar actividades realizadas en el trabajo, en la comunidad, en la iglesia, en organizaciones, etcétera.

Estas imágenes se pegarán en el espacio donde se esté trabajando, de tal forma que puedan visualizarse las actividades que cada grupo identificó, y se expondrán las razones por las que fueron ubicadas de esa manera.

De lo aportado por las participantes, la promotora retomará el valor que tienen los roles que desempeñamos y la idea de que una mejor autoestima nos permite identificarlos, puesto que se desarrollan capacidades y aptitudes que deben ser reconocidas tanto de manera personal como por la sociedad.

4.18.2 Lotería por la autoestima y la participación ciudadana

En la dinámica se pretende realizar un ejercicio lúdico en el cual las participantes asimilen conceptos como autoestima, roles públicos y privados, así como la importancia de su participación vinculándola con la democracia.

Descripción

El juego se realizará con un máximo de seis participantes, o, en su caso, se podrán conformar grupos dependiendo del número de participantes.

La promotora distribuirá un total de seis tablas por juego y procederá a "cantar" las 36 cartas, una por una. Las participantes identificarán la figura o concepto y colocarán una ficha en su tabla. Ganará la persona que complete las figuras de su tabla.

Bibliografía

AMORÓS, Celia, *Feminismo: igualdad y diferencia*, México, Universidad Nacional Autónoma de México (Colección de libros del PUEG), 2004.

BARRERA BASSOLS, Dalia e Irma Aguirre Pérez, *Participación política de las mujeres. La experiencia de México*, México, Instituto Nacional de Antropología e Historia, 2004.

BRANDEN, Nathaniel, "Desafíos y logros en la búsqueda de una identidad propia", en *La autoestima de la mujer*, México, Paidós, 2004.

BUCAV, Jorge, *De la autoestima al egoísmo*, México, Océano, 2003.

CONDE, Silvia, "Participación democrática", en *Formación ciudadana. Elementos para un modelo pedagógico*, documento de trabajo, IEDF, México, 2002.

INSTITUTO DE LAS MUJERES DEL DISTRITO FEDERAL, *Autoestima de la mujer*, México, 2004.

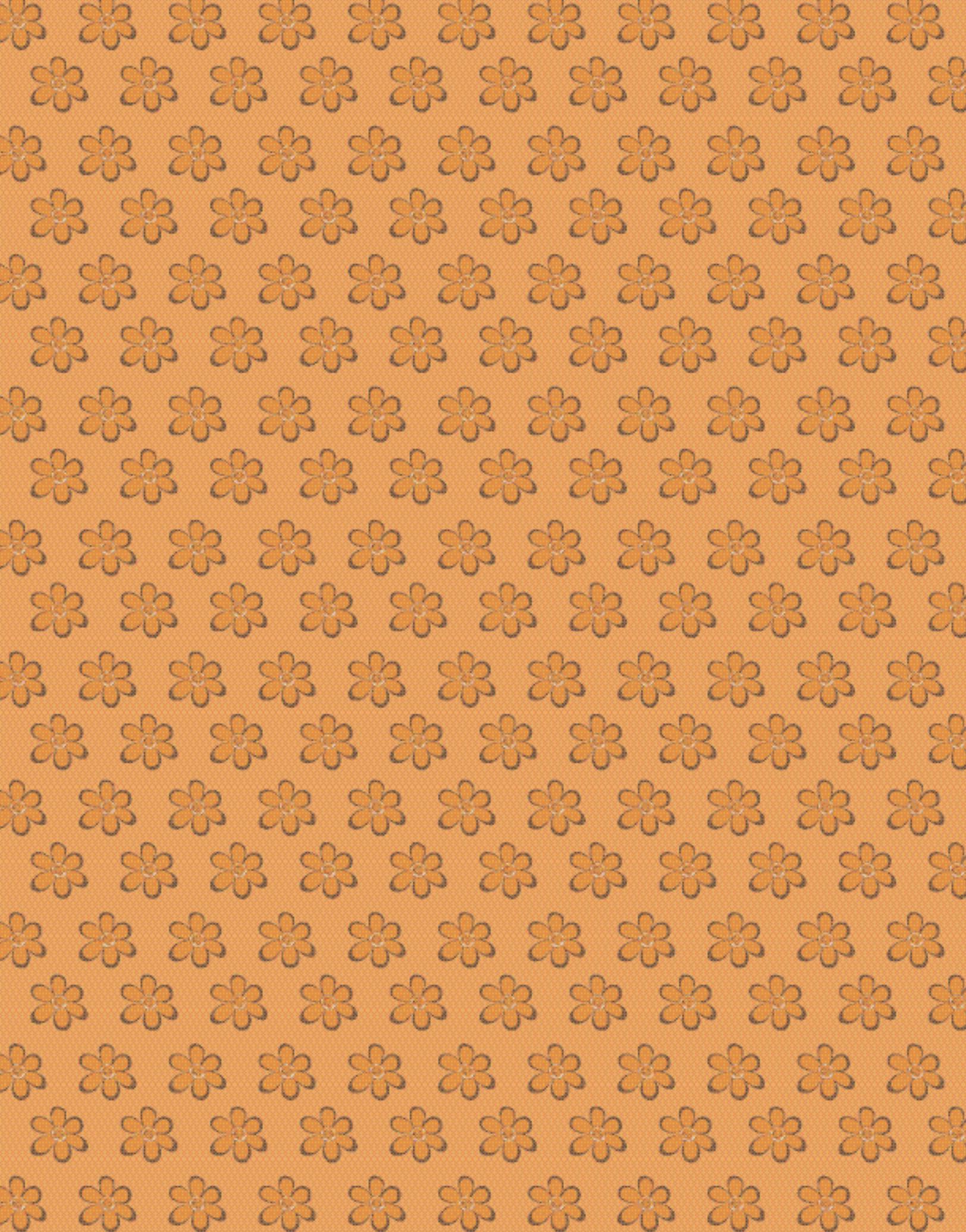
INSTITUTO ELECTORAL DEL DISTRITO FEDERAL, "Marco pedagógico", en *Proyecto Educación y formación ciudadana para mujeres en el Distrito Federal*, Dirección Ejecutiva de Capacitación Electoral y Educación Cívica, México, abril de 2004.

_____, "Participación político-social de la mujer en México", en *Proyecto Educación y formación ciudadana para mujeres en el Distrito Federal*, Dirección Ejecutiva de Capacitación Electoral y Educación Cívica, México, abril de 2004.

_____, *Carpeta didáctica para la formación ciudadana de las mujeres en el Distrito Federal*, México, Dirección Ejecutiva de Capacitación Electoral y Educación Cívica, México, julio-agosto de 2004.



5. TALLER “MUJER: CIUDADANÍA Y DERECHOS”



5.1 Mujer y ciudadanía

5.1.1 Ciudadanía, un concepto integral

El concepto de ciudadanía se ha ido conformando a lo largo de los últimos 300 años y, no obstante, no está concluido. Es un concepto en construcción.

En un primer momento, el concepto de ciudadanía incorporó sólo los derechos civiles (siglo XVIII), después vinieron a sumársele los derechos políticos (siglo XIX), y en una tercera etapa se le asociaron los derechos sociales (siglo XX).¹ Para algunos estudiosos, la cuarta generación de derechos que habrán de integrarse al concepto de ciudadanía son los derechos sexuales y reproductivos.

Puesto en operación, el concepto de “ciudadanía consiste esencialmente en asegurar que cada cual sea tratado como miembro pleno de una sociedad de iguales. La manera de asegurar este tipo de pertenencia consiste en otorgar a los individuos un número creciente de derechos de ciudadanía.”²

Se trata de un concepto históricamente constituido, de diseño progresivo, que tiende a una noción de integralidad, es decir, a una ciudadanía en cuyo ejercicio ningún derecho que proteja a la persona podría considerarse ajeno.

Enmarcado en esta concepción, el taller propone inducir a la reflexión acerca de que una ciudadana no solamente es aquella mujer mayor de 18 años que cuenta con su credencial para votar o que ejerce sus derechos políticos, sino además la que conoce y es capaz de ejercer todos los derechos de que dispone.

El otorgamiento de un número creciente de derechos de ciudadanía ha traído consigo una desatención histórica “de las virtudes cívicas y de la identidad ciudadana”.³ Al respecto, el taller propone la construcción de una identidad ciudadana a partir de un concepto integral de ciudadanía, en el que los derechos sexuales y reproductivos son

una parte fundamental del ejercicio ciudadano de las mujeres, junto a los derechos civiles, políticos y sociales.

Por lo tanto, la ciudadanía, tal como se propone aquí, es la titularidad y el ejercicio de los derechos ciudadanos, es decir, derechos civiles, derechos políticos, derechos económicos, derechos sociales, y todos aquellos que han ido validándose en las sociedades modernas, tal como ha sido el caso de los derechos sexuales y reproductivos.

Esto implica, en teoría, que tanto hombres como mujeres debemos ser capaces de ejercer, en igualdad de condiciones –y desde nuestra libertad y autonomía–, una serie de derechos relacionados con el funcionamiento y el desenvolvimiento de la vida en sociedad.

En resumen, podemos decir que la “ciudadanía es el derecho a tener derechos”.

5.1.2 Ciudadanía y autoestima

La autoestima, enfocada como un concepto ciudadano que permite el autorreconocimiento, la valoración de sí y la confianza en sí misma, no es un sentimiento que se genere espontáneamente en la mujer. Deviene de una noción de derecho como aspiración asequible, y de la pertenencia a una comunidad de iguales como base de identidad ciudadana.

La construcción de una noción de derecho en la mujer entraña la gestación de una noción de pertenencia a la ciudadanía; requiere condiciones que propicien, difundan e inculquen las posibilidades del ejercicio ciudadano como soporte para la elevación de la autoestima individual y de grupo.

Distintos grupos organizados han observado que “el conocimiento de la ley escrita y de las instancias que la harían valer facilita que las mujeres intenten ejercer sus derechos”,⁴ y que este ejercicio les permite asumir un poder que conocen sólo de manera vaga, en virtud de que, a sus ojos y experiencia, “el binomio derecho-responsabilidad se encuentra dissociado”,⁵ según una percepción, a

¹ Will Kymlicka y Norman Wayne, “El retorno del ciudadano. Una revisión de la producción reciente en teoría de la ciudadanía”, *La Política*. Revista de estudios sobre el Estado y la Sociedad, núm. 3, España, Paidós, 2000, pp. 7-8.

² Will Kymlicka y Norman Wayne, *op. cit.*

³ *Ibid.*, p. 6.

⁴ Marta Rivas Zivy y Ana Amuchástegui Herrera, *La construcción de la noción de derechos reproductivos entre mujeres mexicanas: el caso del Distrito Federal*, Programa de Salud Reproductiva y Sociedad, México, El Colegio de México, 1999, p. 43.

⁵ Marta Rivas Zivy y Ana Amuchástegui Herrera, *op. cit.*, p. 45.



nivel de verdad, de que “en ellas recaen las obligaciones [en tanto que] las garantías para ejercer se concentran en otros.”⁶

No basta, pues, que las mujeres tengan ideas vagas de sus derechos. Se requieren conocimientos vivenciales, es decir, la construcción de experiencia del ejercicio de sus derechos y de las instancias de que pueden valerse para reconocerse como sujetos de derecho, base de una efectiva autoestima y confianza en sí mismas que les permitan manifestarse y ejercer con conocimiento y seguridad su ciudadanía.

El taller propone colaborar en la construcción de una autoestima que parta del conocimiento de la ley escrita, de los derechos y de las obligaciones; no como un discurso de autosuperación o de optimismo terapéutico, que es lo que priva regularmente en la promoción de este concepto, sino como soporte de una valía objetiva de la persona que le permita sentirse integrante activa de su comunidad.

5.2 Mujer y derechos sexuales y reproductivos

5.2.1 Una breve historia

La historia de los derechos sexuales y reproductivos es breve; el taller propone difundirla entre las participantes.

En términos demográficos, durante la mayor parte de la historia de la humanidad la sexualidad y la reproducción fueron concebidas como un solo hecho; su separación es muy reciente.

Fue a partir de los años 60's en que la tecnología anticonceptiva empezó a poner al alcance de todas las mujeres el deslinde voluntario entre ambas, [que] éste fue haciéndose más evidente.

Hoy, quien así lo desee, puede ejercer su coitalidad sin involucrarse con la reproducción, merced al uso de anticonceptivos y, quien quiera reproducirse sin actividad coital, puede hacerlo a través de la inseminación artificial.

Lo anterior sin desconocer que ambas funciones (anatomofisiológica y psicológicamente) forman parte de la integralidad del cuerpo humano, que están interconectadas con todas

las demás funciones y sin excluir el que también pueden conjuntarse coitalidad, placer y reproducción.⁷

Si bien la historia del deslinde de los derechos sexuales y reproductivos en nuestro país data de los años setenta del siglo XX, no puede omitirse que es el resultado asociado o un subproducto de la promoción del uso masivo de métodos anticonceptivos modernos, bajo el imperio de una política demográfica de control natal, luego de una larga historia pronatalista cifrada en el deber de “hacer patria” que tenía hasta entonces todo mexicano.

La vigencia y el respeto de los derechos sexuales y reproductivos en nuestra legislación datan formalmente de 1974, cuando se adicionó el Artículo 4º para elevar a rango constitucional la igualdad del varón y de la mujer ante la ley y, al mismo tiempo, consagrar, como garantía individual, la “libertad sobre el número y espaciamiento de los hijos”.⁸

No obstante, con anterioridad nuestro país había suscrito uno de los instrumentos jurídicos internacionales que resguardan estos derechos: la *Declaración Universal de los Derechos Humanos* (1948), que establece el derecho a casarse y a formar una familia, a un nivel de vida adecuado, a los cuidados y asistencia especial para la maternidad y la infancia.⁹

Posteriormente, México suscribió instrumentos análogos que amparan conceptos similares: el *Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales*, el *Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos*, la *Declaración Americana de los Derechos y Deberes del Hombre*; la *Convención Americana sobre Derechos Humanos* y la *Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación Contra la Mujer*.¹⁰

En el marco de esta última convención, entre los compromisos suscritos están los siguientes:

⁷ Marcela Martínez Roaro, *Derechos y delitos sexuales y reproductivos*, México, Porrúa, 2000, p. 305.

⁸ *Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos*, comentada por el doctor Rubén Delgado Moya, 13a. ed., México, SISTA, 2001, p. 10.

⁹ Alicia Elena Pérez Duarte y Noroña, “El marco jurídico de los derechos reproductivos”, en Juan Guillermo Figueroa (coord.), *Seminario sobre ética, derechos reproductivos y políticas sociales*, México, FCPYS-UNAM agosto de 1996, p. 6.

¹⁰ Alicia Elena Pérez Duarte y Noroña, *op. cit.*

⁶ *Loc. cit.*

“[...] la adopción de medidas apropiadas para asegurar a la mujer, ya sea en el medio urbano o en el rural y sin discriminación alguna, el acceso a los servicios médicos y a la planificación familiar; asegurar que tanto los varones como las mujeres tendrán los mismos derechos a decidir de manera libre y responsable el número de sus hijos –e hijas– y el intervalo entre los nacimientos y a tener acceso a la información, la educación y los medios que les permitan ejercer estos derechos.”¹¹

5.2.2 Los derechos sexuales y reproductivos son derechos humanos

Los derechos sexuales y reproductivos forman parte de los derechos humanos que, en cuanto tales, son universales y están vinculados al ejercicio de los derechos individuales y los derechos sociales, económicos y políticos. Constituyen el contenido nuclear de la ciudadanía “sexual” y son la base legal de una efectiva autonomía reproductiva.¹²

La sexualidad –escribe Marcela Martínez Roaro– es parte inherente del cuerpo humano, la vida y la convivencia social. La parte biológica de la sexualidad –prosigue esta autora– se relaciona con la procreación en el aspecto coital y es a partir de la existencia de métodos anticonceptivos eficaces y de fácil acceso como se posibilita, a voluntad, el ejercicio separado o conjunto de la coitalidad y la reproducción.¹³

De esta manera, ambos derechos son susceptibles de ejercerse por separado. Y es precisamente en la separación donde radica el punto neurálgico de su promoción. Al respecto, no puede dejar de considerarse que “el ejercicio de los derechos se da en contextos complejos de relaciones de poder”,¹⁴ y que ante estos contextos el taller propone constituirse en un espacio de reflexión tendiente a la construcción entre sus participantes de un autoconcepto que facilite el ejercicio de tales derechos por la forma en que se

inicia todo ejercicio de poder: el conocimiento de aquello a que se tiene derecho.

En la Conferencia Internacional de Población y Desarrollo de la ONU, en El Cairo (1994), se otorgó el reconocimiento mundial de derechos humanos a los derechos reproductivos. La Conferencia se pronunció en el sentido de que los derechos reproductivos

se basan en el reconocimiento básico de todas las parejas e individuos a decidir libre y responsablemente, el número de hijos, el espaciamiento de los nacimientos y el intervalo entre éstos y a disponer de la información y de los medios para ello y el derecho a alcanzar el nivel más elevado de salud sexual y reproductiva. También incluye su derecho a adoptar decisiones sobre la reproducción sin sufrir discriminación, coacciones ni violencia, de conformidad con lo establecido en los documentos de derechos humanos.¹⁵

El principio cuatro de la Conferencia estableció como

pedra angular de todos los programas de población y desarrollo el promover la equidad y la igualdad de los sexos y los derechos de la mujer, así como eliminar la violencia de todo tipo contra la mujer y asegurarse que sea ella quien controle su propia fecundidad.¹⁶

En correspondencia, el taller “Mujer: ciudadanía y derechos” promoverá que los derechos sexuales y reproductivos constituyan una parte integral de los derechos inherentes al concepto de ciudadanía, que son derechos humanos universales y que básicamente garantizan:

-  La decisión libre y responsable del número de hijos
-  La elección del espaciamiento o intervalo entre un nacimiento y otro
-  La disposición de información y de los medios para hacer efectivo tal intervalo
-  El nivel más elevado de salud sexual y reproductiva
-  El derecho a la reproducción sin sufrir discriminación, coacción ni violencia

¹¹ *Ibid.*, pp. 8-9.

¹² Nancy Palomino *et al.*, *Entre el placer y la obligación: derechos sexuales y derechos reproductivos de mujeres y varones de Huamanga y Lima*, Perú, Universidad Nacional Cayetano Heredia-Population Council, 2003, p. 17.

¹³ Marcela Martínez Roaro, *op. cit.*, p. 269.

¹⁴ *Ibid.*, p. 17.

¹⁵ *Ibid.*, p. 26.

¹⁶ *Loc. cit.*



5.3 El ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos en México

5.3.1 Ordenamiento jurídico

Consideramos –escribe Martínez Roaro– que en la carta magna se encuentran garantizados casi todos los derechos que emanan del ejercicio de la sexualidad y de la reproducción, los cuales hasta la fecha han sido negados, ocultados o soslayados.¹⁷

A lo largo del taller, cuando hablemos de derechos sexuales estaremos refiriéndonos

a la libertad para disfrutar y expresar el erotismo, al derecho a recibir información y educación sexual, a la libertad y respeto para constituirse en pareja acorde a la orientación sexual de cada quien y para desvincularse de la misma por la sola voluntad, a ejercer la sexualidad, independientemente de la procreación, al respeto pleno por el ejercicio de la sexualidad, a la no discriminación por sexo, género u orientación sexual, etc., y a vivir todo ello con seguridad, sin culpa, vergüenza o angustia, con salud física y mental, en el marco que enuncia la Constitución: derechos de terceros, moral democrática y orden públicos.¹⁸

De igual modo, cuando en los talleres se hable de derechos reproductivos nos referiremos “a todo aquello que emane de la función de la reproducción: poder decidir cuándo, cómo y con quién procrear, en el marco señalado por la Constitución: libre, responsable e informadamente, y, añadiríamos, saludablemente.”¹⁹

En el taller se destacará que si bien la reproducción es una garantía individual –y toda vez que nuestra Constitución no consagra derechos de pareja–, ésta no puede ejercerse sino involucrando a otras personas: el padre y/o el menor, cuyos derechos también están garantizados constitucionalmente. Así pues, la reproducción no es un hecho individual; deberá subrayarse que se trata de un acto jurídico que exige responsabilidad, información y, también, salud.

El taller glosará, de manera central, el Artículo 4º constitucional, con base en la obra de Marcela Martínez Roaro. Este artículo contiene los preceptos fundamentales que sustentan los derechos sexuales y reproductivos vigentes en nuestro país, y hace hincapié en los siguientes aspectos:

Toda persona tiene derecho...

En el Artículo 4º constitucional el sujeto activo de esta garantía es la persona, no la pareja ni los padres, ni tampoco la madre, toda vez que “las garantías son individuales o sociales” y porque “conforme a la ortodoxia jurídica, no existen garantías individuales de pareja.”²⁰

Sin embargo, la reproducción ocurre mayoritariamente mediante “la cópula pene-vagina, que involucra obligadamente la actividad corporal de hombre y mujer (independientemente de la inseminación artificial, la clonación, la maternidad subrogada, etcétera)”,²¹ lo que habrá de remarcarse para señalar la necesidad de la información y de la responsabilidad en el ejercicio de esta garantía individual.

A decidir de manera libre, responsable e informada...

Jurídicamente, la procreación está condicionada a que ocurra cumpliendo los siguientes requisitos:

- a) Que sea libre, “es decir, que la decisión sea tomada sin que medie ninguna clase de coacción”.²²
- b) Que sea responsable, “o sea, previendo las consecuencias de la decisión y aceptando afrontarlas y responder por ellas”.²³
- c) Informadamente: “La decisión sólo puede tomarse libre y responsablemente en la medida en que se tenga acceso a [una] información seria, veraz y científica, obligación ésta del Estado en relación con el derecho a la información en materia de anticoncepción y al derecho a la pro-

²⁰ *Ibid.*, p. 311.

²¹ *Loc. cit.*

²² *Ibid.*, p. 312.

²³ *Loc. cit.*

²⁴ *Loc. cit.*

¹⁷ Marcela Martínez Roaro, *op. cit.*, p. 269.

¹⁸ *Ibid.*, pp. 269-270.

¹⁹ *Ibid.*, p. 305.

tección de salud reproductiva, en el derecho a la educación sexual y a la información sobre sexualidad”.²⁴

El número y espaciamento de sus hijos

El derecho a decidir sobre el número de hijos significa optar por tener uno o ninguno y el espaciamento alude a una decisión de tiempo: cuándo, en qué momento tener un hijo.

Desde que se conoció este párrafo surgió la discusión sobre que si el derecho a la procreación, incluía el derecho a interrumpir voluntariamente el embarazo, es decir, el derecho al aborto. A casi 25 años la discusión al respecto sigue tan vigente como el mencionado párrafo. Desde luego que la redacción del Artículo 4º permite interpretar que sí incluye el derecho al aborto voluntario, sin embargo no ha existido la decisión política honesta, firme y decidida que reglamente el Artículo 4º en ese sentido.²⁵

Faltaría señalar que existen tres formas de ejercer el derecho a la procreación: la reproducción natural, es decir por cópula entre hombre y mujer; la reproducción artificial, asistida o tecnológica (inseminación artificial); y la reproducción jurídica (la adopción).

Por último, se inducirá a la reflexión de las participantes acerca de que

el derecho a la procreación es ejercido de diferente manera por la mujer y por el hombre, por razones de biología. La mujer puede decidir su embarazo, sin necesidad de la presencia de un hombre (inseminación) o embarazarse sin que éste lo sepa, en cambio un hombre no puede hacer efectivo dicho derecho sin la participación del cuerpo de una mujer. Esto que pudiera considerarse como una ventaja a favor de la mujer, la realidad ha hecho que la procreación se ejerza más como derecho para el hombre y como obligación para la mujer.²⁶

Además del Artículo 4º, se dispone del Artículo 123 constitucional, que protege el embarazo de las mujeres trabajadoras y la lactancia de sus hijos.

Se cuenta además con normas reglamentarias de los preceptos constitucionales. Éstas son las siguientes:

-  *Ley General de Salud* (que establece el derecho a la salud) y *Ley General de Población* (que regula los fenómenos de población en cuanto a volumen, estructura, dinámica y distribución en el país). Ambas determinan la normatividad general sobre la salud reproductiva y la planificación familiar.
-  *Ley General de Salud*. En el Artículo 67 establece el propósito en materia de planificación familiar; en el Artículo 68, las actividades comprendidas en los servicios de planificación familiar; los artículos 69 y 70 señalan al Consejo Nacional de Población (Conapo) como la instancia que definirá las acciones del programa de planificación, y a la Secretaría de Salud (ss) como la dependencia que coordinará las actividades del sector salud para implementar y operar dichas acciones.
-  *Ley General de Población*. Regula el volumen de la población (Artículo 1) y realiza “programas de planeación familiar a través de los servicios educativos y de salud pública de que disponga el sector público” (Artículo 3º).²⁷
-  *Ley Federal de Educación*. Establece que la educación deberá generar conciencia sobre la necesidad de una planificación familiar con respecto a la dignidad humana y sin menoscabo de la libertad.
-  *Ley Federal del Trabajo*. Instituye los derechos sobre licencias de maternidad, lactancia y cuidados maternos, así como las normas de apoyo para la madre trabajadora.
-  *Reglamento de la Ley General de Población*. Destaca el Artículo 14, que señala el derecho de toda persona a obtener información y servicios idóneos relativos a derechos reproductivos.

²⁵ *Loc. cit.*

²⁶ *Ibid.*, 314-315.

²⁷ Clara Rojas Contreras, *Por el derecho a una vida sexual y reproductiva saludable*, Boletín Informativo, Red de Mujeres de la Península de Baja California, 2002.



- *Norma Oficial Mexicana de los Servicios de Planificación Familiar* (NOM-005-SSA2-1993). Su objetivo es “uniformar los principios, criterios de operación, políticas y estrategias para la prestación de los servicios de planificación familiar en México”.²⁸
- *Programa de Salud Reproductiva y Planificación Familiar* (1995-2000). “Es el primer documento oficial que señala y define a los derechos sexuales y reproductivos de las mujeres e incorpora en todas sus actividades la perspectiva de género”.²⁹
- *Código Federal de Procedimientos Penales*. “El único acto que tiene que ver con la salud reproductiva de las mujeres y que está penalizado es el aborto”.³⁰ Aunque éste no es penalizado cuando es resultado de la imprudencia; si el embarazo fue producto de una violación (Artículo 333), o cuando la mujer corre peligro de muerte (Artículo 334).

5.3.2 El papel de la sexualidad y la reproducción

Hablar de roles es hablar de patrones de comportamiento socialmente reconocidos, asumidos como una función determinada por encima de cualquier voluntad individual, que están en la cultura y desde ahí se imponen a lo largo de la vida de las personas. Esto es así particularmente en lo que toca a la sexualidad y a la reproducción.

El rol es una exigencia que se plantea a la persona —a veces en silencio, mediante el ejemplo; a veces abiertamente, con el castigo— desde varios ámbitos de la vida: primero, la familia, después la escuela, y luego, se retroalimenta con la costumbre.

Pero las costumbres cambian, lo mismo que los roles; aunque los cambios son siempre graduales, lo que puede notarse cuando se revisan diferentes épocas. Así, la mujer debía cumplir con el rol de prepararse para el matrimonio, casarse y dedicar el resto de su vida a cuidar de los hijos, de la casa y del marido. Esto ya no es así. Hoy en día cada vez son más quienes también estudian, cursan estudios

superiores y trabajan. El rol se modificó en un periodo relativamente corto.

El taller propone impulsar una reflexión colectiva sobre el rol de la sexualidad y la reproducción, con base en los derechos, que permita a las participantes aquilatar la costumbre y lo que el derecho otorga, para concluir en las diferencias y las posibilidades de subsanarlas a partir de la legislación vigente en nuestro país.

Se procurará responder a las preguntas:

¿Cuánto de ilegal o al margen del derecho tienen los roles que desempeñan las mujeres en esta área de su vida?

¿Esta situación tiene que ser siempre así?, ¿podría ser de otra manera?

Se parte de que para lograr la modificación de una conducta es necesario primero reconocerla, identificarla, es decir, hacerla consciente; y luego, trabajar su modificación, a partir del conocimiento de las opciones posibles, objetivas. Se trata de una modificación progresiva, gradual, que requiere ir de menos a más, según el grupo y la persona y acorde con los apoyos reales que puedan sostener esta gradualidad.

El taller propone la identificación de los roles sexuales y reproductivos a partir de algunas dinámicas lúdicas, y su modificación a partir de las aportaciones del conocimiento de la ley y el reforzamiento del grupo, esto es, de una manera constructivista, donde el saber está ya en el sujeto y sólo requiere algún elemento detonante que le permita concluir y hacerse de un nuevo poder.

5.3.3 Autoestima y mujer

En la última década del siglo xx la cuestión de la autoestima concitó un gran interés como un concepto reconocido y utilizado en el plano mundial para explicar y motivar el desarrollo personal de los individuos.

La autoestima “es un conjunto de cualidades propicias desde el nacimiento, o tal vez antes, ya que el hecho

²⁸ Loc. cit.

²⁹ Loc. cit.

³⁰ Loc. cit.

³¹ Susan Pick et al., “Autoestima”, en *Planeando tu vida*, México, Planeta, 2003, p. 277.

de que el niño o niña se sienta deseado por sus padres le brinda la posibilidad de sentirse esperado y querido.”³¹

También se la considera una necesidad psicológica básica que nos permite “estar dispuestos a ser conscientes de que somos capaces de ser competentes para enfrentarnos a los desafíos de la vida y que somos merecedores de la felicidad y se compone principalmente de dos ideas, a) autosuficiencia (capacidad personal), es decir, confianza en nuestra capacidad de aprender, pensar, elegir y tomar las decisiones adecuadas, y b) autorrespeto (valor personal), es decir, confianza en nuestro derecho a ser felices.”³²

Se considera que “cuanto más alta es nuestra autoestima, tendremos más disposición a establecer relaciones positivas [...] cuando una mujer tiene un buen nivel de autoestima, tiende a tratar bien a los demás y a exigir que la traten bien a ella [...] tiene claros sus alcances y limitaciones, no acepta los malos tratos, se siente merecedora de éxito en las actividades que desempeña y en el ámbito en el que se desenvuelve.”³³

La autoestima tiene una relación intrínseca con los valores inculcados al individuo. Estos valores se han transformado a través de los años, por ejemplo, a principios del siglo XX el conformismo, la obediencia, el fervor religioso eran valores fundamentales, luego pasaron a segundo término; en los años ochenta un estudio señala como uno de los principales valores el de la *autosuficiencia*, que para Branden “es un claro indicativo de una nueva conciencia de las cualidades necesarias para adaptarse con éxito a un mundo cada vez más complejo e imprevisible... este cambio de conciencia es importante para todos, pero principalmente para las mujeres. Ellas se están dando cuenta de que la autosuficiencia no es patrimonio exclusivo de los hombres.”³⁴

La actuación de las personas tiene una corresponsabilidad con el nivel de autoestima de sí mismas, “las personas que gozan de alta autoestima tienen una orientación *activa*

hacia la vida, en lugar de *pasiva*. Asumen plena responsabilidad de sus actos y no esperan que otros decidan por ellos... se enfrentan a la responsabilidad de su propia existencia”.³⁵

5.4. Programa de actividades para el taller

El taller “Mujer: ciudadanía y derechos” está programado para ser impartido en sesiones unitarias de dos horas. Se calcula contar con grupos con un mínimo de cinco y un máximo de 15 participantes.

Se estableció la modalidad de trabajo en taller puesto que se pretende promover la participación de las mujeres con un papel protagónico en las actividades del mismo.

El taller contiene una serie de temas previamente establecidos –*Mujer y ciudadanía, Mujer y derechos sexuales y reproductivos, El ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos en México*–, que centran su orientación y propósito en el proceso de formación, promoviendo el análisis, aprendizaje de contenidos y reflexión.

El taller “Mujer: ciudadanía y derechos” pretende constituirse en un espacio vivencial donde las mujeres externen sus experiencias y las enriquezcan con la información brindada, así como con los saberes compartidos con otras mujeres.

5.5 Objetivos del taller

5.5.1 Objetivo general

Motivar a las participantes a realizar una reflexión participativa de su práctica ciudadana a partir de los elementos fundamentales del concepto de *ciudadanía integral*, donde los derechos sexuales y reproductivos constituyen un elemento del ejercicio ciudadano de la mujer.

5.5.2 Objetivos específicos

- ✿ Que las mujeres participantes construyan colectivamente la noción de *sujetos de derecho* y de pertenencia a la ciudadanía.
- ✿ Que las mujeres conozcan sus derechos reproductivos y sexuales como elementos constitutivos de un ejercicio ciudadano integral, donde el conocimiento de la ley las faculta, a su vez, en el ejercicio de ésta.

³² Nathaniell Branden, “La importancia de la autoestima”, en *La autoestima de la mujer*, México, Paidós, 1999, pp. 17-18.

³³ *Ibid.*, p. 20.

³⁴ Nathaniell Branden, *op. cit.*, p. 41.

³⁵ Nathaniell Branden, “Vivir responsablemente”, en *Cómo mejorar su autoestima*, México, Paidós, 1996, p. 111.



- Que las mujeres participantes reconstruyan el binomio garantías-obligaciones en lo relativo a los derechos reproductivos y sexuales, para que dejen de percibir que en ellas sólo recaen las obligaciones y que las garantías o derechos son ejercicio de otros.
- Que las mujeres identifiquen por sí mismas la diferencia entre derechos reproductivos y derechos sexuales como derechos independientes pero integrantes de una conciencia ciudadana.
- Que las participantes reconozcan al Instituto Electoral del Distrito Federal como el organismo responsable de fortalecer en la Ciudad de México la cultura cívica y democrática mediante la vinculación de los conceptos ciudadanía, derechos sexuales y derechos reproductivos.

5.6 Temas a desarrollar

5.6.1 Mujer y ciudadanía

- El concepto de ciudadanía integral
- Ciudadanía y autoestima

5.6.2 Mujer y derechos

- Historia breve de los derechos reproductivos y sexuales
- Los derechos reproductivos y sexuales

5.6.3 El ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos en México

- Ordenamiento jurídico
- El rol de la sexualidad y la reproducción
- Mujer y autoestima

5.7 Mensajes clave a transmitir

- Que los derechos sexuales no son equivalentes a los derechos reproductivos, que su ejercicio puede realizarse independientemente.
- Que estos derechos se inscriben en el contexto de los derechos humanos como un marco universal válido y reconocido para todas las mujeres.
- Que en el contexto nacional forman parte de las garantías individuales de todos los mexicanos consagradas en la carta magna, cuyo conocimiento posibilita a las mujeres el ejercicio de las mismas.

5.8 Descripción de contenidos

5.8.1 Mujer y ciudadanía

En este apartado se propone desarrollar una temática que permita a la mujer construir la noción de ciudadanía a partir de una concepción integral en la cual los derechos civiles, políticos, sociales, reproductivos y sexuales conforman un todo inseparable, cuyo concepto integral aseguraría el ejercicio en plenitud de la ciudadanía.

5.8.2 Mujer y derechos

Se propone aportar una visión de los derechos reproductivos y sexuales de las mujeres a partir de un conocimiento histórico elemental. Se propone que las participantes discernan, con base en el marco jurídico vigente, que los derechos sexuales y reproductivos son derechos independientes entre sí que cada persona puede ejercitar.

Derechos sexuales:

- Libertad para disfrutar y expresar el erotismo
- Derecho a recibir información y educación sexual
- Libertad y respeto para constituirse en pareja acorde con la orientación sexual de cada quien
- Derecho a desvincularse de la pareja por la sola voluntad
- Derecho a ejercer la sexualidad, independientemente de la procreación
- Derecho al respeto pleno por el ejercicio de la sexualidad
- Derecho a la no discriminación por sexo, género u orientación sexual, etcétera
- Derecho a vivir la sexualidad con seguridad, sin culpa, vergüenza o angustia, y con salud física y mental

Derechos reproductivos –el derecho a decidir cuándo, cómo y con quién procrear, en el marco señalado por la Constitución: libre, responsable e informadamente–:

-  La decisión libre y responsable del número de hijos
-  La elección del espaciamiento o intervalo entre un nacimiento y el siguiente
-  La disposición de información y de los medios para hacer efectivo tal intervalo
-  El nivel más elevado de salud sexual y reproductiva
-  El derecho a la reproducción sin sufrir discriminación, coacción ni violencia

Hay que subrayar que si bien estos dos grupos de derechos parecen simultáneos, ambos pueden separarse sin menoscabo de los mismos, y que dependen de la voluntad de cada persona.

5.9 Sugerencias didácticas

El taller impulsará una construcción colectiva del conocimiento basada en las experiencias previas de las participantes. Es indispensable que las mujeres sean quienes opinen y tomen la palabra en un ámbito de confianza y respeto mutuo.

El objetivo fundamental es que el aprendizaje involucre un proceso interno de resignificación.³⁶ Debe acentuarse el rescate del saber de las mujeres, de sus experiencias, de los conocimientos que poseen.

Una vez identificado lo que se sabe, viene el momento de nutrirlo con una nueva información que la participante ya posee pero que, en la medida en que se elabora un discernimiento de esta información, toma un sentido distinto o acorde con una nueva construcción.

³⁶ David Ausubel, *Teoría del aprendizaje significativo*, www.monografia.com/trabajos6/apsi.shtml (*resignificación* implica el proceso de una nueva conceptualización de la realidad en la que lo más importante es entender el contexto que la genera).

La nueva información deberá ubicarse en un contexto próximo y cotidiano para las participantes, pues en esta medida les será más fácil entender. Es decir, si esta información se vincula a los casos que las participantes mencionan, entonces se le otorga una utilidad práctica que facilita en gran medida su asimilación.

Cuando la información ya fue procesada, es necesario que se abra un espacio de enunciación, es decir, que las participantes expresen o bien plasmen por cualquier medio el aprendizaje logrado. De esta forma, se cierra el proceso de aprendizaje y se cumple con el propósito de que el sujeto sea quien reorganice y decida qué información incorpora a sus saberes. Cabe mencionar que cuanto más útil sea el conocimiento, mejor será su aprehensión.

5.10 Evaluación

Esta actividad tiene el propósito de valorar el desarrollo del taller y la aceptación por las asistentes, así como de retroalimentar futuras actividades. Para ello, se les aplicará un cuestionario de opinión, el cual deberá ser respondido de manera individual y anónima.

5.11 Organización del taller

Previo al inicio del taller se entregará a cada una de las participantes una etiqueta donde anotará su nombre para que la pegue en un lugar visible.

1. La promotora hace la presentación institucional, da a conocer el propósito del taller y el papel del IEDF en materia de educación cívica.
2. Se realiza una dinámica de integración que permita el “rompimiento de hielo” y la interacción lúdica de las participantes en el taller. Las actividades a desarrollar incluyen varias opciones: *Lanchitas*, *Busca a tu pareja* y *Tiro al blanco* (véase 5.10 Descripción de dinámicas).
3. Esta tercera parte se inicia con una técnica didáctica denominada *Escenas temidas*, cuyo objetivo es establecer los temores y cuestionar los esquemas tradicionales de las participantes. Enseguida se procede a abordar, de manera



expositiva, los derechos sexuales y reproductivos, en el marco del concepto de ciudadanía integral.

Esta etapa concluye con el juego *Reconociendo nuestros derechos*, que consta de dos series de tarjetas, que contienen los derechos sexuales y reproductivos en dos formatos: imágenes representativas y texto que enuncia los derechos, respectivamente. El objetivo es que las participantes identifiquen y vinculen las imágenes y los derechos.

4. En la cuarta parte del taller se expone el Artículo 4º constitucional, con el apoyo de las tarjetas del juego *Reconociendo nuestros derechos*, y se pone en práctica una técnica didáctica de consolidación denominada *Bolillero*, que consiste en registrar las dudas y construir las respuestas correspondientes.

Esta etapa concluirá con la colocación de las tarjetas por pareja (imagen y texto correspondiente) en un muro a la vista de todas las asistentes, acorde con las preguntas y respuestas que se formulen. Se solicitará la aceptación del grupo en la integración de las tarjetas.

5. La quinta parte está orientada a reforzar el aprendizaje a partir del cuestionamiento de los esquemas tradicionales de las participantes. Se realiza mediante una técnica didáctica de nombre *La maraña*, que consiste en la elección por parte del grupo de una representante a quien se le formularán algunas preguntas detonantes, al tiempo que se la enredará con estambre o cordel; y luego, si la respuesta fuera acorde con el aprendizaje propuesto por el taller, se la desenredará y liberará.

6. La sexta parte se compone de un ejercicio individual de autoestima que propone reforzar el aprendizaje en palabras de las participantes, mediante la técnica *La maleta de tu vida*, que se lleva a cabo entregando a cada participante dos hojas, una con el dibujo de una maleta y la otra, con el de un baúl. Se solicita que escojan las actitudes que podrían abandonar (las apuntan en la hoja del baúl) y se les pide que nombren las que llevarían consigo como resultado del taller (en la hoja con la maleta).

7. Se aplica un cuestionario de opinión a las participantes.

5.12 Carta descriptiva

Actividad	Tema	Objetivo	Técnica	Material	Tiempo
Presentación institucional	-IEDF -Propósito del taller	El papel del IEDF y los objetivos del taller.	Expositiva	Rotafolio	5 min
<i>Busca a tu pareja, Lanchitas o Tiro al blanco</i>		“Rompimiento de hielo” y formación de equipos.	Lúdica		10 min
<i>Reconociendo nuestros derechos</i>	Mujer y ciudadanía: concepto de ciudadanía integral, marco de los derechos sexuales y reproductivos	Que las participantes identifiquen el concepto de ciudadanía integral, conformado también por los derechos sexuales y reproductivos.	Expositiva Técnica: <i>Escenas temidas</i> Juego: <i>Reconociendo nuestros derechos</i> o <i>Stop</i> . Pizarrón, borrador, marcador, papel kraft y diurex	Rotafolio Tarjetas que ilustran los derechos y tarjetas que enuncian cada derecho.	Técnica: 10 min Exposición: 10 min Juego: 20 min
<i>Apropiándonos del Art. 4º constitucional</i>	Mujer y derechos: ordenamiento jurídico	Que las mujeres identifiquen el marco legal de los derechos sexuales y reproductivos.	Expositiva Técnica: <i>Bolillero</i>	Tarjetas del juego <i>Reconociendo nuestros derechos</i> , Urna o frasco.	Exposición: 10 min Técnica: 30 min
Identificación del rol	El rol de la mujer en el tema de la sexualidad y la reproducción	Que las mujeres reflexionen sobre su rol como género femenino y sus derechos reproductivos y sexuales.	Técnica: <i>Maraña</i>	5 m de estambre o cordel	15 min
<i>La maleta de tu vida</i>	Mujer y autoestima	Que las mujeres se identifiquen como seres únicos y diferentes, con el mismo valor.	Individual Grupal	Hojas con el dibujo de una maleta. Hojas con el dibujo de un baúl.	10 min
Cuestionario	Recopilación de opiniones	Que las participantes respondan un cuestionario de cinco preguntas con respuestas de opción múltiple, sobre los temas abordados en el taller.	Individual	Cuestionario	5 min



5.13 Descripción de dinámicas

5.13.1 Lanchitas

La dinámica *Lanchitas* consiste en que las participantes simulan abordar una lanchita de acuerdo con un número determinado de tripulantes que varía, con el objeto de que se integren equipos que acaben sumando al total de participantes en el juego. De esta forma se genera un clima de confianza. Las participantes se distribuyen en todo el salón. La promotora indica el número a partir del cual las mujeres se agruparán, es decir, lanchitas de una, dos, tres tripulantes, teniendo como máximo el número total de participantes. La persona que intente tripular una lanchita que ya tiene su cupo máximo quedará fuera.

5.13.2 Busca a tu pareja

Esta dinámica consiste en asignar a las participantes el nombre de un animalito (como en las fábulas de Esopo). Ellas caminarán en círculo cerrando los ojos e imitando el sonido del animalito que les tocó representar hasta encontrar a su pareja. Una vez que la encuentren intercambiarán información para que se conozcan. Finalmente, presentarán ante el grupo el contenido de su plática. Posteriormente, las identidades alcanzadas en este ejercicio servirán para conformar equipos en las actividades o dinámicas posteriores.

5.13.3 Tiro al blanco

Es una dinámica lúdica donde las participantes lanzan una pelota hacia un tablero dividido en círculos concéntricos, que tendrán un valor cada uno. La moderadora promoverá la participación e integración haciendo hincapié, mediante la puntuación obtenida en cada tiro, en el nombre de cada una de las participantes o la suma por equipos.

5.13.4 Escenas temidas

Escenas temidas es una técnica didáctica que permitirá exponer las dificultades o miedos con los que se enfrenten las participantes al abordar los temas de derechos reproductivos y sexuales.

Mediante esta técnica se busca que las participantes resuelvan juntas los conflictos que pudieran derivarse del tema objeto del taller, de manera tal que se propicie el cuestionamiento de los esquemas tradicionales y se aborde la temática de una forma más productiva y amena.

Materiales

Hojas de papel y bolígrafos

Mecánica

1. La promotora pedirá a las participantes que formen grupos (el número de integrantes dependerá del tamaño total del grupo).
2. A cada grupo se le entregará una hoja de papel y una pluma.
3. Por escrito cada grupo expresará tres³⁷ miedos o dificultades que estime se constituyen en barreras para abordar el tema de los *Derechos reproductivos y sexuales*.
4. De manera colectiva se cotejarán los miedos de todos los grupos, y se integrará una sola lista con cinco de los miedos o dificultades más frecuentes.
5. La promotora abrirá la discusión para que las participantes reflexionen acerca de las motivaciones de esas situaciones.
6. Se buscará que cada participante exprese sus consejos o sugerencias, y de manera colectiva se encuentre una solución.

5.12.5 Bolillero

Bolillero es una técnica colectiva de formulación de preguntas y respuestas que facilitará la integración, revisión y profundización, en el marco legal y normativo, de los derechos sexuales y reproductivos.

³⁷ Este número puede variar, acorde con el tipo de grupo de que se disponga, en lo relativo a su escolaridad o facilidades de integración o de expresión escrita.

Materiales

Hojas de papel y bolígrafos

Mecánica de la técnica

1. La promotora presentará el tema del Artículo 4º constitucional.
2. La promotora solicitará a las participantes la formulación de preguntas escritas u orales, según las facilidades intelectuales observadas en el grupo.³⁸
3. La promotora analizará las preguntas, eliminará aquellas que se repitan, previa explicación al grupo, y agregará las que considere apropiadas al tema.
4. Con las preguntas seleccionadas harás bolillas, que se depositarán en un bolillero dispuesto para tal fin.
5. Se formarán equipos de tres y cada grupo extraerá una bolilla e intentará responder el interrogante que contenga.
6. En plenario se plantearán las dudas que persistan sobre el tema, que podrán ser explicadas por las participantes o la promotora.

5.12.6 La maraña

La *maraña* es una técnica didáctica colectiva que facilita la exposición de prejuicios y estereotipos con los que habrán de enfrentarse las participantes al abordar el tema de derechos reproductivos y sexuales.

Materiales

Bola de estambre o cordel

Mecánica de la técnica

1. De manera colectiva se elegirá una representante de grupo.

³⁸ Que sea escrito o de forma oral es una decisión que tomará la promotora en el momento de conocer al grupo. Al respecto, puede organizar pequeños corrillos o cualquier otra técnica que facilite la participación y desinhiba a las participantes.

2. Las promotoras harán preguntas detonadoras (como las que se indican abajo) respecto del tema de derechos reproductivos y sexuales.
3. Una a una, las participantes darán su opinión respecto a los temas, y entonces se observarán los prejuicios o estereotipos que proyectan.
4. La promotora, cada vez que se mencione un prejuicio, enredará con el estambre a la representante del grupo. De igual modo, cada vez que se exprese una respuesta positiva y acorde con los derechos, la desenredará.
5. Con la maraña las promotoras subrayarán la idea de cómo los prejuicios impiden la libertad de las mujeres y de cualquier persona. Al mismo tiempo, se hará reflexionar a las mujeres respecto de sus opiniones.

Preguntas detonadoras para enmarañar

¿Cómo consideras la relación de una mujer con un joven 20 años menor que ella?

¿Qué opinas de las mujeres que deciden no tener hijos?

¿Cuál es tu opinión acerca de las mujeres que tienen varias parejas en su vida?

¿Qué opinas de una mujer que después de 40 años de matrimonio decide separarse de su esposo?

Nota: Estas son preguntas que ejemplifican algunos de los detonadores, su modificación se puede realizar de acuerdo con el grupo.

5.12.7 Stop o alto

Stop es un juego didáctico que permitirá a las participantes identificar sus derechos reproductivos y sexuales mediante la ejemplificación.

Se trata de un juego ágil que propone introducir en las participantes la asociación derecho-exigencia por medio del enunciado: “Exijo respeto para ejercer mi derecho de...”



Descripción

El juego puede llevarse a cabo mediante un pizarrón y gis o un marcador de trazo borrable y un borrador, o bien, utilizando papel kraft, previamente diseñado. En ambos casos, se trazará un círculo en el centro y, dentro del círculo, otro menor que llevará la palabra *Stop* o *Alto*. El círculo mayor se divide proporcionalmente en secciones y, en cada sección, se anota uno de los derechos sexuales y reproductivos.

Cada participante asumirá un derecho como su nombre propio y estará atenta a la demanda que expresará alguna de sus compañeras.

Mecánica

1. En un círculo dividido de manera uniforme estarán escritos los derechos reproductivos y sexuales.
2. A cada participante se le asignará un espacio con un derecho, que será como su nombre propio.
3. Al azar se escogerá a una participante para que inicie el juego diciendo: "Exijo respeto para ejercer mi derecho de...", entonces mencionará un derecho de los anotados en los espacios del círculo, cualquiera menos el suyo.
4. La participante cuyo derecho se mencionó brincará hacia, o tocará, el centro del círculo donde habrá una circunferencia más pequeña con la palabra *Stop*, entonces gritará: "*Stop*".
5. Simultáneamente, las demás participantes se alejarán del círculo, y al oír la palabra *Stop* se detendrán.
6. La participante que quedó en el centro del círculo tendrá que elegir a otra de las participantes y tratará de adivinar cuántos pasos la separan de ella. Si la participante del centro acierta el número de pasos, entonces la compañera a la que llegó tendrá que dar un ejemplo del derecho en el que estaba situada.
7. En caso de errar en el número de pasos, la participante que hizo el cálculo deberá dar un ejemplo del derecho que le tocó.

8. El juego continuará con la participante cuya distancia al centro se calculó, quien enunciará de nueva cuenta: "Exijo respeto para ejercer mi derecho de...".

La promotora cuidará de que participe la mayor cantidad posible de asistentes en el tiempo establecido para esta actividad, apoyándose en los ejemplos y ayudando con explicaciones que faciliten y hagan ágil y ameno el ejercicio.

Bibliografía

ALIANZA NACIONAL POR EL DERECHO A DECIDIR MÉXICO (ANDAR), *Estudio sobre los derechos sexuales y reproductivos en México*, México, 2004.

BRANDEN, Nathaniell, *La autoestima de la mujer*, México, Paidós, 1999.

BUXARRAIS, María Rosa et al., *La educación moral en primaria y en secundaria. Una experiencia española*, México, Secretaría de Educación Pública (Biblioteca Normalista), 1997.

CONSTITUCIÓN POLÍTICA DE LOS ESTADOS UNIDOS MEXICANOS, comentada por Rubén Delgado Moya, 13a. ed., México, SISTA, 2001.

DOMÍNGUEZ DEL OLMO, Javier, *Derechos sexuales y derechos reproductivos*, Fondo de Población de Naciones Unidas, 2004.

HAMEL BARBOSA, Patricia, *Construcción social y cultural de la sexualidad*, Departamento de Psiquiatría y Salud Mental, Facultad de Medicina, Campus Sur, Chile, Universidad de Chile, 2004.

INSTITUTO ELECTORAL DEL DISTRITO FEDERAL, *Guía del instructor*, México, IEDF, 2003.

KYMLICKA, Will y Norman Wayne, "El retorno del ciudadano. Una revisión de la producción reciente en teoría de la ciudadanía", *La Política*, Revista de estudios sobre el Estado y la sociedad, núm. 3, España, Paidós, 2000.

MARTÍNEZ ROARO, Marcela, *Derechos y delitos sexuales y reproductivos*, México, Porrúa, 2000.

PALOMINO, Nancy et al., *Entre el placer y la obligación: derechos sexuales y derechos reproductivos de mujeres y varones de Huamanga y Lima*, Perú, Universidad Nacional Cayetano Heredia-Population Council, 2003.

PASUT, Martha y Horacio Ferreira, *Técnicas grupales. Elementos para el aula flexible*, Argentina, Novedades Educativas, 1998.

PÉREZ DUARTE y NOROÑA, Alicia Elena, "El marco jurídico de los derechos reproductivos", en Juan Guillermo Figueroa (coord.), *Seminario sobre ética, derechos reproductivos y políticas sociales*, México, FCPYS/UNAM, 1996.

PICK, Susan et al., "Autoestima", en *Planeando tu vida*, México, Planeta, 2003.

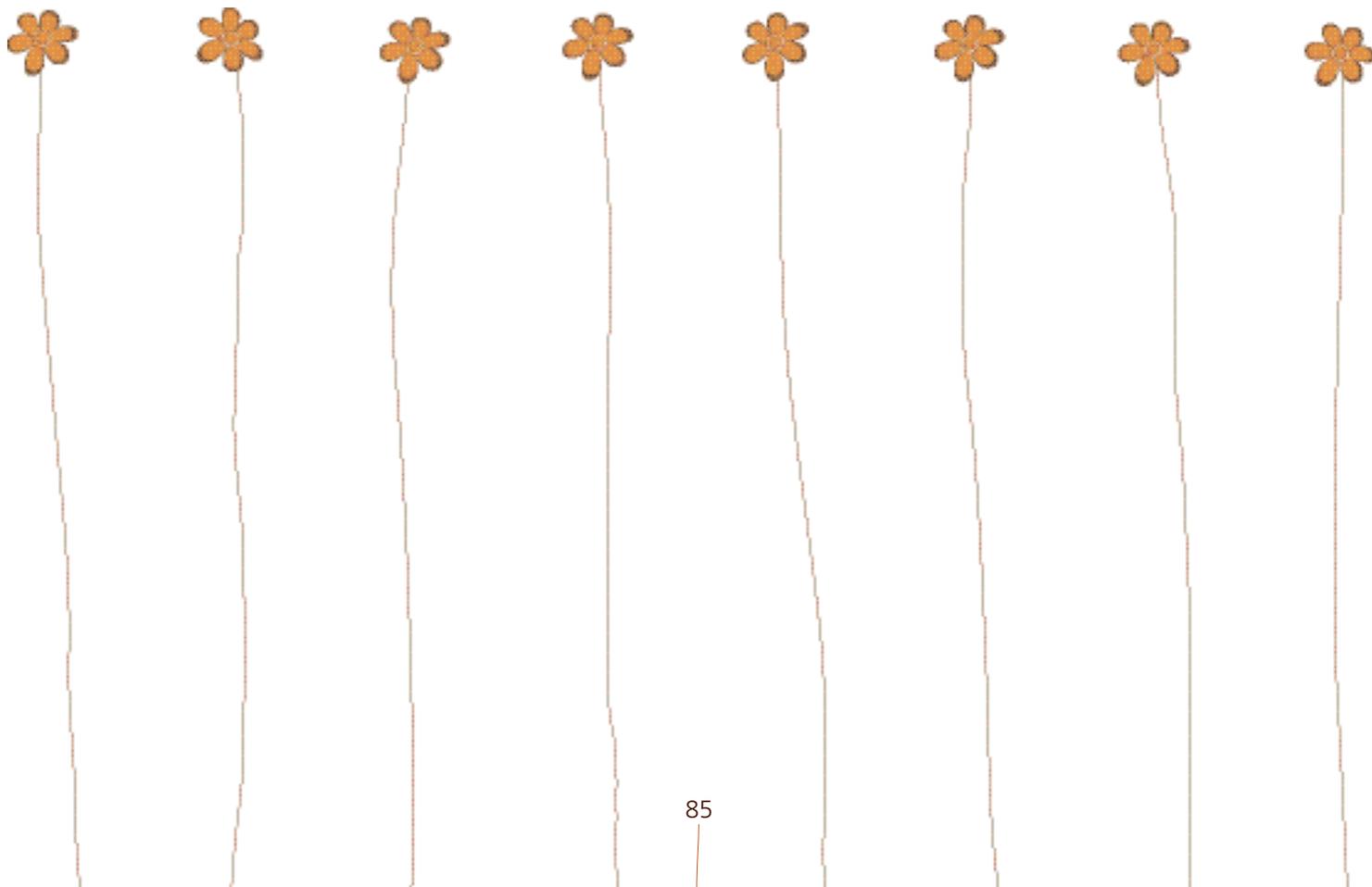
RIVAS ZIVY, Marta y Ana Amuchástegui Herrera, *La construcción de la noción de derechos reproductivos entre mujeres mexicanas: el caso del Distrito Federal*, Programa de Salud Reproductiva y Sociedad, México, El Colegio de México, 1999.

ROJAS CONTRERAS, Clara, *Por el derecho a una vida sexual y reproductiva saludable*, boletín informativo, México, Red de Mujeres de la Península de Baja California, 2002.

SÁES, Juan y Andrés Escarbajal, "Características pedagógicas de la promotora", en *La educación de personas adultas*, España, Amarú, 1998.

Publicaciones electrónicas

Ausubel David, *Teoría del aprendizaje significativo*, www.monografía.com/trabajos6/apsi.shtml





6. TALLER “LOS VALORES DEMOCRÁTICOS EN LA PAREJA”

6.1 La pareja y sus componentes

El primer integrante a identificar en una pareja es el *yo soy yo*, ya que es fundamental reconocer que quienes interactúan en dualidad son dueños de sí mismos, capaces de pensar, hablar, sentir y actuar libremente. El *yo* tiene todo el derecho de expresar sus emociones, sus sentimientos al *tú* u *otro* si lo hace con control y adecuación a la realidad.¹

El *yo* debe tener claridad de que es el responsable de la vida propia, por lo que es autor, nadie más, de las decisiones que tome para sí mismo y para con los demás. Ante ello, el *yo* es responsable también de quererse, cuidarse, valorarse y desarrollar las capacidades propias, considerando ante todo que el *yo* respeta a los demás, pero también exige y enseña a que se le respete.

En una pareja, el segundo integrante es el *tú*, el cual, con los mismos atributos del *yo*, se constituye en el *otro* con el que nos relacionamos. Es decir, el *tú* tiene vida propia, con derecho a desarrollarse, a respetar y a ser respetado. Es también responsable de sí mismo y de sus acciones para con los demás.

El tercer componente en una pareja es el mundo del *nosotros*, en el cual es indispensable reconocer al *tú* y al *yo* como individualidades con intereses, actividades y relaciones propias en las que puede no participar el otro. Sin embargo, en la relación de pareja es también necesario construir, sin menoscabo de las individualidades y en adecuado equilibrio, la esfera del *nosotros*. El distanciamiento de la pareja se produce en muchas ocasiones por no guardar estos equilibrios, de tal manera que el *nosotros* sofoca las individualidades, o las individualidades impiden el contacto de la pareja, distanciándola día a día.²

El mundo del *nosotros* se caracteriza por tres escenarios de actuación: el familiar, el sociooperativo y el de la pareja en exclusividad. Cualquier desequilibrio que llegara a presentarse en estas esferas podría distorsionar la relación de pareja, ya sea porque su convivencia se centrara en la atención de los hijos o familiares, o porque su vida social les impidiera interactuar mutuamente. Por ello, es indispensable

rescatar ese espacio en el que de *yo* a *tú* se disfrutaron y replantean sistemáticamente su relación.

Guardar las debidas proporciones en estas esferas permitirá:³

- ✿ Expresar con oportunidad las dificultades presentes en la relación y no guardarlas para “después”, lo que evitará acumular resentimientos.
- ✿ Establecer una comunicación más abierta, más real, y escucharse realmente el uno al otro.
- ✿ Apreciar el valor de la sana separación de los integrantes de la pareja en las actividades individuales que cada uno tiene que realizar para su propio desarrollo.
- ✿ Valorar y fomentar la creciente independencia de la mujer, dentro y fuera de la relación.
- ✿ Reconocer ampliamente la importancia de los sentimientos, la razón, las emociones y la inteligencia de cada integrante.
- ✿ Propiciar un esfuerzo adicional para incrementar la confianza, el crecimiento personal y los intereses compartidos.
- ✿ Favorecer una evaluación más realista de las necesidades de cada uno que el otro puede satisfacer.

6.2 La pareja y los factores comunes de fricción entre sus integrantes

La concepción del rol de la mujer y el hombre en una relación de pareja ha mostrado cambios significativos, ya no se diga de un siglo a otro, sino incluso de una década a otra. A partir de los años setenta, la revolución sexual, el resurgimiento de un feminismo actualizado y la creciente inclusión de la mujer en el campo del trabajo remunerado han hecho cambiar la concepción y el desempeño de los integrantes en la pareja.

¹ Elena Llanos, *Cómo vivir en pareja*, México, Grijalbo, 1989, pp. 19-20.

² Juan Álvarez Gayou Jurgenson, “Relación de pareja”, en *Sexualidad en la pareja*, México, El Manual Moderno, 1996, p. 75.

³ Juan Álvarez Gayou Jurgenson, *op. cit.*



Anteriormente, al hombre le eran conferidas las tareas de ganar el sustento, y para ello contaba con una compañera que se empeñaría en administrar adecuadamente los bienes adquiridos y cuidar de los hijos, sujetos principales de su unión. Casarse, para un hombre, significaba madurar y controlar el logro de una subsistencia material.

A la mujer, por su parte, se le confería la administración de los bienes y el cuidado de los hijos, a cambio de contar con un hombre y hasta con el reconocimiento y respeto social.

En este escenario, poco se trabajaba sobre la existencia o no del amor, mientras ambos cumplieren con sus respectivas obligaciones, "hasta que la muerte los separe". Hoy día, aunque estos roles no han sido modificados de raíz, es evidente que tienden a mostrar variantes significativas en la relación de pareja, si es que ésta pretende sobrevivir.

En la actualidad se trabaja mucho en la esencia de la pareja desde la perspectiva de dos individualidades que se aman, comparten responsabilidades y se plantean proyectos conjuntos. Ello implica revisar lo siguiente:

- ✿ Amar desde la perspectiva de las características del otro, y no desde el velo que en su momento impuso el enamoramiento.
- ✿ Ejercer la responsabilidad desde la realización individual y en conjunto, y no sólo desde la perspectiva exclusiva de la manutención del hogar.
- ✿ Proyectar actividades, no sólo a partir de los hijos y su mantenimiento, sino desde la realización de las expectativas personales y conjuntas en todas las esferas que caracterizan a los integrantes de la pareja.

6.3 Las expectativas personales depositadas en el otro

Uno de los errores más frecuentes en una pareja es depositar en el otro la responsabilidad de la vida y la realización propias. Adjudicar a la pareja la falta de desarrollo personal —que "no me valora", "no me deja estudiar, trabajar, etc."—es tomar una actitud irresponsable ante nosotras mismas.

6.4 Problemas en la comunicación

Gran parte de las fricciones entre los integrantes de una pareja se suscitan en el tipo de comunicación que establecen. En muchas ocasiones, la *incompatibilidad de caracteres* es reflejo de no respetar el mundo individual de sus integrantes y el mundo del *nosotros* que debe procurarse.

Los mecanismos establecidos por la pareja para que su comunicación se convierta en discusión o no entendimiento son, en orden de aparición, los siguientes:⁴

Plantear una necesidad o situación de forma violenta, acusadora o negativa.

Comentarios como "*nunca* cuento contigo", "*siempre* se te olvida tirar la basura", "he esperado que te acuerdes de tus responsabilidades y *siempre* se te olvidan", son planteamientos que inician una comunicación con cierta dosis de violencia que hace que el interlocutor se ponga a la defensiva en la conversación.

6.4.1 Criticar

Una vez iniciada la comunicación en tono violento, es muy fácil pasar al tono de la crítica encubierta de queja. La crítica incluye culpa y difamación. Es válido que un integrante de la pareja exponga una queja: "Estoy molesta. Quedamos en que pasarías por los niños hoy al mediodía y no lo hiciste", pero es negativo para la comunicación hacerlo en forma de crítica: "¿Por qué eres siempre tan olvidadizo? ¡Claro, si yo no hago las cosas tú ni te ocupas!"

6.4.2 Despreciar

En la comunicación es muy fácil pasar de la crítica al desprecio. Éste se denota no sólo en los vocablos que se pronuncian: "¡Qué me puedo esperar si siempre has tenido cerebro de teflón!" "¿Crees que si te pego un letrero en tu camisa no se te olvida?". También en el tono sarcástico, escéptico, burlón y hasta de humor hostil con el que se imprimen las palabras y los gestos. Este elemento en la comunicación es uno de los más riesgosos para la pareja,

⁴ John Gottman y Silver Nan, "Cómo predecir el divorcio", en *Siete reglas de oro para vivir en pareja*, México, Editorial Debolsillo, 2004, pp. 41-63.

ya que no sólo denota falta de respeto y disposición a dialogar, sino que también predispone emocional y físicamente de manera negativa al interlocutor.

6.4.3 Actitud defensiva

Una de las respuestas a una comunicación despreciativa es anteponer una actitud de defensa que interactúa sistemáticamente con la crítica y el desprecio en un juego de relevos en la comunicación: “ ¡No te pases! Recoger a los niños es tu obligación. Yo sólo te iba a hacer el favor. Pero nunca has entendido que yo tengo que trabajar y que no puedo estar a tu disposición cuando tú quieras”.

6.4.4 Actitud evasiva

La otra respuesta común a la violencia, la crítica y el desprecio es evadirse de la conversación. Ésta aparece normalmente cuando la actitud defensiva se agota o este tipo de comunicación es reiterativo. Evadir no sólo el ofrecer respuestas sino también el contacto visual son síntomas de esta etapa.

6.4.5 Distanciamiento emocional

Esta fase, denominada también como de sentirse abrumado, lleva a la pareja a un distanciamiento hasta corporal en su convivencia. La comunicación se ha convertido en una constante discusión crítica y ofensiva, en la cual la evasión ya es también sancionada, por lo que uno de los integrantes busca refugio en la realización de otro tipo de actividades y en el rehuir sistemáticamente el campo del *nosotros*.

Estas etapas pueden llevar a una pareja a coexistir sin comunicación ni convivencia, o a una franca ruptura. Un elemento que puede salvar esta situación es incorporar en el discurso palabras de disculpa por parte de ambos, que permitan a la pareja frenar su ira y retomar la conversación de otra manera: “Espérame tantito, necesito calmarme”, “Sí, lo siento, no tengo explicación a mi olvido. Tal vez eso de pegarme un papelito en la camisa sea buena idea”.

6.5 Tipos de pareja

Otro aspecto a tomar en cuenta en la relación de una pareja es el tipo de vínculos emocionales que él y ella establecen en sus esferas de interacción. El reconocimiento de estos aspectos permitirá evaluar en qué medida se están desarrollando ambos en lo individual y en qué medida alimentan su esfera de pareja, para así incluso poder definir qué sería conveniente modificar.⁵

6.5.1 La pareja dependiente

Una pareja dependiente es aquella en la que sus integrantes se asumen como seres incompletos y son incapaces de concebirse como entidades propias si no se complementan con la “mitad del otro” o dependen completamente del otro. Es una pareja en la que uno o los dos integrantes tiene una necesidad excesiva de que alguien lo quiera o lo valore, porque son incapaces de hacerlo por sí mismos. Sistemáticamente eluden la responsabilidad de su propia vida; buscan a quién culpar de sus fracasos; suelen mentir; y se les encuentra pensando o expresando: “Yo no me he realizado porque me casé”, “Grito por tu culpa, porque me sacas de quicio”.

Los integrantes de una pareja dependiente suelen tener miedo de su compañero(a), viven pensando si hicieron algo que molestara y evitan tomar sus propias decisiones para que lo haga el *otro*, y, de esta manera, si no resulta, pueda reprocharle sus insatisfacciones. En esta relación hay uno que domina y otro que se somete. Uno que toma las decisiones y otro que acata o se rebela infantilmente. Incluso es factible que estos papeles se desempeñen cíclica y alternadamente entre los integrantes de la pareja dependiente.

6.5.2 La pareja independiente

En contraparte, la pareja independiente está integrada por dos individualidades que no sienten ganar o perder nada con el *otro*. Se desempeñan en el terreno de lo mío y lo tuyo (“*tu hijo*”, “*mi familia*”) y muy pocas son las cosas que

⁵ Elena Llanos, *op. cit.* pp. 37-82.



se asumen como *nuestras*. Suelen no tener objetivos comunes, ni estar dispuestos a ponerse de acuerdo, negociar, a dar y recibir.

Los integrantes de una pareja independiente temen perder su libertad, eluden el compromiso y suelen emprender una relación de pareja con la consigna “mientras dure, durará; mientras estemos bien juntos lo estaremos y si estamos mal, adiós”. En el fondo tienen grandes reservas a entregarse porque temen el abandono y el sufrimiento que esto ocasiona.

Poseen una perspectiva errada de la libertad, ya que para ellos entregarse es dejar de ser uno mismo, someterse al otro, perder la voluntad. Ignoran que la libertad se ejerce en la capacidad de elegir al *otro*, y de esta manera comprometerse con la elección tomada.

6.5.3 La pareja interdependiente

El equilibrio emocional más adecuado en una pareja es aquel que establecen dos personas completas, con identidad propia, que deciden crear un espacio en común para forjar tres pilares: “nuestra pasión”, “nuestra intimidad” y “nuestro compromiso”.

Los integrantes de una pareja interdependiente son conscientes de que pueden vivir el uno sin el otro, pero desean vivir juntos y compartir la vida. Toman decisiones compartidas para obtener el máximo beneficio para ambos y todo lo suyo. En este tipo de relación prevalece en el mundo del nosotros la libertad, el compromiso, la cooperación, el respeto, el diálogo y la diversidad, pautas de comportamiento que llevan a denominar a esta relación como democrática, por la similitud de sus principios y valores.

6.6 La pareja democrática

Hablar de una pareja democrática es vivir y sentir una relación armónica en la que ambos trabajan para forjar su espacio en común. Sus conductas se orientan a:

- Cuidar y mantener vigente la atracción física. No hay idea más errónea que pensar que ya no se es atractivo para la pareja.

- Cultivar la atracción intelectual. Buscar espacios de vivencia e intercambio de experiencias y gustos entre los integrantes de la pareja fortalece su comunicación y la ejecución de proyectos conjuntos.

- Mantener siempre la atracción afectiva. Expresar ternura, atención y cuidado para con el otro fortalecerá el vínculo de pareja.

- Cuidar la comunicación, tanto verbal como no verbal. Es necesario siempre expresar lo que se quiere y siente de manera objetiva y sin violencia, y corroborar cómo lo está recibiendo nuestro interlocutor. Es un error pensar que el *otro* es un mago y que adivinará lo que uno quiere porque hay amor. Las palabras “siempre” y “jamás” deben borrarse del diccionario de la pareja. Mantener el contacto visual entre los integrantes de una pareja es símbolo de atención y amor.

- Tratar al otro con empatía. Dicho en otras palabras, es ponerse en los zapatos del otro y entender sus sentimientos y expectativas, para así apoyarlo y, si es el caso, expresarle mesuradamente que no se está de acuerdo y proponerle alternativas de acuerdos conjuntos. La empatía siempre debe darse mutuamente.

- Aprender a ceder. No hay nada que estropee más una relación que no aceptar los errores propios y no abrirse a propuestas. Amar a la pareja es querer experimentar con ella.

- Negociar acuerdos. La pareja debe aprender a exponer argumentos convincentes para la toma de decisiones conjuntas, sin chantajear, imponer o “dar el avión”.

- Aquilatar la experiencia y las vivencias conjuntas. Nada hay más saludable que evaluar qué estuvo mal en la relación, cómo se logró salir de ese problema o malentendido, y recordar sistemáticamente los momentos bellos y significativos afrontados por la pareja. Es un error destrozarse los recuerdos cuando se ha tenido una discusión en la pareja.

Para lograr estas conductas, los valores⁶ democráticos, como pautas de conducta y convivencia social, se convierten en prácticas de vida que coadyuvan al fortalecimiento de la unión en una pareja. Dentro de los valores democráticos que se asocian al tema de la pareja están:⁷

6.6.1 La libertad

Es la facultad para elegir y actuar de acuerdo con lo que una persona considere adecuado. En este sentido, los integrantes de una pareja respetan la individualidad de cada uno de ellos, y se hacen responsables de sus actos, asumiendo las consecuencias sin por ello afectar la libertad del otro y de los acuerdos tomados en la esfera del *nosotros*.

6.6.2 La diversidad o pluralidad

Es aceptar que existen diferentes posibilidades de ser, actuar y pensar. En la pareja es menester entender que sus integrantes son individuos diversos y que no son “almas gemelas”. Cuando hay diversidad, hay riqueza, porque existe un amplio abanico de opciones que se complementan y acompañan para nutrir lo que se hace entre los miembros de una pareja.

⁶ Para Silvia Conde, “los valores son apreciaciones, opciones y significantes que afectan a la conducta, configuran y modelan las ideas y condicionan los sentimientos de las personas. Deben ser elegidos libremente entre diversas opciones. Los valores de una sociedad se construyen gradualmente y están definidos por el lugar y el momento histórico que viven los individuos a partir de un proyecto de ser humano y sociedad. Han estado presentes a lo largo del desarrollo de la humanidad, han cambiado y ocupado diferentes jerarquías, están manifiestos en cualquier acto de la vida rigiendo nuestro comportamiento y formas de percibir el mundo. Por ello, no podemos decir que existan valores absolutos ni jerarquías aplicables a todas las personas” (Silvia L. Conde, *Formación ciudadana. Elementos para un modelo pedagógico*, documento de trabajo, México, IEDF, 2002, p. 38).

⁷ Silvia Conde propone una clasificación de *competencias para la vida democrática* desde el enfoque del campo formativo de los valores. Su propuesta establece tres categorías básicas: el *ser* y el *convivir* que agrupa propiamente a los valores de la democracia; el *saber hacer* que comprende las habilidades y procedimientos de la democracia; y los *saberes*, es decir las nociones y concepciones sobre la democracia. Su propuesta resulta muy atractiva a los propósitos de este taller, por lo que se presenta la lista de los valores seleccionados en torno a la pareja en el orden de las competencias descritas por Conde, con el propósito de ser abordadas pedagógicamente de esta manera (Silvia Conde, *op. cit.*, pp. 72-75).

6.6.3 El respeto

Es cuidar la manera en que nos dirigimos a las otras personas, partiendo del reconocimiento de nuestra igualdad y de que tenemos los mismos derechos y obligaciones. Hay que ser con los demás como nos gusta que sean con nosotros; para exigir que nos respeten, primero debemos respetar. En otras palabras, el respeto es el reconocimiento de la dignidad humana, propia y de los demás, por lo que en una pareja es vital.

6.6.4 La igualdad

Es el principio que reconoce a todas las personas los mismos derechos y obligaciones. Todos somos iguales ante la ley sin importar color de piel, sexo, religión, edad, condición social o económica. En una pareja, el trato igualitario dignifica la individualidad y permite el desarrollo de sus integrantes.

6.6.5 La equidad

Es dar trato justo a las personas considerando las diferencias que existen entre ellas. Para la pareja en particular, la equidad parte de que sus integrantes son distintos y tienen necesidades y capacidades diferentes, pero ello no hace que ninguno esté en superioridad con relación al otro.

6.6.6. La honestidad y la confianza

Es apegarse a los valores de la verdad y la justicia. Este valor rechaza la mentira, por lo que si alguien es honesto también es confiable. Procurar en una pareja este valor permitirá a sus integrantes sustentar su vínculo en la verdad y en la confianza, por más difíciles que éstas parezcan. Decir lo que sentimos, lo que no nos gusta y lo que nos lastima, permitirá remediar la situación mediante el diálogo y así llegar a acuerdos de convivencia.

6.6.7 El compromiso y la responsabilidad

Es prever y asumir las consecuencias de nuestros actos y decisiones, tanto para con nuestra persona como para con



los demás y nuestro entorno. Al ser responsables, los integrantes de una pareja se comprometen con sus actos y decisiones y procuran no afectarse mutuamente sin necesidad de llegar a acuerdos.

6.6.8 La cooperación y la participación

Es tomar parte en los asuntos y necesidades colectivas para alcanzar un objetivo común. En una pareja se habla de una colectividad de dos en la que colaborar con el otro forma parte del logro de objetivos comunes en la esfera del *nosotros*.

6.6.9 El diálogo y la toma de acuerdos

Es el intercambio de opiniones o puntos de vista con los demás con respeto y tranquilidad, para dar a conocer nuestras razones y necesidades, escuchando con atención lo que expresan los otros, a fin de estar en posibilidad de lograr acuerdos. En una pareja, el diálogo debe ser sinónimo de comunicación, ya que sin la experiencia dialógica, las conversaciones se tornan en monólogos “soportables” o, peor aún, “insoportables”.

6.6.10 La tolerancia

Es aceptar que los demás sean, piensen y actúen de forma diferente a la nuestra, aunque no estemos de acuerdo o no nos guste. En una pareja, es común que se susciten rasgos entre sus integrantes que no son compartidos o estimados; pero al reconocer la individualidad del *otro*, aplicar la tolerancia ayuda a convivir sin imponer ideas u opiniones a los demás, siempre y cuando no se transgreda la propia individualidad.

6.7 Programa de actividades para el taller

Los valores democráticos en la pareja es un taller que está programado para ser impartido en sesiones unitarias de dos horas. Se calcula contar con un máximo de 20 participantes y un mínimo de cinco.

Se estableció la modalidad de trabajo en taller puesto que se pretende promover la participación de las mujeres y que desarrollen un papel protagónico en las actividades del mismo.

El taller contiene una serie de temas previamente establecidos que focalizan su orientación y propósito en el proceso de formación, promoviendo el análisis, el aprendizaje de contenidos y la reflexión. Además, pretende conformarse en un espacio vivencial donde las mujeres externen sus experiencias y las enriquezcan con la información brindada, así como por los saberes compartidos con otras mujeres.

6.8 Objetivos del taller

6.8.1 Objetivo general

Que las participantes conozcan y practiquen los valores democráticos para el mejoramiento de la convivencia en pareja.

6.8.2 Objetivos específicos

Que las mujeres:

- Conozcan el concepto de pareja y sus componentes.
- Identifiquen los problemas más comunes en la vida de pareja.
- Conozcan los valores democráticos y su importancia en la relación de pareja.

6.9 Temas a desarrollar

6.9.1 La pareja y sus componentes

- El yo
- El tú
- El nosotros y las esferas de convivencia

6.9.2 La pareja y los factores comunes de fricción entre sus integrantes

- Evolución de la relación de pareja
- Las expectativas personales depositadas en el *otro* en una relación de pareja
- Problemas en la comunicación
- Tipos de pareja: la dependiente (o autocrática), la independiente (o anarquista) y la interdependiente (o democrática)

6.9.3 La pareja democrática

- ☀ Conductas que propician una relación armónica
- ☀ Aplicación de los valores democráticos en la relación de pareja
- ☀ La libertad
- ☀ La diversidad y la pluralidad
- ☀ El respeto
- ☀ La igualdad y la equidad
- ☀ La honestidad y la confianza
- ☀ El compromiso y la responsabilidad
- ☀ La cooperación y la participación
- ☀ El diálogo y la toma de acuerdos
- ☀ La tolerancia

6.10 Mensajes clave a transmitir

Es importante que como promotores e impulsores de procesos de formación en valores democráticos se tenga claridad sobre los cuatro mensajes clave que se van a transmitir a las participantes en este taller:

- ☀ Las mujeres y los hombres son individuos con expectativas, intereses, conocimientos y características propias en una relación de pareja.
- ☀ Las mujeres y los hombres establecen una esfera de interacción de pareja en la que se genera el campo de convivencia del nosotros.
- ☀ Mejorar el clima de la esfera del nosotros implica reconocer que a veces se reproducen hábitos erróneos que distorsionan la comunicación y la convivencia de la pareja.
- ☀ Los valores democráticos son ideales o normas de comportamiento que convirtiéndose en criterios de juicio y de orientación de conducta contribuyen a mejorar la relación de pareja desde la perspectiva del desarrollo individual y colectivo.

Para ello es conveniente contestar tres preguntas guía:

a) ¿Qué es lo que deben conocer las mujeres?

Que los valores democráticos se constituyen en pautas de conducta que contribuyen a mejorar la comunicación y convivencia en pareja desde la perspectiva del yo, del tú y del nosotros.

b) ¿Cómo pueden actuar con ellos?

Asumiéndolos como conductas y prácticas positivas que contribuyen a mejorar el clima en su relación de pareja.

c) ¿Para qué ejercerlos?

Estos valores fortalecen la individualidad de la mujer como persona digna y contribuyen a mejorar no sólo su relación de pareja, sino incluso la formación de sus hijos como futuros integrantes de núcleos familiares y ciudadanos.

En el trabajo de formación con adultos, es importante conocer el perfil psicológico de las mujeres para ser más certeros en la forma en que nos dirigimos a ellas, así como en el manejo de los contenidos específicos.

6.11 Descripción de contenidos

El primer tema, *La pareja y sus componentes*, permitirá que las mujeres reconozcan la importancia de su participación y responsabilidad dentro de una relación de pareja. Para ello es necesario que las participantes identifiquen su individualidad a través del *Yo soy Yo* y conozcan la mejor forma de expresar sus emociones y sentimientos al *Tú* u *otro*, lo que da origen a la nueva identidad *Nosotros*.

En este apartado se reflexionará sobre la valoración y el desarrollo de sus capacidades como mujeres, incluidas aquellas que atraen a su compañero, y se reconocerán los tipos de esferas de convivencia en la relación de pareja.

En el segundo tema, *La pareja y los factores comunes de fricción entre sus integrantes*, se pretende que las participantes analicen los cambios que ha sufrido la relación de pareja a través del tiempo debido a los cambios sociales y culturales de su entorno. Además, identificarán los tipos de pareja que existen y cómo la comunicación es la fuente principal de la que emana una relación plena o con fricciones.

En el último tema, *La pareja democrática*, se observará cuáles son las conductas que favorecen la relación de pareja y cómo los valores democráticos son factores importantes que inciden en este aspecto, además de que promueven el desarrollo integral de los individuos.

Es preciso señalar que se dará a conocer cómo mediante el diálogo se puede propiciar una negociación satisfactoria en la medida en que se involucren también los demás valores democráticos, fortaleciendo así la personalidad de



los integrantes de la pareja. Para tal efecto, se retomarán las experiencias de las participantes que inviten a la reflexión en grupo.

6.12 Sugerencias didácticas

El taller impulsará una construcción colectiva del conocimiento basada en experiencias previas de las participantes; es indispensable que las mujeres sean quienes opinen y tomen la palabra en un ambiente de confianza y respeto mutuo.

El objetivo fundamental es que todos los aprendizajes transcurran por un proceso interno de resignificación.⁸ Para ello, es importante el rescate de los saberes de las mujeres, de sus experiencias previas, de los conocimientos que poseen.

Una vez identificado lo que se sabe, viene el momento de nutrirlo con nueva información, la cual quizá se contraponga y contraste con lo que ya se sabe pero que, en la medida en que se elabora un discernimiento de esta información, va tomando sentido.

La nueva información deberá ubicarse en un contexto próximo y cotidiano para las participantes, pues en esta medida les será más fácil entender. Es decir, si esta información se vincula a los casos que las participantes mencionan, entonces se le otorga una utilidad práctica que facilita en gran medida su asimilación.

Cuando la información ya fue procesada, es necesario que se abra un espacio de enunciación, es decir, que las participantes expresen o bien plasmen por cualquier medio, el aprendizaje logrado. De esta forma, se cierra el proceso de aprendizaje y se cumple con el propósito de que sea el sujeto quien reorganiza y decide qué información incorpora a sus saberes. Cabe mencionar que cuanto más útil sea el conocimiento, mejor será la aprehensión del mismo.

⁸ David Ausubel, *Teoría del aprendizaje significativo*, www.monografia.com/trabajos6/apsi.shtml (*resignificación* implica el proceso de una nueva conceptualización de la realidad donde lo más importante es entender el contexto que la genera).

6.13 Evaluación

Esta actividad tiene el propósito de valorar el desarrollo del taller y la aceptación por las asistentes, así como de retroalimentar futuras actividades. Para ello, se les aplicará un cuestionario de opinión, el cual deberá ser respondido de manera individual y anónima.

6.14 Organización del taller

6.14.1 Presentación institucional

Esta actividad inicial tiene como propósito que las participantes identifiquen las características del Instituto Electoral del Distrito Federal (IEDF) y se familiaricen con el objetivo y la dinámica del taller que se impartirá.

Para el efecto, en primer término se presentarán las personas que coordinarán el taller, para dar paso a describir las funciones del IEDF y su relación con este tipo de actividades de educación cívica. Como tercer aspecto a exponer, se explicará cuál es el objetivo del taller y cuáles serán las etapas que se van a desarrollar en él, destacando que se trata de una actividad en la que es indispensable su participación.

Es preciso destacar que esta actividad, como todas las de carácter expositivo que expliquen conceptos o ideas centrales, se apoyará en el uso de medios y/o materiales didácticos que faciliten la transmisión, a manera de mapas conceptuales, del contenido de la exposición (láminas de Power Point, acetatos o carteles), dependiendo de los recursos y condiciones disponibles en el aula o lugar en el que se desarrolle el taller.

6.14.2 Integración en grupo

En esta actividad se propone “romper el hielo” entre las participantes en el taller, así como favorecer su interacción e interlocución recíprocas. Para tal efecto se aplicará la dinámica de *Las sociovocales*,⁹ ya que ésta permitirá de manera rápida y divertida generar un clima de confianza entre las mujeres, así como propiciar su expresión verbal y, con ello, motivar su participación en el taller.

⁹ Véanse detalles de todas las dinámicas que se citan en el apartado 6.16.

Para la realización de esta actividad sólo se requieren etiquetas, para que las participantes anoten y se peguen su respectivo nombre. Si ellas no se pueden poner de acuerdo en la canción que se va a interpretar en la dinámica, se les entregará al azar unas tarjetas previamente impresas con propuestas de canciones.

6.14.3 Expresión de conceptos sobre la pareja

Con esta actividad se iniciará el primer tema sustantivo del taller: *La pareja y sus componentes*. Su propósito es que las participantes expresen y compartan su concepción acerca de la pareja y, de manera simultánea, el promotor identificará cuánta información y de qué tipo manejan las asistentes sobre el tema.

Con tal propósito, se aplicará la dinámica *La pareja y sus componentes*, en la cual, a manera de una construcción verbal y secuencial de ideas sobre la pareja, las participantes hilarán una historia. Simultáneamente al desarrollo de esta dinámica, se irán anotando a la vista de las asistentes las ideas clave que ellas expresen, por ejemplo, quiénes componen la pareja, por qué se unen y cuáles son sus espacios de interacción.

Para esta actividad se requiere sólo una esfera navideña, como lo indica la dinámica, y un espacio para escribir ideas clave (pizarrón u hojas de rotafolio).

6.14.4 Vivencia del ámbito del nosotros en una pareja

Esta actividad abordará la segunda y última etapa en la revisión del tema *La pareja y sus componentes*, con el propósito de clarificar y experimentar los conceptos asociados a los integrantes de la pareja y sus ámbitos de acción.

Para tal efecto, en primer término se retomarán las ideas clave expresadas por las asistentes en la actividad anterior, y se las asociará con los conceptos *yo*, *tú* y *nosotros*. Asimismo, se expondrán cuáles son los ámbitos de interacción de una pareja, los factores internos y externos que inciden en ella, y se resaltarán la necesidad de cultivar la esfera del *nosotros*.

Para esta exposición se emplearán gráficos y/o carteles plastificados o de otro material atractivo (*fommy*, unisel, etc.), que ofrezcan a las asistentes, a manera de un mapa conceptual, los elementos que componen el tema.

Como segunda actividad de esta fase, se aplicará la dinámica *Rompecabezas de la pareja*, con la cual las participantes experimentarán los problemas a los que se enfrentan en la esfera del *nosotros*, tanto por su propia actuación como por la intervención de personajes externos (hijos, familiares, vecinos).

La actividad requerirá el material propio de la dinámica (rompecabezas y tarjetas), así como un espacio donde escribir ideas clave (pizarrón u hojas de rotafolio) sobre el sentir y pensar de las participantes respecto a la experiencia vivida con la dinámica.

6.14.5 Identificación de los conflictos comunes en la pareja

En esta actividad se trabajará sobre el tema *La pareja y los factores comunes de fricción entre sus integrantes*. Se buscará que las participantes identifiquen y expresen cuáles son las situaciones problemáticas más comunes entre los miembros de una pareja.

Se hará una exposición sobre los cuatro campos en los que suelen suscitarse estos conflictos: a) la evolución de la relación de pareja; b) las expectativas propias puestas en el otro como pareja; c) la comunicación que se entabla; y d) los tipos de interacción que se establecen (parejas dependientes, independientes e interdependientes). Durante la exposición se pondrá especial cuidado en pedir a las asistentes ejemplos de los casos que se están describiendo, enunciados en tercera persona. Para el efecto, la exposición deberá estar respaldada por láminas (en Power Point, acetatos u otro material atractivo en un rotafolio), con breves enunciados como ideas clave e imágenes o gráficos alusivos al tipo de conflicto de que se trate.

6.14.6 Análisis de los valores democráticos y su vinculación con la pareja

En esta actividad se aborda el tema *La pareja democrática*, con el objeto de que las participantes vinculen la aplicación de los valores democráticos en el mejoramiento de la convivencia en pareja. Para ello, como primer paso, los promotores realizarán un sociodrama que demuestre, en una situación de pareja, cómo se violan los valores democráticos (respeto, honestidad, tolerancia, diálogo, etcétera).



Como segundo paso, pedirán a las asistentes que extraigan de una bolsa o busquen debajo de sus respectivos asientos un cartel con el enunciado de un valor democrático. Acto seguido, solicitarán por turno a cada participante en posesión de un letrero que lo pegue en un lugar visible previamente destinado para ello (pizarrón, rotafolio, pared), y exprese qué entiende por el valor que ahí se enuncia y cómo fue violado en la dramatización realizada por los promotores. Durante la participación de las asistentes, los promotores deberán cuidar que los conceptos sean suficientes y claros, por lo que contribuirán a precisarlos y ampliar los ejemplos representados tanto en la dramatización como en otros escenarios en la relación de pareja.

Como paso consecutivo a la exposición, se aplicará el juego didáctico *El dado*, cuyo principal propósito es mostrar a las participantes los elementos negativos y positivos que surgen en una comunicación de pareja, con objeto de motivarlas a participar y reflexionar, retomando diferentes situaciones de la vida cotidiana para identificar los elementos (valores democráticos) que permiten desarrollar una comunicación efectiva en pareja.

El material didáctico que se empleará es el requerido por el juego (dado, tarjetas y carteles).

6.14.7 Reforzamiento del aprendizaje

Esta actividad tiene como propósito resolver dudas o situaciones no aclaradas previamente y valorar el aprendizaje desarrollado por las participantes en el taller. Para tal efecto, se abrirá un espacio final de reflexión en el que se preguntará a las mujeres cuál es el aprendizaje logrado en el taller y cómo piensan aplicar lo aprendido en su vida cotidiana. En caso de que las asistentes expresen dudas sobre el contenido revisado en el taller, se las alentará a resolverlas ellas mismas, y ésta será una manera de verificar su aprendizaje.

6.15 Carta descriptiva

Actividad	Tema	Objetivo	Técnica	Material ¹⁰	Tiempo
Presentación institucional	IEDF Objetivo del taller	Que las asistentes identifiquen el propósito del taller y las funciones del IEDF.	Expositiva Preguntas y respuestas	Láminas en power point o acetatos o carteles	5 min
Integración de grupo	Integración grupal	Que las mujeres interactúen entre sí para favorecer un clima de camaradería y libertad de expresión que propicie la expresión verbal.	Dinámica de integración <i>Las sociovocales</i>	Etiquetas Tarjetas	10 min
Expresión de conceptos sobre la pareja	La pareja y sus componentes	Que las participantes construyan en lo individual y lo colectivo su concepción acerca de la pareja.	Dinámica <i>La pareja y sus componentes</i>	Hojas de rotafolio Marcadores Esfera navideña	10 min
Vivencia del ámbito del <i>nosotros</i> en una pareja	"	Que las asistentes identifiquen los ámbitos del <i>yo</i> , el <i>tú</i> y el <i>nosotros</i> .	Expositiva Dinámica <i>Rompecabezas de la pareja</i> Preguntas y respuestas	Carteles Piezas del rompecabezas, tarjetas, campanita, marco de madera o pizarrón imantado, hojas de rotafolio o pizarrón y marcadores	8 min 10 min
Identificación de los conflictos comunes en la pareja	La pareja y los factores comunes de fricción entre sus integrantes	Que las mujeres identifiquen las causas de los problemas comunes en la pareja.	Expositiva Preguntas y respuestas	Láminas en Power Point o acetatos o carteles	20 min
Análisis de los valores democráticos y su vinculación con la pareja	La pareja democrática	Que las participantes identifiquen los valores democráticos aplicables a la relación de pareja y los apliquen en la solución de problemas.	Sociodrama Sorteo de carteles Preguntas y respuestas Dinámica <i>El dado</i>	Carteles adheribles e implementos para la dramatización Dado y tarjetas	25 min 20 min
Reforzamiento del aprendizaje	Reflexión final y/o conclusiones	Que las mujeres comenten sus reflexiones finales o conclusiones, con el propósito de verificar lo aprendido.	Preguntas y respuestas Plenaria	-	10 min
Evaluación del taller	Aplicación del cuestionario de salida	Que las participantes expongan su evaluación sobre el taller.	Trabajo individual	Cuestionario Bolígrafos	5 min
Conclusión del taller	Agradecimiento y despedida	Agradecer la participación de las asistentes y ponerse a sus órdenes.	Expositiva	Directorio del IEDF Directorio de otras instituciones de apoyo a la pareja	2 min

¹⁰ El material citado en esta columna deberá aplicarse a partir de la identificación de los recursos disponibles en el espacio en el que se realizará el taller (por ejemplo, si se dispone de energía eléctrica, de equipo de cómputo y *datashow*, etcétera).



6.16 Descripción de dinámicas

6.16.1 Las sociovocales

Es una dinámica de integración donde las participantes generan un sentimiento de grupo a través de un clima de camaradería y recreación. Ayuda también a disminuir el nivel de tensión de las asistentes, las prepara para la verbalización y la participación, y suscita un ambiente de confianza.

Descripción

1. Las participantes anotan su nombre en una etiqueta adherible y colocan ésta en un lugar visible de su cuerpo (a preferencia de la participante).

2. El promotor solicita a las participantes que se agrupen por la primera vocal de su nombre. Esto implica que se formarán como máximo cinco grupos (a, e, i, o, u). Por ejemplo, el grupo “a” lo conformarán participantes con el nombre de María, Mariana, Alejandra, Paula, etc.; el grupo “e” lo integrarán mujeres con el nombre de Estela, Elena, Petra, etc., y así sucesivamente. Los promotores cuidarán que las mujeres se agrupen según este criterio en el salón. Es posible que no se cubran los cinco grupos o que tal vez se encuentre una sola participante en un grupo, por ejemplo, que sólo haya una integrante en el grupo “i” por haber sólo una participante de nombre Itzel. Si esto último sucede, la participante representará a ese grupo.

3. El promotor solicitará a los integrantes de cada grupo que en tres minutos se pongan de acuerdo para interpretar una canción de su agrado, entonándola o cantándola sólo con la vocal que corresponde a su grupo. Si durante el desarrollo de los talleres se observa que esta actividad lleva más tiempo del debido, entonces se ofrecerá a cada grupo la selección al azar de una tarjeta con el nombre de una canción que deberán interpretar según lo indicado. Las cinco canciones serán *La cucaracha*, *La patita*, *Los tomates*, *Los tres cochinitos* y *Las mañanitas*.

El promotor sugerirá hacer arreglos de interpretación como cantar a dos voces, a tres, montar coreografía y tener una maestra de ceremonias que las presente. Si por determinada razón alguna de las integrantes del grupo no

podiera cantar, entonces tendría que participar, según lo convenga el grupo, aplaudiendo, taconeando o emitiendo algún sonido con el choque de algún objeto.

4. A continuación se realizarán las interpretaciones grupales, y el promotor hará el reconocimiento mediante aplausos a cada uno al término de su representación.

5. Por último se pedirá a todo el grupo que seleccione la mejor interpretación para que sea repetida y ovacionada.

Material requerido

Etiquetas adheribles (también se puede optar por tarjetitas con seguritos)

Cinco tarjetas tamaño media carta con el nombre de una canción cada una (*La cucaracha*, *La patita*, *Los tomates*, *Los tres cochinitos* y *Las mañanitas*).

6.16.2 La pareja y sus componentes

La dinámica pretende que las mujeres comenten su opinión en torno a qué es para ellas la relación de pareja, lo que permite una evaluación inicial del pensar de las participantes.

Descripción

1. Las participantes forman un círculo con sus sillas y permanecen sentadas.

2. El promotor explica a las participantes que construirán una historia sobre una pareja con frases expresadas por ellas mismas. Para ello se pasarán de una a otra en el orden del círculo una esfera de navidad (elemento frágil como puede ser la relación de pareja). Cuando una participante reciba la esfera deberá repetir en voz alta lo dicho por la participante anterior y agregará su propia frase, y así sucesivamente.

3. El promotor inicia la historia con la esfera en sus manos, y dice, pasándosela a la participante de su lado derecho, “Esta es una pareja...”. La participante que reciba la esfera agregará la frase correspondiente.

4. Mientras las participantes van expresando sus frases, el promotor cuidará de anotar en el pizarrón o en hojas

de rotafolio previamente adheridas a una pared visible aquellas expresiones que considere que manifiestan elementos clave, tanto en la composición de la pareja como en su relación.

5. La última participante que se encuentre en el círculo dirá en voz alta la historia que se formó con lo expresado por el grupo. El promotor, por su parte, convocará a alguna otra participante para que repita la historia construida.

6. Se pedirá al grupo que comente si lo expresado por la última participante coincide exactamente con lo expresado por cada una de las integrantes.

En caso de resultado positivo, se ovacionará al grupo por tener muy buena memoria.

En caso contrario, se pedirá a cada asistente que comente la frase que agregó al cuento, para observar las deficiencias que se tuvieron al transmitir la información.

7. El promotor deberá hacer una reflexión acerca de cómo estos problemas se pueden presentar en la vida en pareja y cómo a veces el mensaje que se transmite al *otro* no es recibido con el sentido con que fue emitido.

8. Por último, el promotor retomará los elementos vertidos por las participantes para hacer una breve exposición de los componentes de la pareja y sus diversas esferas de actuación.

Material requerido

Una esfera navideña

6.16.3 Rompecabezas de la pareja

El objetivo de esta dinámica es que las participantes analicen la experiencia de realizar una tarea en pareja que ejemplifique la esfera del *nosotros*, en la que deben cuidar que no existan interferencias o influencias de familiares o vecinos y amigos.

Descripción

1. El promotor solicitará la participación voluntaria de siete mujeres.¹¹ A dos de ellas les pedirá que pasen al frente a

la vista de todo el grupo, y a las cinco restantes les solicitará que pasen al fondo del aula, atrás del grupo, con el otro promotor.

2. El promotor explicará en voz alta, para que sea escuchado por el resto del grupo, que las dos participantes voluntarias, como si fueran pareja, tendrán que construir una sola imagen con todas las piezas que les serán proporcionadas de manera individual en un sobre dentro del marco que tienen enfrente a la vista del resto del grupo. Asimismo les comunicará que para realizar esta tarea tienen solamente cinco minutos, y les advertirá que eventualmente se presentarán ante ellas algunos personajes que circundan regularmente a la pareja como hijos, suegros, cuñados, etcétera, que demandarán su atención. Lo importante es que ellas, como pareja, concluyan a tiempo su tarea, y que el resto del grupo observe lo ocurrido.

3. Paralelamente, el otro promotor asignará papeles a las cinco voluntarias: a una le otorgará el rol de un hijo de 10 años; a la segunda el de suegra; a la tercera el de vecina; a la cuarta el de cuñada y a la quinta el de una bebé de año y medio. Les explicará que cada una de ellas entrará y saldrá a escena conforme el promotor les vaya indicando, y su papel será el de actuar “convencionalmente” conforme el rol asignado, demandando atención y, en su caso, dando su opinión sobre la tarea que realizan. A la bebé en particular le pedirá que demande su biberón, que lllore y que, en un momento de berrinche, les tire las piezas de la mesa al suelo.

4. El promotor da la pauta para que inicie la labor de las voluntarias en pareja, y el otro promotor irá intercalando la participación de las otras cinco voluntarias mediante el sonido de una campanita. Cada voluntaria tiene como máximo 45 segundos para desempeñar su rol con la pareja.

5. Una vez concluidos los cinco minutos o antes, si la pareja terminó la tarea, el promotor pedirá al resto del grupo

¹¹ Cabe señalar que, en caso de contar con la asistencia mínima de cinco participantes, se pedirá a todas que realicen las actividades que se describen en la dinámica, ajustando a tres mujeres el desempeño de otros roles, y así consecuentemente hasta un máximo de siete voluntarias.



evaluar si ésta pudo concluir su cometido. Si el resultado fuera positivo se ovacionará a la pareja.

6. Posteriormente, el promotor solicitará a las integrantes de la pareja que evalúen cómo se sintieron y qué significó para cada una de ellas la interferencia de los personajes que llegaron a influir o a interferir en su tarea.

7. Por último, y una vez expresados los comentarios de la pareja, el promotor abrirá el análisis en plenaria para la aportación de reflexiones, sentimientos y sugerencias del resto del grupo. Enfatizará las situaciones que alteran el ámbito de la esfera del *nosotros*, y explicará cómo hay que abordarlas para que ese ámbito se conserve de la mejor manera.

Material requerido

- ☀ Marco de madera con fieltro interior o pizarrón imantado
- ☀ Piezas de rompecabezas de una imagen con velcro o con imanes, divididas en forma estratégica en dos sobres
- ☀ Cinco tarjetas con la descripción de los papeles que se van a representar
- ☀ Una campanita

6.16.4 El dado

El objetivo de este juego es mostrar los elementos negativos y positivos para desarrollar una comunicación efectiva en pareja.

Presentación

El dado es un juego diseñado para mostrar a las participantes los elementos negativos y positivos que se desarrollan en una comunicación de pareja, con objeto de motivarlas a participar y reflexionar, retomando diferentes situaciones de la vida cotidiana para identificar los elementos que permiten desarrollar una comunicación efectiva en pareja.

Descripción

El juego está conformado por:

- ☀ Un dado de seis caras, cada una de las cuales se identificará con un color: rojo, naranja, negro, azul, violeta y verde.

—☀ Tarjetas rojas que se refieren al *Planteamiento violento* en la comunicación. Se presenta cuando una discusión se entabla de forma negativa y acusadora.

—☀ Tarjetas naranjas que identifican la *Crítica* en la comunicación, señalando la diferencia entre queja y crítica. Una queja sólo se refiere a una acción específica en la que el otro miembro de la pareja ha fallado. La crítica es más global, e incluye palabras negativas sobre el carácter o personalidad del otro. Una crítica incluye culpa y difamación.

—☀ Tarjetas negras que señalan el *Desprecio*. El sarcasmo y el escepticismo son formas de desprecio. Lo mismo puede decirse de los insultos, los gestos, la burla y el humor hostil. El desprecio en cualquiera de sus formas envenena las relaciones porque implica disgusto.

—☀ Tarjetas azules que ejemplifican la *Actitud defensiva* en la comunicación. La actitud defensiva es en realidad un modo de culpar a la pareja, en esencia es: “El problema no soy yo. Eres tú”.

—☀ Tarjetas violetas que se refieren a la *Actitud evasiva* en la comunicación. Es cuando se actúa como si no importara en absoluto lo que el otro (la pareja) dice, como si ni siquiera se lo oyera.

—☀ Tarjetas verdes que identifican la situación de *Sentirse abrumado*. Sucede cuando la negatividad de uno de los integrantes de la pareja –ya sea en forma de crítica, desprecio o incluso actitud defensiva– resulta tan súbita y abrumadora, que la otra persona se siente conmovida, tan indefensa frente a la agresión que haría cualquier cosa por evitar una réplica.

Mecánica del juego

Los promotores serán los coordinadores del juego y los conductores del debate.

Los promotores explicarán la mecánica del juego, conformarán dos equipos, dividiendo el grupo a la mitad.

Por rondas, cada uno de los equipos tomará el *dado* y lo arrojará para determinar el *color* de las tarjetas que se expondrán.

Una integrante del equipo que no arroje el dado tomará una tarjeta del color que señale el dado y leerá el caso allí expuesto. Leerá también en el reverso de la tarjeta las preguntas detonadoras de la discusión.

Los promotores pedirán a las participantes que expresen en libertad lo que opinan sobre el caso expuesto, a fin de identificar las conductas negativas o positivas de la comunicación que se manifiestan en el mismo. Con este hecho se abrirá el debate para conocer la opinión de los dos equipos; los promotores moderarán la discusión y propiciarán la reflexión para que todas las mujeres participen y relacionen su vida cotidiana con el caso mencionado.

Se deberá cuidar que la discusión sea ágil y se establezca un tiempo límite para el debate de cada caso.

Los promotores irán colocando carteles a la vista de todas las participantes, como verificadores de las conductas positivas en cada uno de los casos expuestos, lo cual permitirá finalizar cada discusión identificando los valores democráticos y la conducta de la pareja democrática.

El ejercicio *“Una pareja es democrática cuando...”* se desarrolla cuando cada participante identifica un valor democrático y una conducta que contrarresta los aspectos negativos del caso expuesto.

El juego termina cuando se exponen al menos cuatro colores de tarjetas o cuando el tiempo programado para la actividad se agota.

Al cierre del juego, los promotores resaltarán la importancia que tienen los valores democráticos como pautas de conducta y convivencia social, para que se conviertan en prácticas de vida que coadyuvarán al fortalecimiento de la unión en una pareja.

Variantes en la aplicación del juego

1. Si en el momento de aplicar el juego el grupo muestra síntomas de fatiga por estar sentado, se invita a las participantes a levantarse y formar un círculo. Una vez conformado, se explica lo siguiente:

a) El dado será arrojado entre las participantes mientras suena la música (que será alegre y los promotores la llevarán) y se les invitará a bailar en su lugar mientras esto suceda.

b) Una vez que pare la música, la persona que tenga el dado lo arrojará y el promotor le dará a esa misma persona una tarjeta del color correspondiente.

c) La persona leerá la tarjeta y tratará de dar respuestas a las preguntas del reverso.

d) Una vez cumplido lo anterior, el promotor invitará al resto de participantes a dar sus puntos de vista sobre el caso presentado con la lectura de la tarjeta y a las respuestas otorgadas.

e) Una vez agotado el tema de la tarjeta se procederá a solicitar el aplauso de todas las participantes.

Esta ronda de actividades se deberá realizar por lo menos cuatro veces.

2. Si el grupo ha demostrado gran participación y denota ser desinhibido para participar en sociodramas, la segunda variante de este juego puede ser la conformación de cuatro subgrupos que representen, a manera de dramatización, los casos que les toque en la tarjeta que se les entregue con motivo del color que resulte de arrojar el dado por subgrupo.

Los promotores pedirán que cada grupo haga una representación de la situación de pareja que explica la tarjeta. Una vez representada la situación, los mismos integrantes del subgrupo tratarán de responder a las preguntas que se formulan en el reverso de la tarjeta, para después hacer una segunda representación en la que se apliquen los valores democráticos enunciados a fin de mejorar la situación de conflicto en la comunicación inicialmente representada.

En todo momento durante esta variante, los promotores cuidarán que todas las integrantes de un subgrupo participen y buscarán también la retroalimentación del resto del grupo hacia cada subgrupo.



Bibliografía

ÁLVAREZ GAYOU JURGENSON, Juan, "Relación de pareja" en *Sexualidad en la pareja*, México, El Manual Moderno, 1996.

BÁRCENA, M, "Los errores más comunes de la pareja", *Yo, Conócete, Entiéndete, Supérate*, núm. 4, México, Televisa, febrero de 2005.

CERVIÑO, Margarita, "De cuento de hadas", *Yo, Conócete, Entiéndete, Supérate*, núm. 4, México, Televisa, febrero de 2005.

CONDE, Silvia L., *Formación ciudadana. Elementos para un modelo pedagógico*, documento de trabajo, México, Instituto Electoral del Distrito Federal, 2002.

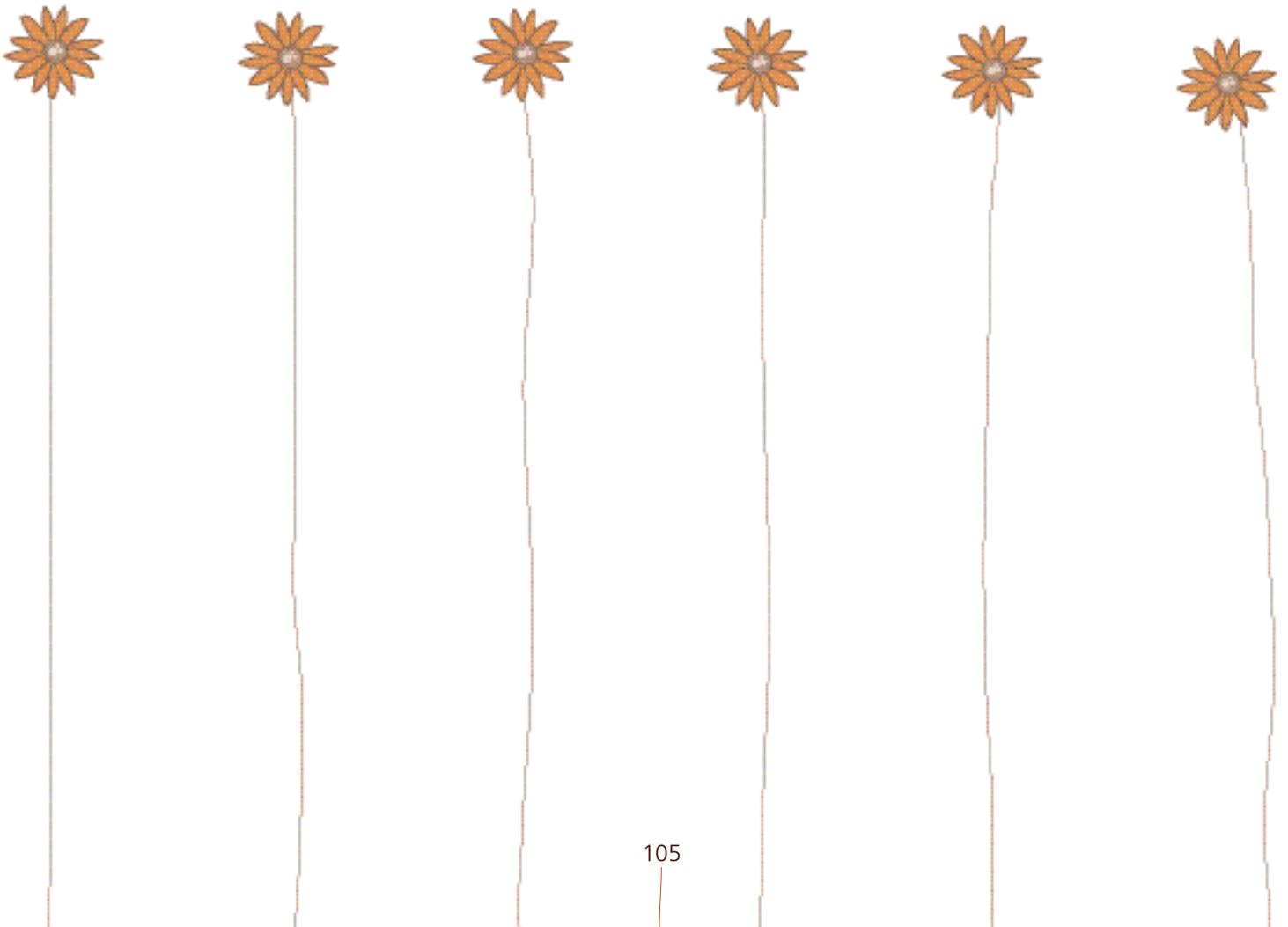
EHRlich, Marc I., "Cómo hacer más satisfactorio el matrimonio", en *Los esposos, las esposas y sus hijos*, México, Trillas, 1989.

GOTTMAN, John y Nan Silve, "Cómo predecir el divorcio" y "Cuarto principio: deja que tu pareja te influya", en *Siete reglas de oro para vivir en pareja*, México, Editorial Debolsillo, 2004.



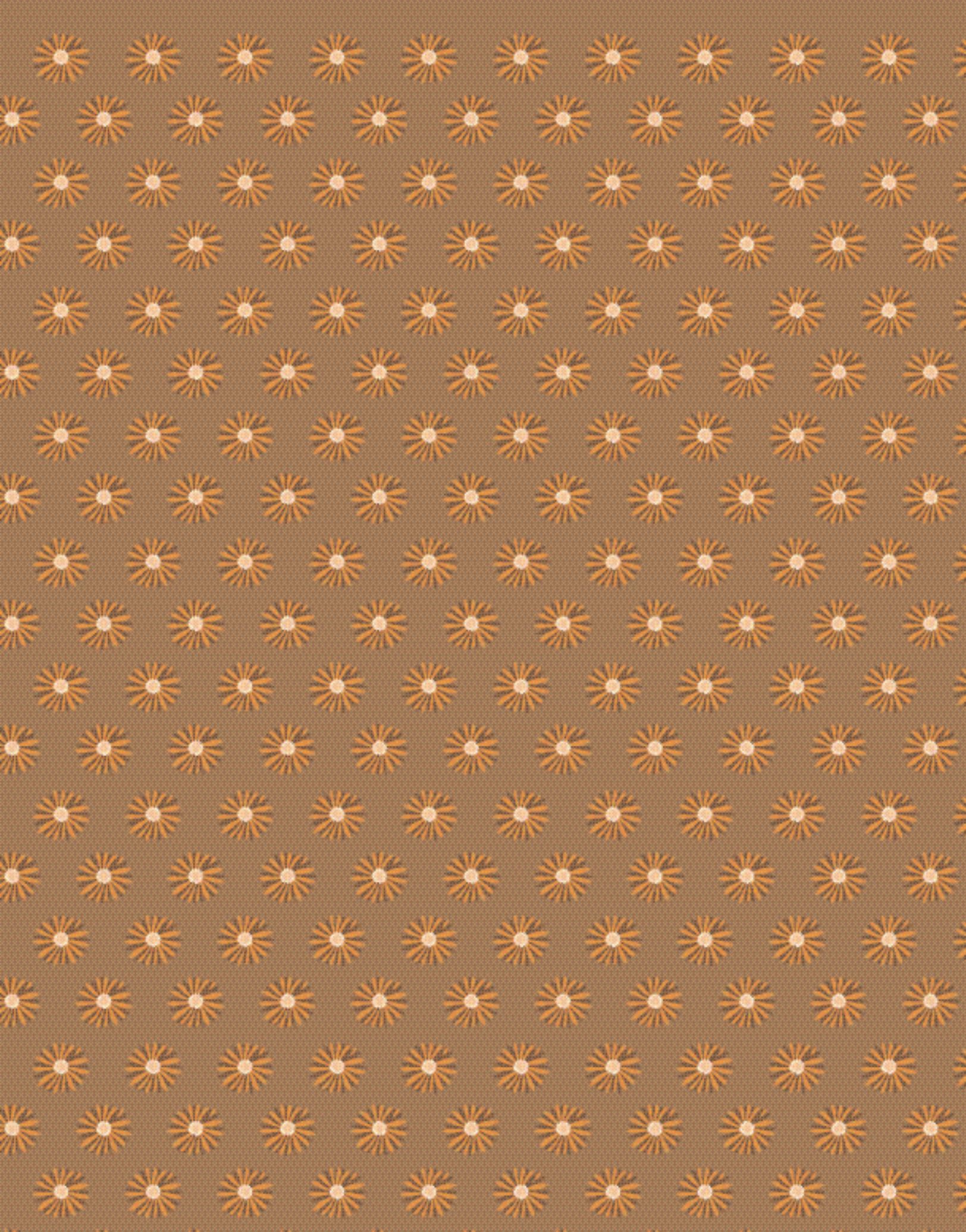
LLANOS, Elena, "Yo soy yo, tú eres tú"; "Y... juntos somos "nosotros"; y "Ante todo nos respetamos", en *Cómo vivir bien en pareja*, México, Grijalbo, 1989.

"Hablando se entiende la gente", *Yo, Conócete, Entiéndete, Supérate*, núm. 4, México, Televisa, febrero de 2005.



A decorative graphic consisting of two symmetrical, fan-like floral or leaf patterns. The top pattern is positioned above a solid orange horizontal band, and the bottom pattern is positioned below it. Both patterns are composed of multiple layers of pointed, leaf-like shapes in various shades of orange and brown, radiating from a central point. The overall effect is a stylized, sunburst-like floral design.

7. TALLER “LA DEMOCRACIA EN LA FAMILIA”



7.1 Familia, democracia y participación ciudadana

7.1.1 Familia

Tradicionalmente, a la *familia nuclear* se la concibe como un grupo social unido por vínculos de sangre, legales y religiosos, formado por el padre, la madre y los hijos, en cuyo seno se satisfacen las necesidades de afecto, amor, protección, techo, alimento y preparación para la vida social.

Sin embargo, existen también *familias monoparentales*, en las que está únicamente presente la figura del padre o de la madre como jefe de familia.

Puede desarrollarse un concepto de familia más amplio, la *familia extensa*, que tiene como característica el estar integrada, además de padres e hijos, por abuelos, tíos, primos, cuñados, etc. Constituye una reunión de diversas familias.

Funciones de la familia

La familia es la célula básica de la sociedad y da lugar a los distintos tipos de comunidades y sociedades, hasta llegar al Estado y la nación. Las funciones que desarrolla son las siguientes: a) *biológica*: en ella se origina la vida humana a través de la procreación; b) *educativa*: en ella aprendemos los primeros hábitos, actitudes, valores y sentimientos que perduran en la vida de la persona; c) *económica*: ella permite disponer de los elementos básicos para la alimentación, vestuario y vivienda, y d) *solidaria*: en ella se desarrollan la ayuda y el socorro mutuo entre sus miembros, el afecto y amor mutuos que, a su vez, son la base de la que depende que otras funciones puedan realizarse adecuadamente.

Características de la relación familiar

En la familia se deben desarrollar las siguientes relaciones:

-  *Integración*: equivale a la unión de la familia y asegura la estabilidad emocional, social y económica del grupo familiar.
-  *Comunicación*: es la que permite la estabilidad del grupo familiar a través del diálogo, la reflexión en común y la comprensión mutua.
-  *Responsabilidad*: en la familia, la participación de todos sus miembros es fundamental para su buena marcha, asumiendo cada uno sus derechos y deberes.

7.1.2 Democracia

El término democracia proviene de las palabras griegas *demos* (pueblo) y *cratos* (poder), de acuerdo con lo cual democracia quiere decir: *gobierno del pueblo por el pueblo*.

Otras definiciones de democracia la consideran una forma de gobierno y una forma de vida. Como forma de gobierno, en la democracia todos los individuos tenemos los mismos derechos y obligaciones. Como forma de vida, la práctica de valores democráticos nos permite convivir mejor.

Por democracia en la familia se entiende que cada miembro del grupo familiar –hombre, mujer, niña o niño– es un sujeto con derechos, obligaciones, deseos e intereses diferenciados, y que todos son igualmente legítimos y con igual derecho a incidir en el proyecto familiar.

7.1.3 Participación ciudadana

La participación responsable y voluntaria de los ciudadanos es una condición indispensable de los regímenes democráticos. No se concibe la existencia de una democracia sustentable sin una ciudadanía participativa. Ello representa la convicción de que la democracia es la oportunidad histórica de que las libertades personales adquieran una relevancia social.

La participación y la expresión de todos respecto de los asuntos públicos son fundamentales para la sociedad democrática, ya que las decisiones que se toman atañen por igual a todos sus miembros. Tomemos, por ejemplo, el caso de la elección de gobernantes en una democracia moderna, donde todos los ciudadanos, por voluntad de ellos mismos, han aceptado los procedimientos que supone la democracia, han aceptado que hay opiniones distintas y que la única forma civilizada de dirimir las es por medio de los votos. En otras palabras: como todos tienen derecho a ser representados, pero no todos quieren que los represente la misma persona, deciden entonces ir a elecciones. Pero quien las gana debe saber que no sólo representa a sus electores sino a todos los ciudadanos, y, en el mismo sentido, quien no participa debe sujetarse a la decisión de la mayoría.

Independientemente de si se tiene o no la mayoría de edad, la promoción de la participación en asuntos públicos debe entenderse como una práctica de interés común.



7.2 Valores de la democracia

Al hablar de valores democráticos no nos referimos a un listado abstracto de términos, sino al conjunto de acciones que se derivan de ellos, y que buscan propiciar el entendimiento y la colaboración para que las aspiraciones de un individuo resulten coherentes con las decisiones colectivas; es decir, son una especie de guía para que logremos vivir en sociedad.

Desde este punto de vista, la democracia adquiere pleno sentido cuando se practican, entre otros, los valores que a continuación se presentan.

7.2.1 Igualdad

Es reconocer y tratar de la misma manera a las personas; en la familia todos sus miembros son igualmente importantes. En nuestro país todos somos iguales ante la ley, sin importar nuestro color de piel, aspecto físico, idioma, sexo, religión, edad, condición social o económica.

7.2.2 Equidad

Es cuando se da un trato justo a las personas considerando las diferencias que existen entre ellas. La equidad parte de que todos somos distintos y tenemos necesidades y capacidades diferentes, por lo que el trato se da en correspondencia con las mismas.

7.2.3 Acuerdo

Se refiere a que las personas toman una decisión compartida por medio del diálogo, es decir, de manera pacífica, evitando así conflictos y acciones violentas. Es por eso que el acuerdo es un instrumento que permite la convivencia.

7.2.4 Diálogo

Es el intercambio tranquilo y pacífico de opiniones y sentimientos con los demás, con la finalidad de dar a entender nuestras necesidades y razones y, al mismo tiempo, escuchar, respetar, conocer y entender las necesidades de las otras personas para poder llegar a acuerdos. Por ello,

el diálogo es la mejor herramienta para resolver los problemas.

7.2.5 Libertad

Es poder elegir de manera responsable entre dos o más posibilidades.

7.2.6 Tolerancia

Es aceptar que los demás sean, piensen y actúen de forma diferente a la nuestra, aunque no estemos de acuerdo o no nos guste. La tolerancia ayuda a que convivamos sin imponer nuestras ideas u opiniones a los demás.

7.2.7 Responsabilidad

Es la capacidad de prever y asumir las consecuencias de nuestros actos y decisiones, tanto para nuestra propia persona como para los demás y nuestro entorno. Cuando somos responsables, nos comprometemos con nuestros actos y decisiones.

7.3 Democracia en la familia

7.3.1 Problemáticas familiares

La realidad es que la familia tradicional parece con frecuencia una fábrica de dictaduras, el entorno donde se van gestando relaciones fundamentadas en el miedo y el abuso del poder.

De esta mentalidad se deriva la creencia de que los hombres son más importantes que las mujeres, y ambos más que los adolescentes o los niños y las niñas; esta importancia supuestamente mayor se refleja en el tipo de comunicación vertical: yo hablo, tú escuchas, yo ordeno, tú obedeces, como también en los privilegios o deberes existentes en la rutina familiar.

Es importante comprender que esta estructura vertical de las relaciones humanas fundamentales origina la desunión y la ruptura de los lazos familiares.

Hablar de la democracia en el ámbito doméstico no sólo atañe a forjar relaciones más horizontales, respetuosas y par-

ticipativas entre los miembros de la familia, sino que supone también la transformación de ideas y creencias que avalan la idea de que el único modo de vida posible es el sistema autoritario.

7.3.2 Alternativas familiares

Una familia democrática requiere una mayor autonomía de las mujeres, el reconocimiento de sus intereses y deseos por parte de la familia y de la sociedad, el derecho al control de recursos propios y grupales, y su participación igualitaria en las decisiones familiares, en equidad con los hombres. Requiere que los niños sean reconocidos como sujetos y que puedan participar en las decisiones familiares, de acuerdo con su evolución y madurez. Una familia democrática supone respeto en las relaciones interpersonales y eliminación de la violencia. No habrá democracia familiar mientras exista desigualdad de poder y autoridad unilateral.

La democratización de la familia puede impulsarse a través de una acción educativa que desarrolle nociones de género que presupongan a los miembros del grupo doméstico como corresponsables en la organización de la vida cotidiana y que, además, a) ayuden a visualizar los prejuicios y los diferentes modos en que se desconoce a la mujer como autoridad dentro del grupo familiar; b) muestren a ambos miembros de la pareja como iguales, para generar nuevos acuerdos de vida cotidiana; c) autoricen el comienzo de las negociaciones de género en la pareja y de las renegociaciones de los acuerdos cotidianos, mediante la demostración de que no existe una esencia natural en las identidades de género y en las posiciones de autoridad y de poder, tanto de la mujer como del hombre; d) considera a los niños y niñas como sujetos factibles de ser tratados justamente a través de métodos de crianza que los involucre, de manera paulatina, en la vida familiar como corresponsables, de acuerdo con su grado de maduración.

La democratización supone un proceso de cambio constante que permite generar nuevos arreglos de vida grupal, lo que implicaría una mayor igualdad de derechos y deberes entre los miembros.

7.3.3 Del escenario familiar al social

Según la concepción de democracia, se hace necesario pensar en el desarrollo de prácticas sociales que favorezcan una concepción de género que promueva la democratización de las familias, lo cual supone en el hombre la responsabilidad paterna y doméstica, y simultáneamente una mayor autonomía y autoridad femenina.

Los modelos funcionales de legitimidad de la autoridad permiten relaciones de mayor igualdad de género dentro de la familia y facilitan a los hijos la posibilidad de cuestionar aspectos o modalidades de ejercicio de la autoridad, específicamente las formas de disciplina autoritarias.

Las relaciones que se escenifican en el ámbito doméstico se proyectan a manera de espejo en espacios tan cruciales como la escuela, las relaciones comunitarias y la vida institucional. El microsistema familiar se proyecta a todos los sistemas.

7.4 Programa de actividades para el taller

En el presente apartado se definen aspectos relativos a la organización del taller, mediante la pormenorización de los objetivos, temas, contenidos y recursos didácticos que sustentan la actividad.

El taller no pretende agotar el tema *La democracia en la familia*, sino únicamente crear un foro donde las participantes identifiquen problemáticas en la convivencia familiar, expresen y escuchen diferentes opiniones personales y concluyan sobre algunas alternativas que les posibiliten emprender mejoras en su convivencia familiar.

Por este motivo, el taller se impartirá en una sesión de dos horas, con grupos óptimos de seis a 20 personas.

Además, es importante precisar que no se requiere material alguno del grupo de mujeres que reciba el taller ni de la institución u organización contactada. En todo caso, la única petición será el préstamo del espacio y las sillas suficientes donde se organice la actividad.

7.5 Objetivos del taller

7.5.1 Objetivo general



Al término del taller, las participantes identificarán acciones concretas que les permitan impulsar prácticas democráticas en su familia y en su comunidad.

7.5.2 Objetivos específicos

Al término del tema correspondiente, las participantes:

- Reconocerán la importancia de la familia a la que pertenecen, dentro del contexto social en el que se desenvuelven.
- Identificarán situaciones comunes que inciden en el ambiente de su familia.
- Identificarán los valores democráticos que pueden contribuir al mejoramiento de su vida familiar y su incidencia positiva en el ámbito de lo público.

7.6 Temas a desarrollar

I. La familia

- Concepto
- Características, roles y funciones de sus integrantes

II. La democracia en la familia

- Alternativas familiares
- Los valores de la democracia como alternativas de convivencia familiar

Del escenario familiar al social

- Ventajas sociales de observar prácticas democráticas en la familia
- Importancia de la mujer en la inclusión de prácticas democráticas en el ámbito familiar

7.7 Mensajes clave que se deben transmitir

Los mensajes clave a transmitir a las participantes durante el desarrollo del taller son:

- Reconocer y aceptar la conformación actual de cada familia.

- Todos los miembros de cada familia –hombres y mujeres, niños y niñas, adolescentes, jóvenes– son igualmente importantes.

- La toma de decisiones y el ejercicio de la autoridad dentro de cada familia deben ser asuntos compartidos por todos los miembros de la misma.

- Empezar acciones democratizantes dentro de cada familia, sin crear situaciones radicales o de confronta, buscar la unión familiar.

7.8 Descripción de contenidos

Para el primer tema, que aborda a la familia, se pretende que las mujeres distingan los diferentes tipos de familias, construyan su concepto sobre el término y reconozcan las características de la propia.

Retomando los asuntos familiares planteados por las participantes al ámbito de los cuatro mensajes clave, durante el desarrollo del segundo tema, *La democracia en la familia*, se busca que las mismas mujeres señalen si los roles y funciones de cada integrante de la familia contribuyen al crecimiento individual y grupal de los mismos, reconozcan las ventajas personales y familiares de crear un ambiente democrático en el hogar, distinguiendo los valores de la democracia no como conceptos, sino como acciones que ayudan a llevar una buena relación familiar.

Para finalizar, en el tercer tema, *Del escenario familiar al social*, se proporcionarán elementos de reflexión a las mujeres para que identifiquen que los esquemas aprendidos en la casa se traspolan fuera de ésta y, a la vez, para que se reconozcan como importantes agentes de cambio dentro de su familia.

7.9 Sugerencias didácticas

El taller impulsará una construcción colectiva del conocimiento basada en experiencias previas de las participantes; es indispensable que las mujeres sean quienes opinen y tomen la palabra en un ambiente de confianza y respeto mutuo.

El propósito fundamental es que todos los aprendizajes impliquen en las asistentes un proceso interno de resig-

nificación.¹ Para ello es importante rescatar los saberes de las mujeres, sus experiencias y conocimientos previos.

Una vez identificado lo que se sabe, viene el momento de nutrirlo con nueva información, la cual, aunque quizá se contraponga y contraste con ese saber anterior, va tomando sentido a medida que se discierne sobre su contenido.

La información nueva se ubicará en un contexto próximo y cotidiano para las participantes, lo cual facilitará su comprensión. Es decir, si esta información se vincula a los casos que las participantes mencionan, entonces se le otorga una utilidad práctica que facilita en gran medida su asimilación.

Cuando la información ya fue procesada, es necesario que se abra un espacio de enunciación, es decir, que las participantes expresen o plasmen por cualquier medio el aprendizaje logrado. De esta forma, se cierra el proceso de aprendizaje y se cumple con el propósito de que sea el sujeto quien reorganiza y decide qué información incorpora a sus saberes. Cabe mencionar que cuanto más útil sea el conocimiento, mejor será su aprehensión.

7.10 Evaluación

Esta actividad tiene el propósito de valorar el desarrollo del taller y la aceptación por las asistentes, así como de retroalimentar futuras actividades. Para ello, se les aplicará un cuestionario de opinión, el cual deberá ser respondido de manera individual y anónima.

7.11 Organización del taller

A continuación se presentan de manera esquemática las etapas que comprende el desarrollo del taller.

1. *Presentación institucional.* Se dará a conocer el papel del IEDF en materia de educación cívica y la actividad de los promotores comunitarios.

2. *Encuadre del taller.* Se hará referencia específica al tema motivo del taller y las características del mismo; esto es, propósito, alcances, limitaciones, duración, participación esperada, ambiente, etcétera.

3. *Presentación de las participantes.* “Rompimiento de hielo” mediante la interacción lúdica de las participantes. Esta actividad se desarrollará por medio de la aplicación de la dinámica grupal *Fiesta de presentación* (véase 7.13 Descripción de dinámicas).

4. Primer tema, *La familia.* Se trabajará mediante una lluvia de ideas, con la intervención de las participantes y la coordinación de los promotores.

5. Segundo tema, *La democracia en la familia.* Mediante la integración de equipos de trabajo, las mujeres identificarán las prácticas de autoridad, derechos y obligaciones de los diferentes miembros de su familia. Para fortalecer estos aspectos, se invitará a las mujeres a participar en el juego de mesa *Familia democrática*.

6. Tercer tema, *Del escenario familiar al social.* Por medio de una lluvia de ideas, atendiendo a una breve exposición que realizarán los promotores, las participantes reconocerán cómo influye la formación familiar en nuestro desenvolvimiento social.

7. *Cierre del taller.* Mediante la dinámica grupal *Lluvia de ideas*, las participantes concluirán sobre acciones de democratización para su familia en las que ellas sean las promotoras iniciales.

8. *Evaluación del taller.* Se solicitará a las participantes que contesten un cuestionario de evaluación.

¹ David Ausubel, *Teoría del aprendizaje significativo* www.monografia.com/trabajos6/apsi.shtml (*resignificación* implica el proceso de una nueva concepción de la realidad en la que lo más importante es entender el contexto que la genera).



7.12 Carta descriptiva

Tema	Objetivo	Técnica	Actividad
Presentación institucional	Las participantes identificarán al IEDF como un organismo público y autónomo que coadyuva a la difusión de la cultura democrática en el Distrito Federal.	Expositiva	<p>El promotor explicará brevemente qué es el IEDF, sus funciones y las acciones que desarrolla en favor de la educación cívica.</p> <p>Mencionará el propósito de los talleres de formación ciudadana para mujeres y el papel de los prestadores de servicio social.</p> <p>Atenderá los cuestionamientos que se presenten.</p>
Encuadre del taller	Las participantes reconocerán los alcances del taller.	Lluvia de ideas	Dará a conocer las generalidades del taller: objetivo, duración, dinámica de trabajo, etcétera.
Presentación de las participantes	El promotor conocerá el nombre de las participantes.	Dinámica <i>Fiesta de presentación</i>	<p>Expondrá el propósito de la dinámica que se va a aplicar e invitará a las asistentes a participar activamente.</p> <p>Explicará la mecánica de la actividad: cada participante se presentará, dirá su nombre y la forma como desee que se le llame en el curso y algo de su familia que quiera compartir con el grupo.</p> <p>Pedirá a las participantes que se adhieran una etiqueta con su nombre.</p>
La familia	Las participantes identificarán las características y funciones de la familia.	Expositiva	<p>Solicitará la participación de las asistentes sobre los temas <i>Concepto y tipos de familia</i>.</p> <p>Concluirá sobre tema.</p>
La democracia en la familia	Las participantes reconocerán los valores de la democracia como alternativas prácticas para mejorar su convivencia familiar.	Equipos de trabajo	<p>Dará instrucciones para que se conformen cuatro equipos de trabajo a los que se asignará uno de los siguientes temas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Derechos y obligaciones • Autoridad • Igualdad • Participación de los miembros de la familia

Tiempo	Material didáctico y de apoyo	Referencia bibliográfica
5 min	Láminas con logotipo y acciones del IEDF en materia de educación cívica Identificación del promotor comunitario	Instituto Electoral del Distrito Federal, <i>Código Electoral del Distrito Federal</i> , México, 2003.
5 min	Lámina con nombre y objetivo del taller	
10 min	Etiquetas autoadheribles Plumones de colores	Espada, José Pedro, <i>Técnicas de grupo</i> , Madrid, CCS, 2001.
10 min	Láminas Plumones de colores	Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo en El Salvador, http://www.genero-pnud.org.sv/index.php?module=htmlpages&func=display&pid=9 Herrera Santi, Patricia, <i>Rol de género y funcionamiento</i> , http://www.bvs.sld.cu/revistas/mgi Nogueira A., Humberto (coord.), <i>Manual de educación cívica</i> , Santiago de Chile, Andrés Bello, 1996.
30 min	Láminas prellenadas Láminas para fijar tarjetas Tarjetas enmicadas Diurex	Bermúdez Bolívar, Oscar, <i>Familia entre lo tradicional y el cambio</i> , en http://www.infanciayjuventudom/anterior/academic/academ_1_2002 Zalaquett, Monic, <i>Democracia en la familia</i> , en http://www.confidencial.com.ni/2002-282/ojo-demujer282.html



Tema	Objetivo	Técnica	Actividad
			<p>A cada equipo se le entregará una lámina base relacionada con el tema que le haya tocado, así como un juego de tarjetas que contengan situaciones familiares. Se les solicitará que adhieran cada tarjeta –según su criterio– sobre el área que identifique a cada miembro de la familia en la lámina. Además de fijarla, deberán consensuar su decisión dentro del equipo.</p> <p>Los equipos colocarán su lámina en un lugar visible del espacio donde se imparta el taller, y cada uno expondrá al grupo los motivos de la distribución de sus tarjetas.</p> <p>A través de preguntas dirigidas, el promotor invitará al grupo a reflexionar sobre si el ser corresponde al <i>deber ser</i> de la participación familiar.</p> <p>Se identificarán las diferencias, resaltando las alternativas de solución y el ejercicio de los valores democráticos como forma de vida, además de hacer hincapié en situaciones como la igualdad de género, el involucramiento de los hijos en las actividades y decisiones familiares, entre otros.</p>
		Dinámica Juego <i>Familia democrática</i>	Solicitará a las participantes que continúen en los mismos equipos que integraron para participar en el juego de mesa <i>Familia democrática</i> , solicitándoles que pongan atención en el contenido de cada una de las casillas del juego; acciones y consecuencias.
La familia; del escenario familiar al	Las participantes reconocerán la trascendencia de la vida familiar en el desenvolvimiento social social de los individuos.	Lluvia de ideas	<p>Solicitará a las participantes que enuncien las ventajas sociales de observar en la familia prácticas democráticas.</p> <p>Resaltará la importancia de la mujer en la toma de acciones que beneficien a toda la familia.</p>

Tiempo	Material didáctico y de apoyo	Referencia bibliográfica
		<p>Figuroa Perea, Juan Guillermo, <i>¿Es posible la democracia en la familia?</i> México, Difusión Cultural Feminista, 2001.</p> <p>Corona Caraveo, Yolanda, <i>La construcción de nuevas relaciones en la familia y en la sociedad</i>, México, UAM Xochimilco, 2002.</p> <p>Salazar, Luis y José Woldenberg, <i>Principios y valores de la democracia</i>, México, Instituto Federal Electoral (Cuadernos de Divulgación de la Cultura Democrática), 1995.</p> <p>Instituto Electoral del Distrito Federal, <i>Carpeta didáctica para la formación de valores en la democracia</i>, México, 2002.</p> <p>Schmukler, Beatriz, <i>Democratización familiar y políticas de género</i>, México, Instituto de Investigaciones "Dr. José María Luis Mora", 2000.</p>
20 min	Juego <i>Familia democrática</i>	
10 min		<p>Merino, Mauricio, <i>La participación ciudadana en la democracia</i>, México, Instituto Federal Electoral (Cuadernos de Divulgación de la Cultura Democrática, núm. 4), 1995.</p>



Tema	Objetivo	Técnica	Actividad
			Expondrá el propósito de la dinámica que se va a aplicar. Dará instrucciones a las participantes para que, a modo de conclusión, presenten sus ideas al grupo sobre las situaciones que se les soliciten en la hoja que previamente se les entregó.
Cierre del taller	Las participantes establecerán compromisos personales para promover prácticas democráticas dentro de su familia.	Lluvia de ideas	¿Qué te gusta y qué no te agrada de este escenario? ¿Qué harás para evitar los escenarios familiares que no te agradan? ¿Qué propondrás a cada una de las personas con las que vives? Pedirá a las talleristas que concluyan de manera personal algunas acciones concretas para emprender en su familia como producto del aprendizaje que les generó el taller. Solicitará opiniones sobre la exposición y el tema en general.
Evaluación	Las participantes evaluarán por escrito la sesión de trabajo.	Evaluación escrita	

7.13 Descripción de dinámicas

Fiesta de presentación

Objetivo

Presentación de participantes

Material

Ninguno

Desarrollo

Todas las participantes forman un círculo.

El facilitador da instrucciones para que cada participante realice la presentación de la persona que se encuentra a su derecha, por lo que deben organizarse para recabar

los datos de ésta y transmitirlos a la compañera situada a su izquierda.

En la presentación deberá incluirse información familiar de interés para todas, por ejemplo: nombre, manera como le agrada que la llamen, estado civil, integrantes de su familia, detalle que identifique a su pareja, en su caso, sexo y edad de los hijos, etcétera.

Se sugiere dar, en promedio, un minuto para la presentación de cada participante.

Lluvia de ideas

Objetivo

Poner en común el conjunto de ideas o conocimientos que cada una de las participantes tiene sobre un tema y llegar

Tiempo	Material didáctico y de apoyo	Referencia bibliográfica
15 min		
10 min		
5 min		
120 min		

colectivamente a una síntesis, conclusiones o acuerdos comunes.

Material
Ninguno

Desarrollo

El facilitador debe hacer una pregunta clara donde exprese el objetivo que se persigue. La pregunta debe permitir que los participantes puedan responder a partir de la realidad de su experiencia.

Cada participante debe expresar una idea por vez, sobre lo que piensa acerca del tema.

Sólo se pedirá a la participante en turno que aclare lo que dice en caso de que no se haya comprendido.

La cantidad de ideas que cada participante exprese puede ser determinada de antemano por el facilitador o puede no tener límite.

Todas las participantes deben expresar por lo menos una idea.

Como el propósito es analizar diferentes aspectos de un problema o hacer el diagnóstico de una situación, es importante ir anotando las ideas en cierto orden, agruparlas en columnas, por ejemplo.

Bibliografía

BUXARRAIS, María Rosa *et al.*, *La educación moral en primaria y en secundaria. Una experiencia española*, México, Secretaría de Educación Pública (Biblioteca Normalista), 1997.



CORONA CARAVEO, Yolanda, *La construcción de nuevas relaciones en la familia y en la sociedad*, México, UAM Xochimilco, 2002.

FIGUEROA PEREA, Juan Guillermo, *¿Es posible la democracia en la familia?*, México, Difusión Cultural Feminista, 2001.

INSTITUTO ELECTORAL DEL DISTRITO FEDERAL, *Guía del instructor*, México, IEDF, 2003.

_____, *Carpeta didáctica para la formación de valores en la democracia*, México, IEDF, 2002.

MERINO, MAURICIO, *La participación ciudadana en la democracia*, México, Instituto Federal Electoral (Cuadernos de Divulgación de la Cultura Democrática, núm. 4), 1995.

NOGUEIRA A., Humberto (coord.), *Manual de educación cívica*, Santiago de Chile, Andrés Bello, 1996.

SÁES, Juan y Andrés Escarbajal, *La educación de personas adultas. La defensa de la reflexividad cívica*, España, Amarú, 1998.

SALAZAR, Luis y José Woldenberg, *Principios y valores de la democracia*, México, Instituto Federal Electoral (Cuadernos de Divulgación de la Cultura Democrática, núm. 1), 1995.

SCHMUKLER, Beatriz, *Democratización familiar y políticas de género*, México, Instituto de Investigaciones "Dr. José María Luis Mora", 2000.

Publicaciones electrónicas

AUSUBEL, David, *Teoría del aprendizaje significativo*, www.monografias.com/trabajos6/apsi/apsi.shtml

BERMÚDEZ BOLÍVAR, Oscar, *Familia entre lo tradicional y el cambio*, http://www.infanciayjuventud.com/anterior/academic/academ_1_2002

HERRERA SANTI, Patricia, *Rol de género y funcionamiento familiar*, <http://www.bvs.sld.cu/revistas/mgi>

PROGRAMA DE NACIONES UNIDAS PARA EL DESARROLLO EN EL SALVADOR, <http://www.genero-nud.org.sv/index.php?module=htmlpages&func=display&pid=9>

WENCES REZA, Rosalío, *Crisis de viejos paradigmas*, <http://www.suracapulco.com.mx/anterior/2000/noviembre/06/pag6.htm>

ZALAUQUETT, MONIC, *Democracia en la familia*, <http://www.confidencial.com.ni/2002-282/ojodemujer282.html>

Glosario

Aborto	Interrupción del embarazo antes de que el feto pueda vivir fuera del organismo materno.
Acuerdo	Tomar decisiones entre dos o más personas o grupos, a través del diálogo y de manera pacífica, evitando conflictos y situaciones violentas.
Anatomofisiología**	Palabra compuesta que integra las palabras anatomía (estudio de la estructura, situación y relaciones de las diferentes partes del cuerpo de los animales o de las plantas) y fisiología (ciencia que tiene por objeto el estudio de las funciones de los seres orgánicos).
Anticoncepción	Forma de impedir la fecundación o concepción tras un coito. También se llama contracepción.
Anticonceptivo	Químico o mecanismo diseñado para prevenir embarazos no deseados. Los métodos anticonceptivos son un medio de prevención de la fecundidad.
Autoestima	<p>Disposición a considerarse competente para hacer frente a los desafíos básicos de la vida y sentirse merecedor de la felicidad.</p> <p>La autoestima¹ tiene dos componentes relacionados entre sí: uno es la sensación de confianza frente a los desafíos de la vida: la eficacia personal. El otro es la sensación de considerarse merecedor de la felicidad: la aceptación y el respeto a uno mismo.</p> <p>1. Eficacia personal. Significa confianza en el funcionamiento de la mente, en la capacidad para pensar, entender, aprender, elegir y tomar decisiones; confianza en la capacidad para entender los hechos de la realidad que entran en el ámbito de los intereses y necesidades propias.</p> <p>2. Respeto a sí mismo. Es reafirmarse en la valía personal (reconocimiento del individuo): es una actitud positiva al derecho de vivir y de ser feliz; el confort de reafirmar de forma apropiada los pensamientos, los deseos, las necesidades; el sentimiento de que la alegría y la satisfacción son derechos naturales.</p>
Autoaceptarse**	Es comprender y experimentar, sin negarlos ni rechazarlos, nuestros verdaderos pensamientos, emociones y acciones; ser respetuosos y compasivos con nosotros mismos, incluso cuando creemos que nuestros sentimientos y decisiones no son dignos de admiración ni nos gustan, y, por último, negarse a tener una relación de conflicto y rechazo con nosotros mismos.
Autoafirmación**	Es respetar nuestros deseos y necesidades y buscar la manera de expresarlos adecuadamente en la realidad; tratarnos a nosotros mismos con decencia y expresar respeto en nuestras relaciones con los demás; estar dispuestos a ser quienes somos y

¹ Nathaniel Branden, *Los seis pilares de la autoestima*, México, Paidós, 1998.



hacer que los demás se den cuenta de ello, defender nuestras convicciones, valores y sentimientos.

Autonomía** Condición de quien, para ciertas cosas, no depende de nadie.

Autorresponsabilidad** Capacidad de reconocer que somos los autores de nuestras decisiones y nuestras acciones, que tenemos que ser la causa última de nuestra propia realización como personas, que nadie vive para servirnos a nosotros, que nadie va a venir a arreglarnos la vida, a hacernos felices o a darnos autoestima.

Ciudadano² Es el que se ocupa de las cuestiones públicas y no se contenta con dedicarse a sus asuntos privados. Es el que sabe que la deliberación es el medio más adecuado para tratarlas, más que la violencia y la imposición.

Ciudadanía³ Condición que sintetiza el conjunto de principios, valores, actitudes y modos de conducta a través de los cuales las personas se reconocen como pertenecientes a un grupo humano ubicado en un espacio geográfico social, y que posee derechos políticos y derechos civiles.

Ciudadanía plena Práctica y ejercicio de derechos, generación de propuestas e intervención e incidencia en los espacios públicos. Es una práctica heterogénea, su construcción es histórica y está en permanente cambio.

Cognoscitiva** Que es capaz de conocer.

Coital, Coitalidad** De coito. Cópula sexual.

Cópula** Acción de copular. Unirse o juntarse sexualmente.

Clonación** Acción y efecto de clonar.

Clonar** Conjunto de células u organismos genéticamente idénticos, originado por reproducción asexual a partir de una única célula u organismo o por división artificial de estados embrionarios iniciales.

Competencia cívica*** Es parte del proceso de formación ciudadana. Se la entiende como la integración y organización de conocimientos, habilidades y creencias complejas en un contexto. Abarca los saberes necesarios para usar el conocimiento, participar y actuar hábilmente en el mundo social y en la vida personal.

² Adela Cortina, "Ciudadanía política. Del hombre político al hombre legal", en *Ciudadanos del mundo. Hacia una teoría de la ciudadanía*, Madrid, Alianza Editorial, 1997, pp. 43-44.

³ Adela Muñiz Guadarrama, "Derechos civiles, derechos políticos", en *Mujer y política*, México, Tribunal Electoral del Distrito Federal, 2003, p. 123.

Conciencia ciudadana	Reconocimiento de un destino compartido con los demás dentro de la comunidad política. Participar de una vida en común en nuestras comunidades, donde los vecinos se interesan por sus problemas, y se interesan además por buscar soluciones viables y que estén al alcance de todos. Los individuos deben conocer y cumplir las normas de convivencia, así como cumplir con las obligaciones de ciudadano. Algunos elementos de la conciencia ciudadana son los valores, la ética y los principios que se van aprendiendo en el entorno social.
Confianza	Seguridad que uno pueda sentir de que otra persona actuará con honestidad y respeto, con relación a determinada situación.
Democracia	Forma de gobierno y forma de vida de una sociedad. Como forma de gobierno, las personas tienen los mismos derechos y obligaciones y los ciudadanos pueden elegir a sus gobernantes por medio del voto. Como forma de vida, permite la práctica de los valores democráticos, para relacionarse de una manera humana y digna, propiciando la convivencia armónica y pacífica, aun cuando puedan surgir diferencias y conflictos entre los seres humanos.
Democracia como forma de vida	Es la práctica de valores democráticos que nos permiten convivir mejor.
Democracia en la familia	Considera que cada miembro del grupo familiar, hombre, mujer, niña o niño es sujeto de derechos, obligaciones, deseos e intereses diferenciados, todos igualmente legítimos y con igual derecho a incidir en el proyecto familiar.
Democracia de género*	La democracia de género se basa en la igualdad entre los diferentes, en el establecimiento de diálogos y pactos, en la equidad y la justicia para reparar los daños cometidos contra las mujeres. Construcción de la equidad, la igualdad y la justicia de género, consideradas los pilares de lo que se ha designado democracia genérica. Sin democracia es impensable el desarrollo humano, porque éste se basa en la participación social reconocida, cada vez más amplia, capacitada y dotada de recursos económicos y políticos de la ciudadanía y de las personas –mujeres y hombres– en su diversidad y especificidad. La democracia genérica amplía la concepción misma de la democracia al centrarse en la democracia entre los géneros e incluir en la cultura la necesidad inaplazable de construirla, ampliarla y consolidarla.
Demografía**	Estudio estadístico de una colectividad humana, referido a un determinado momento o a su evolución.
Derechos constitucionales	Garantías que cada Estado o nación asegura a sus ciudadanos y ciudadanas. Tener derechos presupone el equilibrio de las relaciones de poder y un horizonte de justicia.



Derechos reproductivos	Facultad que emana de la función de la reproducción y que se concreta en la posibilidad individual de decidir cuándo, cómo y con quién procrear, en el marco señalado por la Constitución, es decir, libre, responsable, informada y saludablemente.
Derechos sexuales	Comprenden la libertad para disfrutar y expresar el erotismo, los derechos a recibir información y educación sexual, a la libertad y respeto para constituirse en pareja acorde con la orientación sexual de cada quien y para desvincularse de la misma por la sola voluntad, a ejercer la sexualidad, independientemente de la procreación, al respeto pleno por el ejercicio de la sexualidad, a la no discriminación por sexo, género u orientación sexual, etc., y a vivir todo ello con seguridad, sin culpa, vergüenza o angustia, con salud física y mental, en el marco que enuncia la Constitución, es decir, en el respeto de derechos de terceros, la moral democrática y el orden público.
Desigualdad*	En la sociedad, suele considerarse que las diferencias entre mujeres y hombres son de procedencia natural o divina, que así han sido siempre y que así serán eternamente. Por añadidura, pocas veces enfocan y reconocen el origen político de la inequidad, la desigualdad y la injusticia en las relaciones entre los géneros. Por ello, desde ese punto de vista, lo que le ocurre a las mujeres como tales y lo que pasa en las relaciones entre ellas y los hombres carece de la importancia suficiente para generar acciones destinadas a incidir en el desarrollo humano. Cuando se invisibiliza el origen histórico de la desigualdad entre mujeres y hombres, puede contribuirse a reproducir las condiciones cuya consideración se omite y a mantener o incrementar la opresión de las mujeres al no verlas ni considerarlas como parte de la sociedad, del desarrollo y de la democracia.
Diálogo	Intercambio de opiniones o puntos de vista con los demás con respeto y tranquilidad, para dar a conocer nuestras razones y necesidades, escuchando con atención lo que expresan los otros, a fin de estar en posibilidad de lograr acuerdos.
Discriminación**	Toda distinción, exclusión o preferencia que tenga por objeto o resultado anular o menoscabar el reconocimiento, goce o ejercicio, en condiciones de igualdad, de los derechos humanos y libertades fundamentales en las esferas política, económica, social, cultural o en cualquier otra esfera de la vida pública.
Diversidad	Diferentes posibilidades de ser, actuar y pensar. Es la variedad que existe entre los <i>nosotros</i> . Cuando hay diversidad, hay riqueza, porque existe un amplio abanico de opciones que se complementan y acompañan para nutrir lo que se hace.
Educación	Acción de desarrollar las facultades físicas, intelectuales y morales de una persona por medio de preceptos, ejercicio y ejemplo. Transmisión formal y sistemática que se hace de una generación a otra de las historias, el conocimiento y los valores de una cultura.
Equidad*	Palabra que hace poco ingresó al vocabulario democrático, pero que tiene orígenes muy antiguos. Viene del latín <i>aequus</i> , que quiere decir igual, y su acepción está vinculada

totalmente al ámbito de la justicia: equidad es la cualidad de los fallos, juicios o repartos en que se da a cada persona según lo que corresponda a sus méritos o deméritos; es la cualidad por la que ninguna de las partes es favorecida de manera injusta en perjuicio de otra. En un momento de reconocimiento de las diferencias, la equidad se convierte en un objetivo a alcanzar.

Equidad de género*	Principio conforme el cual mujeres y hombres participan con justicia del uso, control y beneficio de los bienes y servicios de la sociedad, incluyendo aquellos socialmente valorados. Hace hincapié en la igualdad de oportunidades y recompensas, con la finalidad de lograr la participación en la toma de decisiones en todos los ámbitos de la vida social, económica, política, cultural y familiar.
Estereotipo*	Imagen fija de una persona que no toma en cuenta sus verdaderas características, capacidades, sentimientos o deseos. Un estereotipo se puede definir como una generalización aprendida, usualmente negativa y rígida, acerca de un grupo de personas. Los estereotipos impiden ver a los(as) otros(as) como individuos únicos y, con frecuencia, se emplean para explicar racionalmente un trato discriminatorio.
Familia*	Grupo de personas entre quienes existe un parentesco. El parentesco puede ser: a) por consanguinidad, cuando las personas descienden de un mismo(a) progenitor(a); b) por afinidad, el lazo que se establece entre un cónyuge y los parientes consanguíneos; c) por adopción, la relación que se genera entre adoptantes y adoptivos, creada exclusivamente por el derecho.
Familia extensa	Tiene como característica el estar integrada, además de los padres e hijos, por abuelos, tíos, primos, cuñados, etc. Constituye una reunión de diversas familias.
Familia monoparental	Aquella en la que está únicamente presente la figura del padre o de la madre como jefe de familia.
Feminismo*	Todo lo que en la teoría y en la práctica está destinado a convertir a las mujeres en seres-para-sí-mismas, en sujetos plenos de la historia. El feminismo es una filosofía, una concepción de la historia y de las realidades sociales y una propuesta política de transformación de las relaciones genéricas.
Género*	Categoría correspondiente al orden sociocultural configurado sobre la base de la sexualidad. La sexualidad es a su vez definida y significada históricamente por el orden genérico. Es la construcción diferencial de los seres humanos en tipos femenino y masculino; en ese sentido, ser hombre o ser mujer, quedar asignados o asignadas a un género o al otro, es un fenómeno natural que resulta del proceso psicológico, social y cultural en el que se asume en medida suficiente el desiderátum de lo que en cada época la sociedad define como contenido de cada género. Cada hombre y cada mujer son una producción social, cultural e histórica, no una creación biológica. A lo largo de la historia, como si fueran



características sexuales, previas y naturales, se asignan a los hombres y a las mujeres conjuntos de obligaciones, prohibiciones y atributos eróticos, económicos, sociales, culturales, psicológicos y políticos. El papel de género se forma con el conjunto de normas y prescripciones que dicta la sociedad y la cultura sobre el comportamiento femenino o masculino. El concepto género ayuda a comprender que muchas de las cuestiones que pensamos que son atributos naturales de los hombres o de las mujeres, en realidad son características construidas socialmente, que no están determinadas por la biología.

Heteronomía** Condición de la voluntad que se rige por imperativos que están fuera de ella misma. Se utiliza aquí para señalar que una norma es creada por un sujeto o instancia diferente de aquél o aquélla a quien la norma está dirigida y que tiene que cumplirla.

Honestidad Comportamiento que se apega a la rectitud y la justicia, de conformidad con las leyes que nos rigen. Rechaza la mentira y la corrupción.

Identidad Sentido de pertenencia y arraigo de las personas a una familia, escuela, comunidad o sociedad, de acuerdo con las características y los valores políticos, culturales, sociales y económicos que practican.

Igualdad* Principio establecido para acabar con las diferencias; por lo general no toma en cuenta las condiciones culturales y sociales de las personas.

Igualdad y diferencia* El gran nudo del dilema igualitario radica en que, como seres humanos, las mujeres y los hombres somos iguales. La diferencia sexual se ha traducido siempre en desigualdad social. Por eso, al hablar de igualdad entre los sexos nos estamos refiriendo al problema de la desigualdad de las mujeres en relación con los hombres. Existe gran complicidad en la utilización de los conceptos de igualdad y de diferencia en relación con las mujeres y los hombres, pues las personas somos iguales en cuanto seres humanos y diferentes en cuanto sexos. La diferencia se produce sola; la igualdad hay que construirla. La igualdad no es un dato en la organización humana; es un ideal ético. La igualdad tiene dos dimensiones: la filosófica y la sociopolítica. La primera trata de una interrogación filosófica relacionada con la representación que nosotros nos hacemos de la naturaleza humana y, al mismo tiempo, implica una reflexión sobre el modelo de sociedad justa que nos proponemos. La noción política de la igualdad incluye el reconocimiento de la existencia de la diferencia: si los grupos o los individuos fueran idénticos, no habría necesidad de pedir igualdad.

Indiscernibilidad**** Espacio que no tiene reconocimiento, no hay forma de discernir los distintos niveles de competencia con parámetros objetivos.

Inseminación** Llegada del semen al óvulo.

Instituto Electoral del Distrito Federal	Organismo público y autónomo, que no pertenece al gobierno ni a ningún partido político, encargado de organizar las elecciones locales en el Distrito Federal para elegir al jefe de Gobierno, a los 16 jefes delegacionales y a los 66 diputados de la Asamblea Legislativa del Distrito Federal. Además, promueve y divulga la cultura política democrática, es decir, la democracia y sus valores.
Justicia	Dar a cada uno lo que le corresponde con imparcialidad, igualdad y sin ningún prejuicio, respetando sus derechos, de acuerdo con los preceptos legales.
Legalidad	Respeto de las normas y leyes que regulan la convivencia de una comunidad, lo que nos permite ser libres. La legalidad vigila que no se violen nuestros derechos, en caso contrario, establece los mecanismos para resarcir los derechos conculcados.
Libertad	Facultad para elegir y actuar de acuerdo con lo que una persona considere adecuado, haciéndose responsable de sus actos y asumiendo las consecuencias, con el único límite de lo que establecen las normas jurídicas.
Lúdico**	Perteneciente o relativo al juego.
Marco jurídico	Conjunto de ordenamientos jurídicos (cuerpo de normas jurídicas) cuyas disposiciones especifican la regulación del concepto de ciudadanía.
Mitos*	Creencias sobre las capacidades y aptitudes intelectuales, físicas y afectivas de cada sexo que, al basarse en diferencias biológicas reales, se resignifican como hechos naturales, incuestionados y no modificables.
Modelos de criterios de decisión ****	<p><i>Certeza:</i> Sabemos con seguridad cuáles son los efectos de las acciones.</p> <p><i>Riesgo:</i> No sabemos qué ocurrirá tomando determinadas decisiones, pero sí sabemos qué puede ocurrir y cuál es la probabilidad de ello.</p> <p><i>Incertidumbre estructurada:</i> No sabemos qué ocurrirá tomando determinadas decisiones, pero sí sabemos qué puede ocurrir entre varias posibilidades.</p> <p><i>Incertidumbre no estructurada:</i> En este caso, no sabemos qué puede ocurrir ni tampoco qué probabilidades hay para cada posibilidad. Es cuando no tenemos ni idea de qué puede pasar.</p>
Mujer*	Se refiere al género femenino y a su condición histórica; expresa el nivel de síntesis más abstracto: su contenido es el ser social genérico. Cuando hablamos de la mujer estamos hablando de las mujeres concretas, las relaciones genéricas económicas, sociales, jurídicas y políticas, las instituciones estatales y sociales que la reproducen y las diversas formas de la conciencia social. Cuando hablamos de las mujeres, hablamos de las mujeres particulares y las ubicamos en la dimensión de la situación histórica de cada una; expresando su nivel real-concreto; su contenido es la existencia social de las mujeres, de todas y cada una. Por otro lado, cada mujer concreta es pensada y vive a partir de ser aprehendida desde la construcción teórica de la mujer.



- Participación***** Acción de tomar parte en decisiones y acciones que involucran a la sociedad o a una parte de ella. La participación contribuye al fortalecimiento de la vida democrática; su efecto acumulado en esferas no políticas como la familia, la escuela y el trabajo tiene una influencia directa sobre la capacidad política. Si un individuo tuvo la oportunidad de participar en estas esferas, es más probable que se considere a sí mismo más competente para influir en el gobierno de su país.
- Participación ciudadana** Intervención responsable y voluntaria de los ciudadanos en la vida pública del país, como condición indispensable de los regímenes democráticos.
- Participación política⁴** Actividad de un ciudadano o grupo de ciudadanos cuando interviene o intervienen en los asuntos públicos con su opinión, con su voto o de cualquier otro modo.
- Parto** Terminación del embarazo, es decir, la salida del niño del útero materno. También se llama nacimiento, y se considera lo opuesto a la muerte. En la mayoría de las culturas, la edad de la persona comienza con el nacimiento.
- Perspectiva de género*** La perspectiva de género permite enfocar, analizar y comprender las características que definen a mujeres y hombres de manera específica, así como sus semejanzas y sus diferencias. Desde esa perspectiva se analizan las posibilidades vitales de unas y otros, el sentido de su vida, sus expectativas y oportunidades, las complejas y diversas relaciones sociales que se dan entre ambos géneros; también los conflictos institucionales y cotidianos que deben encarar y las múltiples maneras en que lo hacen. La perspectiva de género surge en la segunda mitad del siglo xx, en el ámbito de las ciencias sociales, y responde a la necesidad de abordar de manera integral, histórica y dialéctica la sexualidad humana y sus implicaciones económicas, políticas, psicológicas y culturales en la vida social de los géneros y de los particulares, es decir, en la organización patriarcal de la sociedad. Permite entender que la vida y sus condiciones y situaciones son transformables hacia el bienestar si se construyen la igualdad, la equidad y la justicia. Pensar desde la perspectiva de género es rebasar la ancestral concepción del mundo fundamentada en la idea de la naturaleza y la biología como argumento absoluto para explicar la vida de los seres humanos, su desarrollo, sus relaciones y hasta su muerte.
- Pluralismo** Expresión y reconocimiento de las diferentes formas de ser, pensar y actuar de las personas, lo que enriquece a nuestra sociedad y nuestra cultura.
- Prejuicio **** Actitud predispuesta, favorable o desfavorable, hacia las personas, instituciones, acontecimientos o situaciones determinadas, compartidas por grandes sectores de la sociedad.

⁵ José Antonio Crespo, *La democracia real explicada a niños y jóvenes*, México, FCE, 2004, p. 73.

Procreación**	Acción y efecto de procrear. Engendrar, multiplicar una especie.
Puerperio**	1. Periodo que transcurre desde el parto hasta que la mujer vuelve al estado ordinario anterior a la gestación. 2. Estado delicado de salud de la mujer en este tiempo.
Respeto	Manera cuidadosa en que nos dirigimos a las otras personas, partiendo del reconocimiento de nuestra igualdad y de que tenemos los mismos derechos y obligaciones. Hay que ser con los demás como nos gusta que sean con nosotros; para exigir que nos respeten, primero debemos respetar. Reconocimiento de la dignidad humana, propia y de los demás.
Responsabilidad	Reconocer y asumir las consecuencias de nuestros actos y decisiones, tanto para nuestra propia persona como para los demás y nuestro entorno. Cuando somos responsables, nos comprometemos con nuestros actos y decisiones, y en esa medida practicamos este valor.
Rol**	Conjunto de funciones, tareas, responsabilidades y prerrogativas que se generan como expectativas/exigencias sociales y subjetivas; es decir, una vez asumido el rol por una persona, la gente en su entorno exige que lo cumpla y pone sanciones si no lo hace.
Rol de género**	El concepto de roles de género fue propuesto por John Money en 1955, cuando necesitó una categoría distinta del "sexo biológico" para entender cómo, en diferentes sociedades, una misma tarea cobra distinto valor dependiendo de qué sexo la realiza. Es el conjunto de expectativas, en un contexto histórico-social, respecto de los comportamientos, considerados apropiados para las personas que poseen un sexo determinado, es decir, conductas y actitudes que se esperan de las mujeres o de los hombres. La misma persona generalmente construye su psicología, afectividad y autoestima en torno a él.
Salud reproductiva	Estado general de bienestar físico, mental y social, y no de mera ausencia de enfermedades o dolencias, en todos los aspectos relacionados con el sistema reproductivo y sus funciones y procesos. La salud reproductiva entraña la capacidad de disfrutar de una vida sexual satisfactoria y sin riesgos, la capacidad de procrear y la libertad para decidir hacerlo o no, cuándo y con qué frecuencia.
Salud sexual	Está encaminada al desarrollo de la vida y de las relaciones personales, y no meramente al asesoramiento y la atención en materia de reproducción y de enfermedades de transmisión sexual.
Sexualidad**	Conjunto de condiciones anatómicas y fisiológicas que caracterizan a cada sexo. Es parte inherente del cuerpo humano, la vida y la convivencia social. La parte biológica de la sexualidad se relaciona con la procreación en el aspecto coital, y es a partir de la existencia de métodos anticonceptivos eficaces y de fácil acceso como se posibilita, a voluntad, el ejercicio separado o conjunto de la coitalidad y la reproducción.



- Socialización*** Proceso mediante el cual las personas aprenden los patrones de conducta permisibles en su medio social. En este proceso participan la familia, la educación, la religión, los medios de comunicación, las asociaciones y los grupos de referencia.
- Tolerancia** Es aceptar que los demás sean, piensen y actúen de forma diferente a la nuestra, aunque no estemos de acuerdo. La tolerancia ayuda a que convivamos armónicamente sin imponer nuestras opiniones a los demás.
- Toma de decisiones****** Casi no es posible imaginar un campo de mayor trascendencia para el ser humano que el de la toma de decisiones. Tenemos un problema cuando no sabemos cómo seguir. Una vez que tenemos un problema, hay que tomar una decisión (incluyendo la de no hacer nada). Elegimos una alternativa que nos parezca suficientemente racional, que nos permita más o menos maximizar el valor esperado luego de resuelta nuestra acción. Demostramos nuestra inteligencia en este proceso en funcionamiento. De esta manera, la toma de decisiones es un proceso durante el cual la persona debe escoger entre dos o más alternativas. Todos y cada uno de nosotros pasamos los días y las horas de nuestra vida teniendo que tomar decisiones. Algunas decisiones tienen una importancia relativa en el desarrollo de nuestra vida, mientras que otras son gravitantes en ella. Una decisión puede variar en trascendencia y connotación.
- Valores*** Conjunto de ideas, creencias, que nos brindan los criterios para distinguir lo deseable de lo indeseable. Son los preceptos que rigen nuestra conducta, son conjuntos de ideas que nos brindan los criterios que determinan lo adecuado e inadecuado del comportamiento propio y de los(as) demás.
- Valores democráticos** Conjunto de preceptos que buscan propiciar el entendimiento y la colaboración para que las aspiraciones de un individuo resulten coherentes con las decisiones colectivas; es decir, son una especie de guía para que logremos vivir en sociedad.
- Vivir conscientemente (autoconciencia)**** Respetar la realidad sin evadirse ni negarla, estar presente en lo que hacemos mientras lo hacemos, intentar comprender todo lo que concierne a nuestros intereses, nuestros valores y nuestros objetivos y, finalmente, ser consciente tanto del mundo externo al yo como del mundo interior.
- Vivir con determinación**** Asumir la responsabilidad de identificar nuestros objetivos, llevar a cabo las acciones que nos permitan alcanzarlos y mantenernos firmes en nuestra voluntad de llegar hasta ellos.
- Vivir con integridad**** Tener principios de conducta a los que nos mantengamos fieles en nuestras acciones; ser congruentes entre lo que sabemos, lo que profesamos y lo que hacemos; mantener nuestras promesas y respetar nuestros compromisos, es decir, ser coherentes con lo que manifestamos verbalmente.

Voto Práctica individual de participar en las decisiones colectivas que involucran a todos, tanto si se trata de elegir alguna acción que se va a realizar, como seleccionar a las personas para ocupar un cargo. En el Distrito Federal se realizan votaciones periódicas para elegir a los gobernantes.

* Tomado de Partido de la Revolución Democrática, *Octubre. Mes de la Salud Reproductiva*, tríptico, Secretaría de la Mujer CEN-PRD; Daniel Cazés (coord.), *La perspectiva de género* (versión preliminar), México, 1996; Marcela Lagarde, *Los cautiverios de las mujeres: madresposas, monjas, putas, presas y locas*, México, UNAM, 1993, y *Género y feminismo. Desarrollo humano y democracia*, España, Horas y Horas, 1997; Martha Lamas, "Algunos requisitos para construir una interlocución feminista con el Estado y los partidos políticos" (ponencia); Sistema para el Desarrollo Integral de la Familia, *La perspectiva de género: una herramienta para construir equidad entre mujeres y hombres*, México, DIF, 1992.

** Tomado de Guadalupe Mercado Espinosa (comp.), *Violencia familiar: una cuestión de género*, documento de apoyo para participantes, México, Secretaría de Desarrollo Social, 1999.

*** Tomado del Instituto de las Mujeres del Distrito Federal, *Cifras sobre la violencia en América Latina*, México, 2004, [www.inmujer.df.gob.mx/tus_derechos/articulos/violencia/nov2104.html]

Manual para la participación ciudadana de las mujeres terminó de imprimirse en Compañía Impresora Kavers, S.A. de C.V., prol. Navajos, Mzn. 3 Lt. 9, colonia Tlalcoligia, delegación Tlalpan, 14430, México, D.F., en septiembre de 2008. Participó en el diseño del contenido Sonia Jaquelina Romero Huesca. El cuidado de la edición estuvo a cargo de Nilda Iburguren, técnica especializada "A". El tiraje fue de 1000 ejemplares impresos en papel bond de 90 gramos y forros en cartulina cuché mate de 210 gramos. Se utilizaron las fuentes tipográficas Goudy y Frutiger.