



USAC
TRICENTENARIA
Universidad de San Carlos de Guatemala

ESCUELA DE TRABAJO SOCIAL

**Proceso de organización y empoderamiento del grupo de mujeres
“Emprendedoras” de la aldea Santa Rita, municipio la Esperanza,
Quetzaltenango.**

SISTEMATIZACIÓN

**Presentada a la Dirección de la
Escuela de Trabajo Social de la Universidad de
San Carlos de Guatemala**

POR

Lilian Noemí González Toj

Previo a conferírsele el título de

TRABAJADORA SOCIAL

En el grado académico de

LICENCIADA

Guatemala, noviembre 2015.

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE TRABAJO SOCIAL**

AUTORIDADES UNIVERSITARIAS

Rector Dr. Carlos Guillermo Alvarado Cerezo
Secretario Dr. Carlos Enrique Camey Rodas

AUTORIDADES DE LA ESCUELA DE TRABAJO SOCIAL

Directora Msc. Rosaura Gramajo de Arévalo
Secretaria Licda. Myriam Bojórquez de Roque

CONSEJO DIRECTIVO

REPRESENTANTES DOCENTES

Licenciada Delma Lucrecia Palmira Gómez
Licenciada Enilda Patricia Salazar Trejo

REPRESENTANTE DE LOS PROFESIONALES

Licenciada Alicia Catalina Herrera Larios

REPRESENTANTES ESTUDIANTILES

Estudiante Llymy Olinda Santos Girón
Estudiante Raquelita Del Alba Velásquez Rosales

TRIBUNAL EXAMINADOR

Coordinadora IIETS Msc. Belia Aydée Villeda Erazo
Tutora Msc. María del Carmen Galicia
Revisora Licda. Delma Lucrecia Palmira Gómez

“Los autores serán los responsables de las
opiniones y criterios expresados en sus obras”

Artículo 11 del Reglamento del Consejo Editorial de
la Universidad de San Carlos de Guatemala



USAC
TRICENTENARIA
Universidad de San Carlos de Guatemala

ESCUELA DE TRABAJO SOCIAL

Edificio S-1 Segundo Nivel- Ciudad Universitaria, Zona 12- Guatemala, Centroamérica
Teléfonos (502) 24188850 - PBX (502) 24439500-24188000
<http://www.trabajosocial.usac.edu.gt>



Instituto de Investigaciones "T.S. Angela Ayala"

APROBACIÓN DE INFORME DE SISTEMATIZACIÓN

Guatemala 27 de octubre de 2015

Of. 323/2015-IIETS

MSc. Belia Aydée Villeda Erazo
Coordinadora
Instituto de Investigaciones "T.S. Angela Ayala"
Escuela de Trabajo Social
Edificio

Respetable Coordinadora:

De manera atenta me dirijo a usted, para hacer de su conocimiento que se ha concluido con la tutoría del informe final de sistematización denominado: PROCESO DE ORGANIZACIÓN Y EMPODERAMIENTO DEL GRUPO DE MUJERES "EMPREENDEDORAS" DE LA ALDEA SANTA RITA, MUNICIPIO DE LA ESPERANZA, QUETZALTENANGO, elaborado por la estudiante: Lilian Noemí González Toj, quien se identifica con número de carné: 201013743.

El presente trabajo de investigación, cumple con los requisitos mínimos establecidos por la Unidad de Trabajos de Graduación, razón por la que se emite APROBACION para que se prosiga con los trámites correspondientes.

Sin otro particular, me es grato suscribirme atentamente,

"Id y enseñad a todos"

MSc. María del Carmen Galicia Guillén
Tutora



c.c. Archivo
BAVE/ceci

Instituto de Investigaciones "I.I. Angela Ayala"

APROBACIÓN DE REVISIÓN DE INFORME DE SISTEMATIZACIÓN

Guatemala 04 de noviembre de 2015

Of. 347/2015-IIETS

MSc. Belia Aydée Villeda Erazo
Coordinadora IIETS
Escuela de Trabajo Social
Edificio

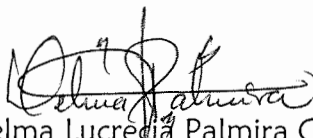
Respetable MSc. Villeda:

De manera atenta me dirijo a usted, para hacer de su conocimiento que se ha concluido con la revisión del informe final de sistematización titulado: PROCESO DE ORGANIZACIÓN Y EMPODERAMIENTO DEL GRUPO DE MUJERES "EMPREDEDORAS" DE LA ALDEA SANTA RITA, MUNICIPIO LA ESPERANZA, QUETZALTENANGO, por la estudiante: Lilian Noemí González Toj, quien se identifica con carné: 201013743.

El presente trabajo cumple con los requisitos mínimos establecidos, por lo cual se emite la APROBACION respectiva.

Sin otro particular, me suscribo atentamente,

"Id y Enseñad a Todos"



Licda. Delma Lucrecia Palmira Gómez
Revisora





Instituto de Investigaciones "I.I. Angela Ayala"

DICTAMEN DE SISTEMATIZACIÓN 077-2015

Guatemala 10 de noviembre de 2015

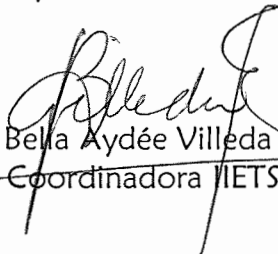
MSc. Rosaura Gramajo de Arévalo
Directora
Escuela de Trabajo Social
Edificio

Señora Directora:

Atentamente me dirijo a usted para hacer de su conocimiento que de acuerdo a la aprobación emitida por el tutor específico emito DICTAMEN FAVORABLE y hago entrega del informe final de sistematización titulado: PROCESO DE ORGANIZACIÓN Y EMPODERAMIENTO DEL GRUPO DE MUJERES "EMPREDEDORAS" DE LA ALDEA SANTA RITA, MUNICIPIO DE LA ESPERANZA, QUETZALTENANGO, elaborado por la estudiante: Lilian Noemí González Toj, quién se identifica con número de carné: 201013743, a fin de que pueda continuar con los trámites correspondientes previo a la publicación final.

Deferentemente,

"Id y Enseñad a Todos"


MSc. Bella Aydée Villeda Erazo
Coordinadora VIETS



c.c. archivo
ceci

ACUERDO DE DIRECCIÓN No. 269/2015

Autorización de Impresión Informe Final

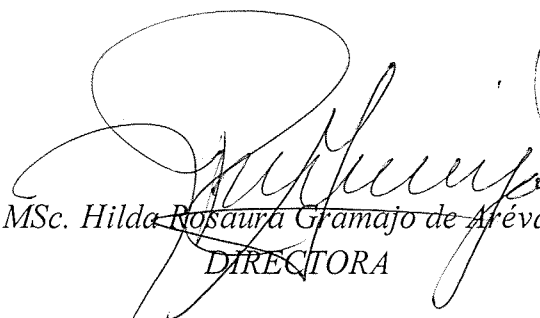
La Dirección de la Escuela de Trabajo Social, tomando en cuenta la Aprobación de Informe de Sistematización Of. 323/2015-IIETS de fecha 27 de octubre de 2015, extendida por MSc. María del Carmen Galicia Guillén, en calidad de Tutora; Aprobación de Revisión de Informe de Sistematización Of. 347/2015-IIETS, de fecha 04 de noviembre de 2015, remitida por Licda. Delma Lucrecia Palmira Gómez, como Revisora; y Dictamen de Sistematización 077-2015 de fecha 10 de noviembre de 2015, suscrito por MSc. Belia Aydée Villeda Erazo, Coordinadora del Instituto de Investigaciones, respectivamente.

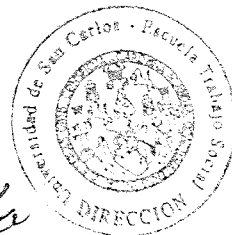
ACUERDA:

AUTORIZAR la impresión del informe final de sistematización denominado: **PROCESO DE ORGANIZACIÓN Y EMPODERAMIENTO DEL GRUPO DE MUJERES “EMPREENDEDORAS” DE LA ALDEA SANTA RITA, MUNICIPIO DE LA ESPERANZA, QUETZALTENANGO**, elaborado y presentado por LILIAN NOEMÍ GONZÁLEZ TOJ, previo a conferírsele el título de Trabajadora Social en el grado académico de Licenciatura; asimismo **NOMBRAR a la Junta Directiva** para la realización del acto público de Graduación, la cual queda integrada por: MSc. Hilda Rosaura Gramajo de Arévalo, Directora; Licda. Myriam Bojórquez de Roque, Secretaria de Escuela; MSc. Belia Aydée Villeda Erazo, Coordinadora del Instituto de Investigaciones; Licda. Delma Lucrecia Palmira Gómez, Revisora; y MSc. María del Carmen Galicia Guillén, Tutora.

Guatemala, 11 de noviembre 2015

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”


MSc. Hilda Rosaura Gramajo de Arévalo
DIRECTORA



DEDICATORIA

- A DIOS:** Por ser mi fortaleza en medio de mi debilidad y por haberme dado la sabiduría e inteligencia durante toda mi formación académica y personal, sin ti Dios mío nada de esto sería posible, alabanza y glorificación sean a tu nombre por siempre.
- A MIS PADRES:** Por haber sido mi apoyo moral, económico, espiritual e incondicional durante toda mi vida, gracias. Y sobre todo a la memoria de mi padre que sé que estaría orgulloso de mi, los amo.
- A MIS HERMANOS:** Por haber sido mi gran apoyo, gracias, porque siempre puedo contar con ustedes, no importa las circunstancias siempre estarán allí para mí.
- A MI FAMILIA:** En general porque siempre me han brindado un consejo y su apoyo cuando lo he necesitado.
- A MIS AMIGAS:** Por todas por las alegrías y tristezas que hemos compartido, niñas se les quiere mucho y saben que siempre pueden contar conmigo.
- A MI TUTORA Y REVISORA:** Por brindarme su conocimiento y su experiencia a lo largo de todo mi proceso de sistematización.

INDICE

	Pág.
INTRODUCCIÓN	i
CAPÍTULO 1 ANTECEDENTES DE LA EXPERIENCIA	1
CAPÍTULO 2 CONTEXTO DONDE SE DESARROLLO LA EXPERIENCIA	4
2.1 Comunidad	4
2.1.1 Antecedentes de la comunidad	4
2.1.2 Ubicación geográfica	5
2.2 Población	6
2.2.1 Población por grupos etarios	6
2.2.2 Población por etnia	7
2.3 Salud	8
2.3.1 Enfermedades comunes	8
2.3.2 Cobertura Programas de Salud	9
2.4 Educación	10
2.5 Cultura	11
2.5.1 Población por Religión	11
2.6 Integración Familiar	12
2.7 Vivienda	12
2.8 Organización comunitaria	13
2.9 Ambiente	13
2.9.1 Bosques	14
CAPÍTULO 3 DELIMITACIÓN TEORICA	15
3.1 Trabajo Social	15
3.1.1 Trabajo Social Comunitario	16
3.1.2 Trabajo Social de Grupos	16
3.1.3 Organización Comunitaria	16
3.2 Grupo	16
3.2.1 Grupo social	17
3.3 Capacitación	17
3.4 Empoderamiento	17

CAPÍTULO 4 RECONSTRUCCIÓN DE LA EXPERIENCIA	19
CAPÍTULO 5 REFLEXIONES DE FONDO	29
CAPÍTULO 6 LECCIONES APRENDIDAS	31
CAPÍTULO 7 COMUNICACIÓN DE APRENDIZAJES	33
7.1 Nombre del proyecto	33
7.2 Justificación	33
7.3 Objetivo general	33
7.3.1 Objetivos específicos	34
7.4 Metas	34
7.5 Beneficiarios	34
7.6 Facilitador	34
7.7 Organización de actores	35
7.8 Temporalidad	35
7.9 Desarrollo de talleres	35
7.10 Evaluación	56
7.11 Recursos	57
CONCLUSIONES	58
REFERENCIAS	59

INTRODUCCIÓN

La sistematización de experiencias es un proceso que sirve para la construcción de nuevos conocimientos y que permite la reflexión crítica y lógica de cada momento; se pretende plasmar todo el proceso vivido con el grupo de mujeres “Emprendedoras”, en cuanto a organización y empoderamiento de las mismas, que puedan generar cambios significativos y transformadores en el desarrollo de las mujeres.

Por tal motivo, el objetivo de la sistematización es; reflexionar sobre la experiencia obtenida en el proceso de organización y empoderamiento del grupo de mujeres para obtener aprendizajes que permitan mejorar futuras prácticas.

Teniendo como objeto de sistematización el proceso de organización y empoderamiento de las mujeres, y como eje transversal la metodología de intervención en la organización y capacitación de empoderamiento de la aldea.

El proceso de sistematización se llevó a cabo mediante la concientización, organización y empoderamiento del grupo de mujeres, con la coordinación del grupo multiprofesional EPSUM, la Municipalidad de La Esperanza, específicamente la Oficina Municipal de la Mujer – OMM- y la estudiante de Trabajo Social, encauzado a la orientación de las mujeres a través de valores éticos así como la utilización de metodologías, técnicas y herramientas de investigación, planificación, ejecución y evaluación de las distintas etapas de la experiencia.

A continuación se da una breve descripción de los capítulos contenidos en el informe de sistematización.

En el capítulo 1 antecedentes de la experiencia, se puntualiza los hechos y acontecimientos más importantes de manera cronológica de la participación y empoderamiento de la mujer en el contexto social.

Seguidamente el capítulo 2 contexto donde se desarrolló la experiencia muestra la descripción geografía y socioeconómica de la aldea Santa Rita, siendo esta el lugar donde se llevó a cabo la experiencia.

En el capítulo 3 delimitación teórica se sustenta la experiencia a sistematizar a través de conceptos teóricos de Trabajo Social y empoderamiento.

Posteriormente en el capítulo 4 reconstrucción de la experiencia se presenta la reconstrucción del proceso vivido durante el Ejercicio Profesional Supervisado de la estudiante de Trabajo Social y el grupo de mujeres de la comunidad, dando un orden lógico y minucioso de la experiencia.

Luego en el capítulo 5 reflexiones de fondo; da a conocer los hallazgos, alcances y limitantes de los actores de la experiencia en el contexto en el que se llevó a cabo y plantear reflexiones de fondo.

Capítulo 6 lecciones aprendidas; muestra las lecciones aprendidas y al mismo tiempo permite la retroalimentación de futuras prácticas, dando elementos que contribuya una propuesta de cambio.

El capítulo 7 comunicación de aprendizajes en el cual se formulan estrategias de comunicación y aprendizajes que les permitan a los actores de la experiencia dar seguimiento, renovarla o cambiarla en su totalidad.

Culminado con las conclusiones y la bibliografía utilizada para la realización del informe de sistematización de experiencias.

En el proceso de la experiencia se utilizó la metodología de sistematización de Oscar Jara, que buscó generar procesos de reflexión y construcción de nuevos conocimientos. Por medio, de la participación activa de las mujeres, creando alternativas de solución que les permitiera desempeñarse como agentes de cambio para desarrollo su individual, familiar y comunitario, siendo la estudiante de Trabajo Social (E.T.S.) la orientadora de esos procesos de cambio.

Teniendo como resultado la reconstrucción de nuevas experiencias que le permiten a los actores logros significativos para futuras prácticas.

CAPÍTULO 1

ANTECEDENTES DE LA EXPERIENCIA

Este capítulo detalla los hechos y acontecimientos de más importancia en donde a través de los años se enmarca la participación de la mujer.

El terremoto que sacudió Guatemala en 1976, dejó huellas importantes en el quehacer político y social, con el surgimiento de nuevos actores, organizaciones, organismos no gubernamentales, etc.

La crisis económica, la pobreza y la represión militar han dado origen a numerosas organizaciones de defensa de los derechos humanos, de solidaridad con las víctimas de la violencia y la represión, y de subsistencia, las que cuentan con gran presencia femenina, indígena y ladina.

En 1981 el gobierno creó a instancias de la Comisión Interamericana de Mujeres la Oficina Nacional de la Mujer (ONAM) y en agosto de 1982 ratificó la Convención de Naciones Unidas sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer. También ha puesto en marcha una serie de programas destinados a mujeres en la Presidencia de la República y diversos ministerios. Organismos internacionales se han hecho presentes para aliviar la condición de pobreza y marginación de amplios sectores de mujeres y sus familias. ONAM (1982)

El proyecto Mujeres Latinoamericanas en Cifras fue desarrollado en Guatemala tomando en cuenta la investigación precedente "Mujeres Centroamericanas" realizada por la Secretaría General de la Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales en Costa Rica, cuya ampliación y actualización ha sido producto de la colaboración entre la Secretaría General y el Programa de la Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales –FLACSO-.

Es por ello que desde hace 40 años muchas instituciones (sobre todo religiosas y organismos no gubernamentales) han promovido la participación activa de la mujer, a través de denominaciones tales como clubes de madres, asociaciones de madres, organización de mujeres, etc. Sin embargo, muchos de estos grupos finalizaron su existencia juntamente con el ciclo de vida de las instituciones que les promovieron.

Los principios para el empoderamiento de las mujeres, que se presentaron en 2010 en ocasión del Día Internacional de la Mujer, constituyen una adaptación de los Calvert Women's Principles originalmente elaborados en colaboración con UNIFEM (hoy ONU Mujeres) publicado como el primer código de conducta empresarial mundial centrado exclusivamente en el empoderamiento, el progreso y la inversión en las mujeres de todo el mundo. Principios Calvert para las Mujeres (2004).

A pesar que muchas instituciones de desarrollo han reconocido la importancia fundamental de la participación de la mujer en el proceso de desarrollo del área rural, aún no se ha conseguido una verdadera participación de las mismas que incida de manera significativa en el desarrollo. Una de las principales razones es que la mayor parte de las actividades institucionales se centralizan en el sector masculino, quedando las mujeres casi completamente relegadas a los procesos de intervención institucional y del proceso de desarrollo.

En por ello que si bien se reconocen que las dificultades para medir los cambios provocados por las dinámicas de empoderamiento y algunas investigadoras consideran que lo valioso del concepto es precisamente su ambigüedad (Kabeer 1999, p.6) otras muchas han logrado retener el dominio sobre su definición y notarlo de significados coherentes con las aspiraciones de quienes lo pusieron en circulación.

La posición de las mujeres no puede explicarse sin tomar en cuenta el aspecto de su participación en la toma de decisiones que afectan a la sociedad. Tanto en el ámbito del hogar como en el espacio público, es importante su perspectiva; sin embargo, debido a múltiples factores, las mujeres siguen teniendo escasas posibilidades de participar y de acceder a posiciones de toma de decisiones. (Departamento de análisis cuatrimestral de sectores económicos 2010), 13 particularmente entre 2004 y 2008.

Desde hace varios años las mujeres de la aldea Santa Rita no han sido tomadas en cuenta para conformar organización de base, esto se debe a que la mujer ha sido excluida de estos procesos ya que según la cultura y la sociedad la mujer debe remitirse únicamente a los que haceres del hogar y a la crianza de los hijos, sin tener voz ni voto en la toma de decisión.

Aunado a ello se tiene la poca intervención del trabajo social, debido a que la municipalidad no cuenta con trabajadoras sociales. En agosto del año 2014, se le asigna a la epesista de la Universidad de San Carlos de Guatemala, a trabajar con la Aldea Santa Rita, del municipio de La Esperanza, Quetzaltenango.

Con base a las necesidades presentadas por la aldea y de acuerdo a los intereses de las mujeres surge el proyecto de capacitación a las mujeres, en donde se buscó el empoderar a las mujeres mediante charlas como autoestima, derechos de las mujeres, violencia intrafamiliar y las *rut*as de denuncia, *organizaci*ón comunitaria entre otros.

Esto conlleva lograr la participación de las mujeres en Comités Comunitarios de Desarrollo, actuar en pro del desarrollo de su comunidad y que además sean pilares y bases fundamentales para que otras mujeres puedan tener mayores oportunidades de participación en el ámbito social y comunitario, en donde su voz y voto sea tomado en cuenta al momento de tomar decisiones. Esto con el apoyo de la municipalidad de La Esperanza, específicamente con la Oficina Municipal de la Mujer –OMM–.

Santa Rita, es la única aldea que se encuentra en el municipio de La Esperanza, departamento de Quetzaltenango, cuenta con un Comité Comunitario de Desarrollo -cocode- (el cual está conformado únicamente por hombres) y con un alcalde auxiliar. Se encuentra dividida por 5 sectores (Sector el centro, Sector Lucas, Sector Agua Tibia, Sector López y Sector la Joya). Encuesta realizada por la EPS (2014). Además cuenta con aproximadamente 13 nacimientos de agua y un Salón Municipal construido en el año 2010. La población total existente en la comunidad es de 994 personas entre hombre, mujeres, adolescentes, niños y adultos de la tercera edad. Dentro del rango de población predomina el sexo femenino con un 52%, masculino con un 48%, siendo el sexo predominante el femenino. Diagnostico rural participativo (2014, p. 35).

CAPÍTULO 2

CONTEXTO DONDE SE DESARROLLÓ LA EXPERIENCIA

En este capítulo se da a conocer el contexto en donde se llevó a cabo la experiencia, dentro de los cuales están; la geografía, demografía y socioeconómica de la aldea Santa Rita, Municipio de La Esperanza, Quetzaltenango.

2.1 Aldea Santa Rita, Municipio de la Esperanza, Quetzaltenango

Los antecedentes en la aldea son de gran importancia, porque contribuyen a conocer el contexto social donde se desenvuelve la población en su cotidianidad.

2.1.1 Antecedentes de la comunidad

El municipio de la Esperanza forma parte del departamento de Quetzaltenango, su territorio ha aumentado gradualmente. En el año 1894 el alcalde auxiliar don Francisco Escobar compro 6.5 cuerdas de terreno para la plaza pública. Posteriormente el señor José María Barrios donó 100 varas cuadradas de terreno en el año 1,899, la extensión de la aldea aumentó. El 7 de Abril de 1910 el señor presidente de la Republica la elevo a Categoría de Municipio, con el nombre de la Esperanza, a este se le conoce como “La tierra del encanto, la cultura y el deporte”.

El municipio de La Esperanza se encuentra situado en la parte norte del departamento de Quetzaltenango, en la región VI o región sur occidental. Se localiza en la latitud de 14° 52'15'' y en longitud de 91° 33'44''. Limitada al norte con el municipio de San Francisco la Unión; al sur con el municipio de Quetzaltenango y San Mateo; al este con el municipio de Olintepeque; al oeste con el municipio de San Mateo; cuenta con una extensión territorial de 32 Km², se encuentra a una altura de 2,465 mts sobre el nivel del mar por lo que su clima es frío.

Se encuentra a una distancia de 6 Km de la cabecera departamental de Quetzaltenango y a 209 Km. De la ciudad capital de Guatemala; la municipalidad de La Esperanza es de cuarta categoría y cuenta con una aldea.

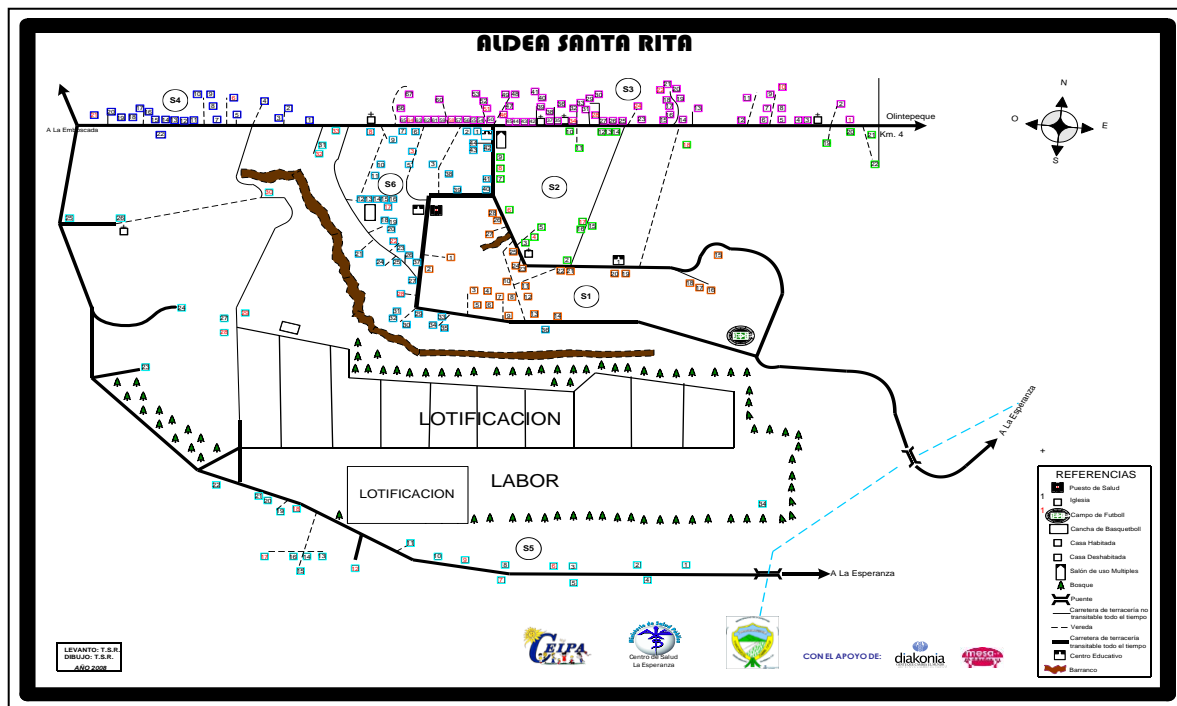
Es interesante observar que un alto porcentaje de la población del municipio de La Esperanza es indígena, sin embargo el idioma predominante es el español con un (88%), y en segundo lugar se encuentra el idioma maya Quiché con un (12%).

2.1.2 Ubicación geográfica

La aldea Santa Rita se encuentra ubicada a 4 kilómetros de distancia de la cabecera Municipal de la Esperanza, con altitud de 2400 a 2700, sobre el nivel del mar, su precipitación pluvial promedio es de mm/año de 3,000 a 3,500. En el espacio boscoso de la aldea, se pueden encontrar pinos, alisos, cipreses, cerezos, chilca y eucalipto, son utilizados para el consumo y broza. (Censo realizado por la EPS en 2014).

Santa Rita se caracteriza por ser aldea rural única, del Municipio de La Esperanza del Departamento de Quetzaltenango, contiene el más alto porcentaje de área boscosa, sin embargo es considerada como primer lugar en zona de riesgo, debido a su ubicación geográfica, ya que el 95% de la población se encuentra ubicada en la faldas del cerro San Sija que amenaza con deslaves (alud).

CROQUIS



Fuente: Departamento Municipal de Planificación

2.2 Población.

La población total existente en la comunidad es de 994 personas entre hombre, mujeres, adolescentes, niños y adultos de la tercera edad, (Censo 2014).

2.2.1 Poblaciones por grupos etarios

La población se define como el número de habitantes de un lugar, ciudad o villa, (Montoya 2002, p.20) El estudio de la población proporciona una información de interés para las tareas de planificación en sectores como sanidad, educación, vivienda, seguridad social, empleo, organización social, así como del medio ambiente. Estos estudios también proporcionan los datos necesarios para formular políticas gubernamentales de población, para modificar tendencias demográficas y conseguir objetivos económicos y sociales.

De acuerdo a la encuestas realizadas por la estudiante de Trabajo Social, la aldea Santa Rita ha tenido un aumento considerable de habitantes, respecto al censo realizado en noviembre de 2013, que aún está en proceso de tabulación por parte del Ministerio de Salud.

Dentro del rango de población predomina el sexo femenino con un 52% masculino con un 48%, las edades que prevalecen dentro de la tabla son de 0 a 20 años de edad de los dos sexos con un índice del 54.7%, su incremento se observa en forma significativa. El género imperante es el femenino. (Diagnostico Rural Participativo, 2013, p.30).

La tendencia de la cantidad de población por género se ha incrementado considerablemente al transcurrir del tiempo, y las condiciones sociales económicas, de salud y educación que se han desarrollado en la comunidad, Es por ello que en la gráfica anterior se puede observar que la población predominante es la femenina entre niñas, adolescentes, y adultos. Teniendo en segundo lugar a la población masculina y por ultimo a los adolescentes.

Cuadro 1
División según edad y sexo

Edades	Femenino	Masculino	Total
0 a 4	53	53	106
5 a 9	75	81	156
10 a 14	92	68	160
15 a 19	54	71	125
20 a 24	46	32	78
25 a 29	40	29	69
30 a 34	39	29	68
35 a 39	33	26	59
40 a 44	30	23	53
45 a 49	16	15	31
50 a 54	15	15	30
55 a 59	7	5	12
60 a 64	6	7	13
65 a 69	4	3	7
70 a mas	12	15	27
Totales	522	472	994

Fuente: Centro de Salud de Aldea Santa Rita (2013).

2.2.2 Poblaciones por etnia

En la gráfica siguiente se detalla el porcentaje de pertenencia étnica existente en la aldea Santa Rita; la etnia predominante según se observa en el cuadro No. 2 es la indígena, en segundo lugar se encuentra la no indígena. Las tablas reflejan un alto porcentaje respecto a la etnia *mayoritaria*.

Cuadro 2

Población por etnia			
Categoría	m	f	total
Indígenas	347	400	798
No Indígenas	97	99	196
Total	444	499	994

Fuente: Centro de Salud Santa Rita (2013).

2.3 Salud.

Actualmente en la aldea Santa Rita, funciona un puesto de salud, que cuenta con una enfermera profesional, con el apoyo de la Oficina Municipal de la Mujer (OMM) y de la institución "Floreciendo", del Municipio de la Esperanza. Existe una deficiencia en cuanto a medicamentos ya que la falta de estos no permite cubrir en un nivel óptimo las necesidades de toda la población.

2.3.1 Enfermedades comunes:

En la aldea son varias las enfermedades que afectan frecuentemente a la población, para el efecto se presentan las siguientes estadísticas.

Cuadro 3

Enfermedades más Comunes	
Respiratorias	34
Diabetes	67
Diarreicas	45
Artritis	120

Fuente: centro de salud Santa Rita (2013).

Se puede observar en la tabla anterior las enfermedades más comunes que afectan a la población tales como; artritis que representa el índice más alto debido a la edad promedio que predomina en la aldea que es de 50 años y la falta protección del sistema inmunológico, que normalmente protege al organismo contra la invasión de bacterias y virus, luego de ella la diabetes en personas mayores de 35 años por el tipo de alimentación que se tiene en la aldea, a la cual le siguen las infecciones diarreicas y respiratorias aguda, cada una de estas enfermedades varia, según el clima y la estación del cambio climático, por lo regular en el tiempo de invierno se presentan las infecciones respiratorias y en tiempo de verano las diarreas agudas. Habitualmente si la diarrea es controlada a tiempo no tiene efectos secundarios, pero la mayoría de la población se presenta al centro de salud o al hospital General Nacional de occidente, cuando la enfermedad se encuentra en estado avanzado.

2.3.2 Cobertura de los programas prioritarios de salud

Debido a las enfermedades anteriormente expuestas el centro de salud cuenta con los siguientes programas de atención:

Cuadro 4
Cobertura de los programas Prioritarios de Salud

Menor de 1 año *	19	-	3	3	16%
1 a 4 años*	106	-	1	1	1%
Embarazadas**	17	-	6	6	35%
Embarazadas <14 años	-	-	-	-	0%
Puérperas	17	-	2	2	12%
Neonatos	17	-	2	2	12%
Atención a la demanda	1104	22	234	256	23%
Inmunizaciones	125	6	-	6	5%
Suplementación Micronutrientes	125	6	12	18	14%
Captación de S.R. (T.B)	3	2	-	2	67%
Control de crecimiento y desarrollo	106	14	2	16	15%
Salud Reproductiva MPF	509	28	-	28	6%
Salud Reproductiva suplementación 20-45a	211	28	4	32	15%
Suplementación de adolescentes 11-19 ^a	306	2	5	7	2%
TDA1 y 3	509	-	-	-	0%
TDA2	509	2	-	2	1%
Jornada "Puesta al día"	151	151	-	151	100%

Fuente: Puesto de Salud "Santa Rita", La Esperanza, Quetzaltenango (2013).

2.4 Educación

La aldea Santa Rita cuenta con dos escuelas que brindan educación a nivel primario y pre-primario, y debido a la falta de un centro educativo de nivel básico, los adolescentes se ven obligados a viajar a los establecimientos ubicados en el centro del Municipio y en la cabecera Departamental de Quetzaltenango.

La escuela Peter of Alcántara que brinda educación primaria en la actualidad cuenta con 215 estudiantes (99 niños y 116 niñas), y el nivel pre primario atienden a 57 estudiantes (27 niños y 9 niñas). Dentro de la aldea existe deserción escolar esto debido al factor económico que resulta ser uno de los principales problemas que presentan los miembros de la comunidad, además del abandono por parte de los padres de familia hacia los hijos. Por lo tanto las decisiones de estudiar quedan a elección de los adolescentes.

La escuela Peter of Alcántara, se ve limitada por no contar con profesionales que cubran las áreas de música, educación física, así mismo no cuenta con material de oficina necesario y el espacio físico de recreación para los niños/as, todo ello debido a la falta de recurso económico.

En cuanto a la educación para mujeres mayores la Oficina Municipal de la Mujer –OMM- tenía inscritas a mujeres de la aldea en el proceso de alfabetización en el año 2014, sin embargo ya no fue posible implementar el mismo a causa de que CONALFA, no brindó el espacio necesario para que las mujeres continuaran con su aprendizaje académico y así pudiera lograr un mejor desarrollo.

Cuadro 5
Analfabetismo en la aldea Santa Rita

Datos	M	F	TOTAL
No Lee y no escribe	100	190	290

Fuente: Centro de Salud, aldea Santa Rita.

En el cuadro anterior se evidencia el nivel de alfabetismo dentro de la aldea, dando a conocer que el sexo masculino sobresale del sexo femenino, debido a que de acuerdo a la historia y a la cultura

Guatemalteca los hombres si pueden estudiar a comparación de las mujeres que únicamente deben enfocarse al cuidado del hogar y en la crianza de los hijos.

2.5 Cultura

Dentro de las principales celebraciones y tradiciones con las que cuenta la aldea Santa Rita se pueden mencionar las siguientes: Las Bodas, en el mes de enero se celebra año nuevo, celebración de Semana Santa, el 22 de mayo se celebra la feria titular en honor a Santa Rita, el mes de abril, se celebra la fundación del municipio, con el nombre de “La Esperanza”, celebración del día de las madres, el 17 de junio, por lo general celebran el día del padre en las casa de cada familia, en el mes de julio se levantan las cosechas, haba, alverja, frijol, ayote, elotes, hojas verdes, en septiembre los niños de la escuela desfilan en el centro del municipio, en el mes de noviembre nuevamente se cosechan el maíz, haba, frijol, en diciembre: celebran la navidad .

Los platillos típicos de la aldea Santa Rita son los siguientes: caldo de pollo criollo, estofado, jocom, chuchitos, paches, ayote en dulce, tamales de arroz y de papa, comidas hechas con elote como; atol de elote y tamalitos de elote.

A nivel local se cosecha la granadilla larga, la cual es utilizada para hacer refresco, los alimentos cotidianos para la alimentación de la población a nivel local son: los frijoles, las tortillas, tamales de masa, el café, atol quebrado de maíz y súchiles, por lo regular lo consumen en horario de refacción.

2.5.1 Población por religión:

La religión sobresaliente según se puede observar es la cristiana evangélica, misma que cuenta con 6 templos dentro de la comunidad siendo estas; Iglesia Emanuel, Trinidad, Roca de los Siglos, Senda de Vida, Palabra en Acción y Evangelio Completo. Existiendo únicamente una iglesia Católica, sin embargo es importante mencionar que en la aldea también se encuentran enraizadas otras creencias como testigos de Jehová y mormones, estas personas se ven obligadas a desplazarse a otras partes del Municipio de La Esperanza para asistir a las sedes religiosas de acuerdo a sus dogmas. Y por último se puede observar que

también existe un determinado número de población que no opta por ninguna religión.

Cuadro 6
Religión

Religión	cantidad
Evangélico	505
Católico	360
Ninguna	100
Otros	29

Fuente: Centro de Salud, Santa Rita (2013).

2.6 Integración familiar:

Las familias de aldea Santa Rita, en su mayoría viven de manera estable y unidas ya que las casas cuentan con 2 ambientes, se componen por el padre, la madre y los hijos, el porcentaje de hijos de la aldea es de 4 a 8 hijos, las edades promedio en que se casan los jóvenes y las señoritas está comprendido en las edades de 14 y 22 años, por lo regular las nuevas familias viven en casa propia, separándose así de sus padres.

Por el nivel de pobreza o escasas de trabajo algunos de los esposos emigran a Estados Unidos, en busca de mejoras económicas, creando en la mayoría de casos la desintegración familiar a causa de una doble vida o por infidelidad.

2.7 Vivienda

El material predominante en las paredes de las casas en la aldea Santa Rita corresponde a block, en un 90%, con techo de terraza. El 10% restante están contruidos de lámina completamente con piso de tierra.

Las viviendas cuentan con los servicios básicos tales como; energía eléctrica, agua entubada, drenajes. También se pueda mencionar que en su mayoría las los hogares poseen cocina aparte y son muy pocas las que cocinan con estufa y gas, debido a que en su mayoría prefieren los pollos cocinando con leña.

Dentro de las posesiones que se pueden observar en las viviendas se encuentran: televisor, plancha, equipo de sonido, pollos (plancha de metal para cocinar utilizando leña) y estufas de gas.

2.8 Organización comunitaria.

La organización comunitaria de la aldea, es uno de los motores más influyentes para el logro y ejecución de proyectos, actualmente existe un alcalde auxiliar, quien es elegido mediante una asamblea comunitaria, para representar a la misma durante el periodo de un año, siendo actualmente el alcalde auxiliar Cirilo Hernández, quien cuenta con el apoyo del *Comité comunitario de desarrollo*, quien se encuentra integrado por presidente, vicepresidente, tesorero, secretario y vocal.

En el año 2012 por parte de la Oficina Municipal de la Mujer (OMM) y La Unidad de Gestión Ambiental Municipal (UGAM), se organizó un grupo de mujeres de 30 integrantes, que forman parte del recurso humano para el funcionamiento del vivero forestal municipal, contribuyendo así con ingresos familiares extras y mejorando el área boscosa, además de ello se encuentran en capacitaciones para fortalecer su organización y *ampliar sus conocimientos en temas relacionadas al mejoramiento de la calidad de vida*, el cual ha tomado importancia local y al mismo tiempo una mayor participación de la mujer.

La Oficina de Niñez y adolescencia de la Municipalidad de la Esperanza, trabaja con un grupo de jóvenes, con quienes realizan actividades para fortalecer sus conocimientos en el ámbito político y participen de manera activa en la toma de decisiones de la comunidad para que la misma pueda ser beneficiada.

2.9 Ambiente

2.9.1 Bosques

La aldea Santa Rita, cuenta con grandes extensiones de bosques, las especies predominantes son las siguientes; pinabete (*abies Guatemalensis*), pino (*pinus maximinoi*), ciprés (*cupressus Lusitánica*), encino (*Quercus spp*), roble (*quercus corrugata*), aliso (*alnus acuminata*) esto permite que el área boscosa sea relativamente húmedo debido a las especies que se encuentra ahí.

Es de gran importancia mencionar que las grandes extensiones de bosque han disminuido actualmente en gran manera, esto debido a la tala inmoderada de parte de sus habitantes para su consumo como fuente de combustible para la preparación de sus alimentos y como generación de ingresos, otros factores que han reducido considerablemente este recurso son los incendios acabando con una buena parte de árboles dejando de esta manera vulnerable a la población a derrumbes y deslaves en época de lluvia.

Gracias al apoyo de la Unidad de Gestión Ambiental Municipal (UGAM), la Oficina Municipal de la Mujer (OMM), así como con la coordinación del MAGA, la Universidad de San Carlos de Guatemala (USAC), y la URL, se ha logrado reforestar ciertas áreas de la aldea, permitiendo así restablecer las extensiones boscosas, quedando todavía gran parte de la aldea por reforesta.

2.9.2 Hídrico:

Santa Rita cuenta con 13 nacimientos de agua, aunque solo puede disponer de 2, estos tienen un caudal de 2 y 3 pulgadas, los nacimientos según el señor Juan Gonzales López que sirvió en el Comité Comunitario de Desarrollo (cocode) y también como alcalde de la comunidad por 20 años, fueron donaciones del señor Manuel De León Arreaga originario de la ciudad capital. Los 11 nacimientos restantes son propiedad privada, sin embargo estos abastecen a todo el municipio de La Esperanza y a una parte de la cabecera departamental de Quetzaltenango.

CAPÍTULO 3 DELIMITACIÓN TEÓRICA

Este capítulo pretende proporcionar los conceptos teóricos para la fundamentación de la experiencia.

3.1 Trabajo Social

Es una profesión que promueve los principios de los derechos humanos y la justicia social, por medio de la utilización de teorías sobre el comportamiento humano y los sistemas sociales. Específicamente se interesa en la resolución de problemas sociales, relaciones humanas, el cambio social, y en la autonomía de las personas: todo ello en la interacción con su contexto en el ejercicio de sus derechos en su participación como persona sujeto del desarrollo y en la mejora de la sociedad respecto a la calidad de vida en el plano bio-psicosocial, cultural, político, económico y espiritual. (Montoya, Zapata y Cardona. 2002, p.124).

3.1.1 Trabajo social comunitario

(Ander-Egg 1981) método del Trabajo Social que consiste en un proceso de abordaje de la comunidad, liderado por el profesional que desde su perspectiva, busca orientarla hacia la consecución de objetivos comunes que den respuesta a las necesidades detectadas. Nace después de la segunda guerra mundial durante la cual se habían desarrollado ciertas formas de movilización masiva para abordar las tareas que la guerra demandaba. Con ese método se consigue promover el mejoramiento general y lograr objetivos específicos, estimulando iniciativas de gran número de personas en una participación voluntaria y responsable. A través de él, realiza completo análisis de las necesidades, problemas y recursos de la comunidad, que posibilita a la entidad u organización interesada, obrar en consecuencia. (p. 30).

Concibe como etapas en el proceso de intervención: la investigación, diagnóstico, plan de acción, ejecución y supervisión, haciendo énfasis en la necesidad de adoptar como métodos auxiliares: la investigación, la administración y la supervisión. (Montoya, Zapata y Cardona. 2002:124).

3.1.2 Trabajo Social de Grupo

Método de la profesión de Trabajo Social que consiste en la organización y capacitación de grupos pequeños mediante procesos que impliquen una dinámica de grupo, orientados a enriquecer y mejorar el funcionamiento social tanto a niveles preventivos como primarios como de tratamiento social.

Gira siempre en torno a un grupo pero sin desconocer las características de cada uno de sus miembros, contribuyendo al perfeccionamiento individual y a la consecución de objetivos sociales útiles. Por medio del uso de las interacciones dadas al interior del grupo mismo y con otros, se produce un proceso sinérgico como resultado de la propia dinámica grupal, el cual debe posibilitar la educación, el desarrollo y el crecimiento biopsicosocial, cultural, político y espiritual de sus integrantes. (Montoya, Zapata y Cardona. 2002, p. 124).

3.1.3 Organización comunitaria

Proceso para desarrollar grupos funcionales de ciudadanos capaces de ser los agentes dinámicos y responsables de su propio progreso, usando para ello como medios la investigación de los problemas locales, el planteamiento y la ejecución por si mismos de las soluciones y la coordinación voluntaria con los demás grupos y con las autoridades oficiales, de modo que se obtenga el bienestar general.

La organización dentro de una comunidad es de suma importancia debido a que esta, permite a la población modificar su cotidianidad, mediante procesos de desarrollo que permitan la creación de proyectos sociales que se encuentre enfocados en lograr el beneficio individual, familiar y comunitario de la población en general, a través de la participación activa de los mismos.

3.2 Grupo

Conjunto de personas que forman una unidad social, consiste en un número de individuos que tienen conciencia definida de su relación de "estatus" y de roles entre si y que posee un conjunto de valores y normas propias, mediante las cuales se regula la conducta de los miembros individuales en materias que son de incumbencia para todos.

El grupo es un conjunto de personas pero no todo conjunto de personas es un grupo, la sola proximidad física no implica la existencia de grupo, para que este exista es necesario que reúna características tales como: un objetivo común, interacción y comunicación con cierta regularidad entre sus miembros, una identificación como grupo, ser fuente de apoyo y seguridad social en sus integrantes, y al mismo tiempo un agente de formación personal. En él se modifican las opiniones individuales y los comportamientos se adaptan a los criterios de valoración comunes, haciéndose flexibles y solidarios, el grupo nace, crece madura y puede llegar a declinar y morir. (Montoya, Zapata y Cardona.2002, p.68).

3.2.1 Grupo Social

Se entiende por grupo social, la existencia de dos o más personas que se hallan en interacción durante un periodo de tiempo apreciable que tiene una actividad u objetivo común dentro del marco de ciertos valores compartidos, y con una conciencia de pertenencia suficiente para despertar la identificación como grupo. El grupo se diferencia del conjunto o agregado de personas denominado conglomerado social. (Montoya, Zapata y Cardona.2002, p.68).

3.3 Capacitación

El término capacitación se utiliza con frecuencia de manera casual para referirse a la generalidad de los esfuerzos iniciados por una organización para impulsar el aprendizaje de sus miembros. . . Se orienta hacia la cuestiones de desempeño de corto plazo. (Bohlander, y otros; 1999)

3.4 Empoderamiento

La filosofía del empoderamiento tiene su origen en la educación popular de Paulo Freire. Shuler (1997) socióloga estadounidense que identifica el empoderamiento como “un proceso por medio del cual las mujeres incrementan su capacidad de configurar sus propias vidas y su entorno, una evolución en la concientización de las mujeres sobre sí mismas, en su estatus y en su eficacia en las interacciones sociales”. (p.34).

De acuerdo a la conferencia de Beijing se enmarcan “el empoderamiento de las mujeres a su plena participación en condiciones de igualdad en todas las esferas de la sociedad. Incluyendo la participación en los

procesos de toma de decisiones y el acceso al poder, son fundamentales para el logro de la igualdad, el desarrollo y la paz”, es decir, las mujeres deben ser conscientes del poder, y no solo de manera individual, sino también colectiva; de ese modo podrán cambiar la imagen que tienen de sí mismas, y las creencias sobre sus derechos y capacidades, que en ocasiones, si estas creencias son equivocadas y arcaicas, pueden reflejar sentimientos de inferioridad. (2014).

Los principios para el empoderamiento de las mujeres fueron a las empresas y al sector privado orientaciones prácticas sobre como empoderar a las mujeres en el lugar de trabajo, los mercados y la comunidad. Estos principios, elaborados a través de una asociación entre ONU Mujeres y el Pacto Mundial de las Naciones Unidas, están diseñados para ayudar a las empresas a la hora de examinar las políticas y prácticas que aplican en el ámbito del empoderamiento de las mujeres. (2014).

De forma resumida, estos principios consisten en lo siguiente: promover la igualdad de género desde la dirección al más alto nivel, tratar a todos los hombres y mujeres de forma equitativa en el trabajo; respetar y defender los derechos humanos y la no discriminación, velar por la salud, la seguridad y el bienestar de todos los trabajadores y trabajadoras, promover a cabo prácticas de desarrollo empresarial, cadena de suministros y mercadotecnia a favor del empoderamiento de las mujeres, promover la igualdad mediante iniciativas comunitarias y conferencias evaluar y difundir los progresos realizados a favor de la igualdad de género.

Los principios para el empoderamiento de las mujeres, que se presentaron en 2010 en ocasión del Día Internacional de la Mujer, constituyen una adaptación de los Calvert Women`s Principles (principios Calvert para las Mujeres), originalmente elaborados en colaboración con UNICEF (hoy ONU mujeres) y publicaciones en 2004 como el primer código de conducta empresarial mundial centrado exclusivamente en el empoderamiento, el progreso y la inversión en las mujeres de todo el mundo.

CAPÍTULO 4

RECONSTRUCCIÓN DE LA EXPERIENCIA

Este capítulo presenta la reconstrucción del proceso vivido durante la experiencia llevado a cabo en la aldea Santa Rita, municipio de la Esperanza, Quetzaltenango.

Esta fase fue llevada a cabo en las instalaciones de La Municipalidad de La Esperanza, departamento de Quetzaltenango, específicamente en la Oficina Municipal de la Mujer -OMM-. En donde la estudiante de Trabajo Social fue asignada.

Después de ello se dio a conocer a la coordinadora de la -OMM- las funciones y responsabilidades académicas y pre-profesionales de la practicante a través de la supervisoras del área de occidente de la Universidad de San Carlos de Guatemala. Siendo las funciones de la estudiante la realización de perfiles de proyectos, ejecución y evaluación de proyectos, planificación, organización, coordinación y gestión.

Según la investigación diagnóstica realizada en la aldea se detectó la poca participación de las mujeres por lo que a través de la coordinadora de la -OMM- las funciones más relevantes serían las siguientes; organizar, planificar, y capacitar a las mujeres sobre empoderamiento que permitiera contribuir a las necesidades y a generar espacios de participación de las mismas en la aldea Santa Rita, municipio de La Esperanza.

Es por ello que a través de la coordinadora de la OMM- la sra. Evelyn Maritza Rodas Soto, la estudiante dio a conocer su plan de trabajo a las promotoras de la aldea, autoridades locales y, posterior a ello ante toda la población.

Investigación diagnóstica

Después de lo anteriormente descrito se da la tarea de reconocer el lugar en donde se realizaría la experiencia, siendo este la aldea Santa Rita, ubicada en el municipio de la Esperanza, departamento de Quetzaltenango. Y posteriormente del reconocimiento del lugar se dio paso a detectar a los líderes comunitarios de la aldea.

En este proceso y a través de la investigación diagnóstica se pudo conocer la cantidad de mujeres que existía en ese lugar, así como el nivel de participación que estas tenían dentro de la aldea y en el comité comunitario de desarrollo. Pudiendo detectar que las mujeres cuentan con muy poca participación.

Proceso de capacitación y empoderamiento de las mujeres

Reunión 1

Objetivo 1 planificar el proyecto a realizar con las mujeres de acuerdo a los temas manifestados por las mismas.

Objetivo 2 Presentar el proyecto de organización y empoderamiento de las mujeres en la aldea Santa Rita.

La coordinadora de la –OMM-, convoca a una reunión a las lideresas de la aldea para presentar a la estudiante de Trabajo Social. Se da inicio con la bienvenida y con la realización de una técnica rompe hielo, permitiendo de esta manera la integración de todas las mujeres a la actividad y así crear un ambiente de confianza en donde se conoció el nombre de cada una de ellas.

Después de ello la coordinadora prosigue informándoles a las lideresas de la comunidad que la estudiante trabajará con ellas durante los meses de febrero a noviembre. Dejando en el uso de la palabra a la estudiante.

Después de unas palabras de presentación se dio paso a la explicación del porqué de la presencia de la estudiante Trabajo Social (E.T.S) en la comunidad, contando con el apoyo de las promotoras de la aldea y con la practicante del sexto semestre de Trabajo Social de la universidad Mariano Gálvez.

Teniendo un espacio para el planteamiento y disipación de dudas presentadas por las participantes sobre el proyecto dado a conocer. Posterior a ello las mujeres aceptaron y les pareció bastante apropiado los temas a tratar y la manera en que se iban a llevar a cabo cada tema.

Posteriormente a ello se procedió a la presentación del proyecto de empoderamiento que se llevaría a cabo con la participación de las

mujeres de la aldea Santa Rita, proyecto basado en seis capacitaciones que tendría como objetivo el fortalecer a las mujeres en cuanto a su identidad y a que sus decisiones fueran respetadas y tomadas en cuenta dentro de la aldea.

Llegando a la conclusión de que la estudiante de Trabajo Social (E.T.S) se acoplaría al tiempo y a los días de disposición en donde las mujeres pudieran participar, estableciendo los días y los horarios en donde se llevarían a cabo las capacitaciones.

Proceso de capacitación

Reunión 1

Tema organización comunitaria.

Objetivo promover la importancia de la organización para el trabajo comunitaria.

Desarrollo

Se dió inicio con la bienvenida y lectura de la agenda, listado de asistencia y técnica rompehielo "En la selva me encontré un animal particular, la cual se basa en mímicas que las mujeres deben realizar de acuerdo a lo que hace y dice la persona que ejecuta la técnica, logrando de esta manera un ambiente de confianza. Luego de ello se preguntó de manera participativa a las integrantes del grupo que entendían por organización comunitaria y por qué era importante.

Después de conocer la opinión de ellas entre las cuales se puede mencionar las siguientes; " la organización sirve para lograr un objetivo", "si las personas no se organizan es más difícil lograr algo", después de ello se dio paso a la presentación de diapositivas que contenían lo siguiente; Qué es organización comunitaria, cuál es su importancia, los tipos de organización existentes, y recalcando que la organización es de mucha importancia ya que esta permite a la población modificar su entorno a través de procesos de desarrollo que involucre a toda la población en la creación de proyectos sociales que beneficien a toda la comunidad.

Posterior a ello se resolvieron las dudas que se presentaron por medio de las integrantes y se dio paso a la técnica de evaluación, la cual consistió en pasar tarjetas de tres colores (amarillo, blanco y rosado) a cada integrante, para que se ubicaran en grupos según el color de tarjeta y así discutir y analizar que entendieron por organización comunitaria y tres beneficios que según ellas podían tener las personas al estar organizadas, concluyendo que los principales eran: 1) lograr que las autoridades de la aldea en este caso el alcalde auxiliar y el Comité Comunitario de Desarrollo mostraran más interés en sus necesidades 2) lograr más beneficios en cuanto apoyo de la municipalidad y de organizaciones como el Ministerio de Agronomía, Ganadería y Alimentación -MAGA- debido a que esta institución también trabaja con ellas.

Reunión 2

Tema: autoestima.

Objetivo: organizar al grupo de mujeres por medio de una Junta directiva además del desarrollo del tema sobre autoestima.

Desarrollo

Se inició la reunión dando la bienvenida, lectura y aprobación de la agenda, listado de asistencia y técnica rompehielo, "el mango", esta técnica consta de realizar lo que la ejecutara de la misma valla haciendo por el periodo de minuto y medio, logrando de esta manera que todas las mujeres presenten participen de manera dinámica. Inmediatamente se procedió a conformar la junta directiva del grupo dado la importancia que le dieron las mujeres al tema de organización comunitaria, en donde las mismas señoras propusieron a las personas que ellas creían podían ser candidatas a formar el grupo que las representaría, quedando conformado de la siguiente manera: 1) Sra. Hortensia González – presidenta- 2) Sra. Florinda Hernández -vicepresidenta- 3) Sra. Micaela Sac –Secretaria- 4) Sra. Petronila Sac –Tesorera- 5) Sra. Elsy González –Vocal-, después de ellos de manera consensuada se le proporcionó un nombre al grupo siendo este "Emprendedoras".

Seguidamente se dió paso a desarrollar el tema de autoestima siendo este importante para el empoderamiento de las mujeres, teniendo como

concepto principal el siguiente; "autoestima es el conjunto de experiencias subjetivas y de práctica de vida que cada persona experimenta y realiza sobre sí misma.", sabiendo que el principal amor de una mujer es el amor propio, entendiendo este como el respeto de uno mismo, la capacidad de alcanzar sueños y anhelos, y de cuidar nuestra integridad como seres humanos, como esposa, como madre, como hija, etc.

Por tal razón se hizo uso de la técnica "escudo de armas", teniendo esta como objetivo principal que las participantes se autoevaluaran sobre el aquí y el ahora, conforme al yo profundo. La cual contenía las siguientes preguntas: ¿quién soy?, ¿cuál ha sido mi mayor logro?, ¿qué es lo que me gustaría que todo el mundo me diera?, ¿Cuál ha sido mi mayor falla?, ¿qué haría si me faltara un año de vida y tuviera garantizado el éxito en lo que yo emprendiera?, Tres cosas que me gustaría que la gente dijera de mí, si hoy muriera.

Durante la aplicación de la técnica se pudo observar que el mayor número de mujeres tuvo problemas para responder la primera pregunta ¿quién soy?, esto debido a que las féminas no tienen claro su identidad y su valor como persona. Por lo tanto después de concluida la técnica se procedió a que de manera participativa tres personas compartieran sus respuestas, y como evaluación final se reflexionó y concientizo a las mujeres sobre su valor como seres humanos. En donde también las personas participantes compartieron la importancia de estas actividades para su desarrollo individual y emocional.

Además a manera de motivación se les planteo el proyecto de huertos familiares para que ellas fueran capaces de producir productos que les ayudara en su economía, y en su alimentación cultivando sus propias hortalizas como, acelga, remolacha, cilantro, rábano, y sobre oficio que ellas quisieran seguir como manualidades, croché, cocina entre otros talleres que fueran de su interés, llegando a un acuerdo de que después de las capacitaciones ellas recibirían cocina y también estuvieron de acuerdo con el planteamiento de los huertos familiares.

Obteniendo el apoyo de un Ingeniero agrónomo y con una técnico en cocina.

Teniendo el proyecto de huertos familiares como principal objetivo: Realizar huertos familiares con los pobladores de la aldea Santa Rita,

para contribuir a la seguridad alimentaria de las diversas familias que conforman la comunidad y de esta manera que puedan mejorar sus ingresos económicos y su calidad de vida. Ejecutado únicamente por mujeres.

Reunión 3

Como parte del empoderamiento y a petición de la coordinadora de la Oficina Municipal de la Mujer se capacitó a las señoras del grupo "emprendedora" en el tema siguiente.

Tema violencia intrafamiliar.

Objetivo socializar el tema de violencia intrafamiliar para que las mujeres conocieran los tipos que existen y así mismo brindarles las herramientas necesarias para contrarrestarla.

Desarrollo

Se dio inicio con la bienvenida lectura y aprobación de la agenda, listado de asistencia, y con la técnica "el semáforo", esta técnica se realiza a través de tres colores, rojo, amarillo y verde, logrando que las personas además de la distracción que causa el cambiar de color de manera desordenada puedan prestar atención y enfocarse en lo que realizan. Para después continuar con la repartición de tarjetitas en donde cada integrante del grupo tenía que escribir que entendía por violencia intrafamiliar y que tipo de violencia según ellas existía.

Después de la socialización de lo que había escrito en las tarjetitas y dado a compartir sobre violencia intrafamiliar se les explicó que es violencia, y debido a que este temas es muy extenso se presentó la manera más fácil para impartirlo haciendo uso de papelografo y diapositivas.

Explicando que la violencia intrafamiliar no siempre resulta fácil de definir o reconocer. Ya que esta se presenta como uso deliberado de la fuerza para controlar o manipular a la pareja, la cual surge a través del abuso psicológico, sexual o físico habitual. El cual sucede entre personas relacionas de manera afectiva, como marido y mujer o adultos contra los menores que viven en un mismo hogar.

También se trataron temas como los tipos de violencia intrafamiliar existentes hoy en día, factores de la violencia intrafamiliar, efectos de violencia intrafamiliar entre otros. Todo esto de manera concreta tratando de que las personas pudieran comprender de la mejor manera este tema desarrollado y que a la misma vez pudieran identificar si estaban sufriendo o alguna vez habían pasado por eso en su hogar o con su cónyuge, sus hijos o algún familiar cercano a ellas.

Debido a lo extenso del tema se concluyó que se daría otra capacitación sobre el mismo. Y para poder evaluar lo que se había comprendido y lo que estaba inconcluso se realizó la técnica de la pelota preguntona, sabiendo de esta manera lo que se comprendió mediante las respuestas dadas por las participantes, en donde también las mismas mujeres dieron ejemplos de lo que era violencia y compartieron algunos testimonios de amigas cercanas que habían atravesado por esta etapa.

Finalizando con el agradecimiento por su asistencia y participación.

Reunión 4

Tema: *violencia Intrafamiliar segunda parte.*

Objetivo: capacitar a las mujeres sobre el tema de violencia intrafamiliar y las rutas de denuncia.

Desarrollo

Se inició la reunión con la bienvenida, lectura de la agenda, técnica rompehielo "el piojo Juancho", esta técnica trata de romper el hielo y que las personas después de un periodo de conocerse puedan mantener al armonía la confianza entre el grupo. Después de ello se realizó una retroalimentación de tema anterior para saber el nivel de comprensión de las mujeres sobre el tema de violencia intrafamiliar.

Después de ello se continuó con la segunda parte de violencia intrafamiliar hablando sobre el círculo de la misma, teniendo este como dinámica principal un ciclo interminable que pasa por tres fases, las que difieren en duración según los casos. En donde es importante aclarar que el agresor no se detiene por sí solo. Si la pareja permanece junto a él, el ciclo va a comenzar una y otra vez y cada vez será con más

violencia. Siendo la primera fase la acumulación de tensión por parte del agresor, segunda fase episodio agudo de violencia, etapa de calma, arrepentimiento o luna de miel.

Dentro del tema de violencia intrafamiliar es importante que las mujeres conozcan estas fases. Y se concientizó para que ellas sepan que nadie las puede agredir ni a ellas ni a sus hijos, que existen instancias y leyes que las protegen siempre y cuando ellas acepten que están pasando por ello y que no están dispuestas a soportarlo más.

Dentro de este temas también se mencionaron las características que presenta un agresor de manera esporádica siendo estos: Pit bull y Cobra

Para finalizar el tema se habló sobre las características que presenta una mujer que ha sido violentada de manera psicológica, verbal, físico, afectiva o emocionalmente. Hablando también sobre los mitos y realidades de la violencia ejercida en la mujer.

Finalizando y para sensibilizar a las mujeres sobre lo importante de denunciar la violencia intrafamiliar se llevó la lectura de una carta que se titula si recibo flores hoy, la cual trata sobre la importancia de que las mujeres no permitan que su cónyuge abuse de ella de cualquier manera.

Reunión 5

Tema derechos de las mujeres.

Objetivo *informar a las mujeres sobre cuáles eran sus derechos y la importancia de ellos.*

Desarrollo

Se dio como inicio de la reunión la bienvenida, lectura de la agenda, listado de asistencia y la aplicación de la técnica rompehielo "sansón, dalia y el león", esta técnica se basa en la competencia y observar quien de las personas participantes logran sentirse bien dando su mejor esfuerzo.

Para el desarrollo de este tema se les pidió a las mujeres que se reunieran en grupos de 3 personas para que hicieran mención de tres

derechos que tenían las mujeres como seres humanos, y que explicara el por qué era importante conocerlo. Obteniendo la respuesta de que los seres humanos tenemos derecho a la vida, a la educación, a la salud, a una vivienda digna, a una familia, etc.

Se prosiguió con el desarrollo del tema sobre los derechos de las mujeres, haciendo énfasis en los derechos humanos y continuando con algunos de los derechos con los que cuentan las mujeres en Guatemala, explicando que todos los seres humanos los cuales son principios básicos, únicos e irrenunciables que pertenecen al ser humanos por el simple hecho de ser humano.

Enfocados principalmente en: derechos de la libre violencia; sexual, física y psicológica, no a la prostitución, no a la violencia intrafamiliar, en los ámbitos privados y públicos, derechos cívico-político; derecho a elegir y ser electas, a desempeñar cargos públicos, a participar en organización, derechos económico; a la vivienda, a las mismas posibilidades de trabajo que un hombre, al mismo salario, a no tener que soportar ningún tipo de acoso, derecho social; a tener los mismos derechos que los hombre en cuanto a salud, educación y vivienda, derecho cultural; tener identidad, una vida libre de prejuicios y discriminación religiosa o lingüística y derecho sexual; a la orientación sexual, elegir cuantos hijos tener, cuándo y con quién, conocer que métodos de planificación familiar existen.

Por tal motivo se les proporciona una lista de las instituciones existentes en el departamento de Quetzaltenango a las cuales ellas podían asistir en cualquier momento en que quisieran ayuda y en el momento en donde se vieran violentados sus derechos como mujeres siendo estos, fundación Myrna Mack, procuraduría de los derechos humanos (PDH) asociación de mujeres de Occidente IXQUIC, Asociación de mujeres tejedoras de desarrollo (AMUTED), Secretaria Presidencial de la Mujer (SEPREM).

Culminando con las capacitaciones y citándolas para la última reunión en donde se realizaría la clausura del grupo mediante una convivencia armoniosa y agradeciendo su participación y la asistencia a los cursos de cocina y al interés mostrado en la realización del proyecto de huertos familiares.

Reunión 6

La clausura de las capacitaciones se dió bajo los lineamientos de la Oficina de la Mujer puesto que esta trabajo con las mujeres a partir del mes de febrero y finaliza en el mes de Noviembre. Motivo por el cual la pre-profesional de Trabajo Social culmino los talleres de empoderamiento tocando temas relevantes y de importancia para las mujeres.

La reunión dió inicio con palabras de bienvenida por parte de la estudiante de Trabajo Social, lectura de la agenda listado de asistencia además del desarrollo de juegos y varias técnicas de participación.

Obteniendo como principal resultado la concientización del grupo de mujeres "emprendedoras" sobre temas de beneficio, además de brindarles las herramientas necesarias para que puedan por si mismas obtener un desarrollo individual, familiar y comunitario.

Como clausura se gestionó ante el Banco de Desarrollo Rural gabachas para que las señoras tuvieran de recuerdo del curso de cocina que recibieron, obteniendo como resultado la satisfacción de los temas impartidos, del proyecto de huertos familiares y del curso de cocina.

Se concluyó la actividad con palabras de agradecimiento por parte de la estudiante Trabajo Social, con fotografías y con una pequeña refacción.

Evaluación

Se llevó de manera constante mediante la evaluación del cumplimiento de los objetivos, metas y funcionalidad de la metodología aplicada, además de los recursos contemplados en el plan de trabajo con la participación de los líderes comunitarios y el grupo de mujeres "Emprendedoras".

Por medio de instrumentos que permitieran medir si el proyecto estaba siendo funcional y que ajustes se debían de realizar.

CAPÍTULO 5 REFLEXIONES DE FONDO

Para realizar este capítulo es necesario hacer una reflexión profunda de toda la experiencia vivida, tomando en cuenta el eje que ha guiado todo el proceso de sistematización además de la metodología aplicada en cuanto al empoderamiento de las mujeres.

En el desarrollo de la experiencia es valioso mencionar que es necesario que las mujeres estén organizadas y que cuenten con una junta directiva que las represente y vele por sus intereses ante las autoridades locales, esto con la intención que sean tomadas en cuenta y que sus opiniones sean valiosas para el desarrollo de la comunidad, debido a que en la aldea las mujeres sobrepasan al número de hombres. Y a pesar de ello se evidencia que no existe ninguna organización comunitaria que incluya a la mujer.

Durante el desarrollo del proyecto de empoderamiento las mujeres buscan fortalecer su conocimiento por medio de capacitaciones constantes que les permitiera formarse intelectualmente y que pudieran conocer sus derechos y sus obligaciones como seres humanos. Logrando de esta manera que ellas pudieran participar en la toma de decisiones que involucrara el desarrollo de la dejando claro que la mujer no es capaz únicamente de velar por el bienestar de su familia sino que es de la misma manera útil para velar por el beneficio de su comunidad haciendo uso de sus habilidades y destrezas.

Con el proceso se buscó el empoderamiento de las mujeres siendo ellas los principales actores que rompan brechas de género. Esto debido a que la sociedad guatemalteca durante años ha menospreciado no solo el valor de la mujer sino que ha puesto en tela de juicio su capacidad de poder, dominio, autoridad y participación en la toma de decisiones, dejando a la mujer recluida únicamente en los quehaceres del hogar y responsabilizándola de la educación de sus hijos. Por lo cual a través de temas como derechos de las mujeres, autoestima, etc. Se busca que la mujer sea capaz de abrir espacios de participación para ella en donde sea tomada y valorada de manera equitativa con el hombre.

Es importante mencionar que existen varias instituciones que están dispuestas a ayudar a las mujeres en su superación personal, familiar, laboral y comunitaria, dándoles la importancia que, durante mucho tiempo se les ha negado. Instituciones que buscan que la mujer salga del entorno en el que ha estado sumergida y dormida durante mucho tiempo, una de ellas es la Asociación de Mujeres Tejedoras de Desarrollo –AMUTED-, por lo que se puede seguir fortaleciendo el saber de las mujeres autónomas, incluyente, empoderada para mejorar la calidad de vida de las mujeres del área rural y urbana específicamente del Occidente de Guatemala. Otra de las instituciones que apoya el fortalecimiento de las mujeres es la Defensoría de la mujer indígena, la cual tiene como objetivo principal diseñar, coordinar y ejecutar programas educativos de formación, divulgación e investigación en materia de derechos de las mujeres indígenas. Al igual que ellas existen más instituciones que apoyan a la mujer para su desarrollo.

A lo largo de todo el proceso de la experiencia vivida se puede decir que hubo logros significativos así como limitantes que en un determinado momento obstaculizaron el proceso. Dentro de los logros obtenidos se pueden mencionar los siguientes: 1) Concientizar a las mujeres sobre la importancia de la organización y empoderamiento como mujeres 2) la organización del grupo de mujeres mediante el establecimiento de una junta directiva, 3) Empoderar a las mujeres en diversos temas que les brindaran las herramientas necesarias para su participación en espacios públicos y privados entre otros.

El rol de la profesional de Trabajo Social es muy importante ya que es orientadora, facilitadora y brinda acompañamiento en los procesos de formación, organización y planificación al grupo de mujeres de la aldea y de este modo contribuye al desarrollo de la comunidad. Así mismo permitir que los procesos vayan más allá de una práctica rutinaria en donde únicamente se le brinda a las personas acciones paliativas, para la resolución de sus demandas y necesidades.

CAPÍTULO 6

LECCIONES APRENDIDAS

Como seguimiento de las reflexiones en el capítulo anterior, se muestran los aprendizajes obtenidos en la experiencia que permitan fundamentar una propuesta de cambio significativo para las mujeres.

Es gratificante el poder en reafirmar la pasión por el Trabajo Social durante la realización de la experiencia, permitiendo el proceso vivido entender que existe muchas necesidades, que no se pueden resolver sino es mediante la intervención de una trabajadora social que esté dispuesta a orientar a las personas y sobre todo ser partícipe de los procesos de cambio que se pueden generar en la comunidad mediante su intervención.

Para promover el empoderamiento de las mujeres en esta experiencia se comprobó que es necesario orientar a las personas en temas de identidad, autoestima, conocimiento de sus derechos como seres humanos para que a través de estos temas ellas pueden ser capaces de transformas su realidad por medio de su accionar.

Es necesario sensibilizar a toda la población hombres, mujeres, tercera edad, niños y adolescentes para que conozcan la importancia de la organización, empoderamiento, práctica de valores, solidaridad y participación activa. Para que mediante su participación, ellos se logren un verdadero desarrollo dentro de la aldea, que contribuya a mejorar su vida individual, familiar y comunitaria.

Para poder trabajar con las personas es necesario que las estudiantes de Trabajo Social se autoformen y se sensibilicen llevando la teoría a la práctica, teniendo como objetivo el ser orientadora, mediadora y facilitadora, buscando juntamente con la población, alternativas de solución a las problemáticas existentes en la comunidad.

Con esta experiencia se pudo comprobar que la utilización de técnicas participativas, son esenciales durante todo el proceso vivido y favorecen la integración y confianza de las personas con las que se está trabajando, sin embargo es necesario ampliar las técnicas en cada proceso vivido de manera que se adecuen a lo que se está realizando.

Para finalizar se puede decir que el trabajador social debe de crear un ambiente de armonía, respeto y confianza con el grupo de trabajo, puesto que esto es importante para que se alcancen resultados positivos y que se pueda lograr un impacto en beneficio del desarrollo de la comunidad.

CAPÍTULO 7 COMUNICACIÓN DE APRENDIZAJES

Este capítulo pretende dar continuidad al empoderamiento de las mujeres, siendo un tema de bastante importancia e interés en el involucramiento y formación de las mismas. Por lo cual se realizará a través de un proyecto, como propuesta de cambio el cual podrán seguir las autoridades locales y la Oficina Municipal de la Mujer, esperando que sea de ayuda para las mismas.

7.1 Nombre del proyecto empoderamiento de las mujeres para identidad y fortalecimiento personal para su participación dentro de la aldea Santa Rita, municipio de la Esperanza, Quetzaltenango.

7.2 Justificación

La participación comunitaria es muy importante ya que a través de ella, la comunidad puede crear alternativas de solución que les permita cubrir sus necesidades, individuales, familiares y comunitarias, mediante la toma de decisiones, logrando de esta manera el desarrollo de todos los habitantes de la misma.

Es por ello que el empoderamiento en las mujeres es de suma importancia debido a los diversos roles que esta tiene dentro de la sociedad. Significando el empoderamiento de acuerdo a la Sociología estadounidense que lo identifica como “un proceso por medio del cual las mujeres incrementan su capacidad de configurar sus propias vidas y su entorno, una evolución en la concientización de las mujeres sobre sí mismas, en su estatus y en su eficacia en las interacciones sociales ” Santisteban (2013, p.140).

Motivo por el cual se pretende empoderar a la mujer abordando cuatro temas principales siendo estos; género, ciudadanía, derechos humanos, derechos de mujer, autoestima. Considerando estos como principales, haciendo la salvedad de que es un tema bastante completo por lo cual existe el involucramiento de muchos otros temas que puedan complementar la formación de las mujeres.

7.3 Objetivo general

Propiciar el empoderamiento en las mujeres para fortalecer su formación, a través de capacitaciones constante que les permita un cambio significativo y que aumente su participación en la sociedad.

7.3.1 Objetivos específicos

Concientizar a las mujeres en cuanto a su subordinación y la toma de confianza en sí mismas.

Lograr que las mujeres sean autónomas y puedan ser capaces de tomar decisiones sobre su vida personal, familiar y comunitaria.

Sensibilizar a la población en cuanto a su importancia como mujer y como ciudadana.

7.4 Metas

Lograr la participación activa del 80% de las mujeres de la aldea Santa Rita.

Involucrar a las autoridades locales.

Realizar cada taller en dos sesiones

7.5 Beneficiarios

Todas la mujeres existentes en la aldea Santa Rita, debido a que son las actoras principales el todo el proceso del proyecto, (ejecución y evaluación).

7.6 Metodología

Para el empoderamiento de las mujeres se hará uso de la metodología participativa; siendo esta una forma de concebir y abordar los procesos de enseñanza aprendizaje y construcción del conocimiento, concibiendo a los participantes en todos los procesos como agentes activos en la construcción y reconstrucción del conocimiento.

Las características de la metodología son:

Lúdica; a través del juego impulsa el aprendizaje, Interactiva; se promueve el dialogo y la discusión de los participantes con el objetivo de que se confronten ideas en un ambientes de respeto y tolerancia. Creativa y flexible; no responde a modelos rígidos y autoritarios. Fomenta la conciencia grupal; fortalece la cohesión grupal fomentando en los miembros del grupo un fuerte sentimiento de pertinencia. Establece el flujo teoría-práctica; posibilita la reflexión individual y colectiva de la realidad cotidiana para volver a ella con una práctica enriquecida por la teoría y la reflexión.

Utilizándola en cada fase del proyecto para que las mujeres sean capaces de participar, analizar, criticar y reflexionar sobre cada tema impartido y así poder construir sus propios conceptos de los temas impartidos.

7.7 Facilitadora

Estudiante de la carrera de Trabajo Social de la Universidad de San Carlos de Guatemala.

7.8 Organización de actores

Los talleres se formaran de acuerdo al número de mujeres asistentes a la reunión.

7.9 Temporalidad

El proyecto a ejecutarse tendrá una duración de 3 meses.

7.10 Desarrollo de los talleres

Cada taller se realizará mediante dos sesiones por tema, desarrollados de la siguiente manera.

Taller 1

Tema Género

Sesión 1

Objetivo sensibilizar a las mujeres sobre la importancia que tiene el saber quiénes somos, a donde vamos y qué queremos cambiar.

Presentación de la coordinadora, bienvenida, lectura y aprobación de la agenda.

Actividad Juego de nombres

Objetivos

- Que los participantes se conozcan entre sí.
- Crear un entorno de trabajo seguro.
- Reconocer los temores y las esperanzas del grupo en relación con los talleres.

Materiales: rotafolio, papel y marcadores, cinta roja grande, hojas en blanco bond, hojas de periódico (el número de hojas será la mitad del número de participantes).

Desarrollo

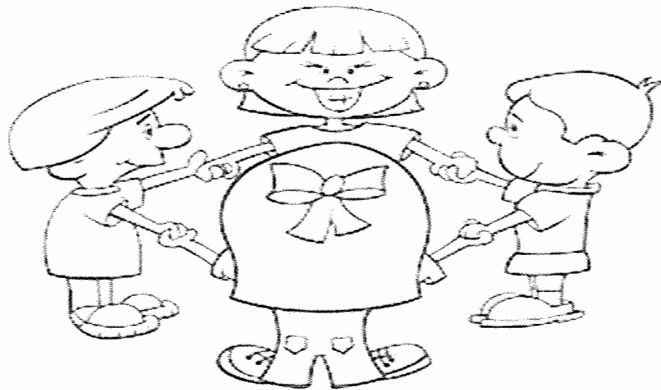
Recorrer el círculo pidiendo que cada participante diga tres cosas sobre sí misma, sobre los siguientes temas: a) trabajo b) intereses c) algo interesante. Cuando las participantes hayan terminado, el coordinador pedirá que se coloquen en círculo por el orden alfabético de sus nombres.

Cada participante pronuncia su nombre. Todo el grupo lo repite. Se repite este proceso hasta que todo el grupo conozca todos los nombres. Se vuelve a recorrer el círculo con todo el grupo gritando los nombres por orden alfabético, pero ahora la persona en cuestión no se presenta. Se pide a las participantes que vuelvan a formar un círculo, pero ahora

no tienen que tener a su lado a nadie que tuvieran anteriormente. El grupo ya no estará colocado por orden alfabético.

Se recorre el círculo por última vez. El grupo grita el nombre de cada participante, pero ésta no se presenta.

Presentación de la coordinadora y los participantes utilizando la técnica "Conociéndonos", la cual consiste en formar dos círculos uno adentro del otro, ambos girando en la dirección contraria y al momento en que la facilitadora lo indique las personas quedan frente a frente durante un minuto y se hacen preguntas como: como soy, que me gusta, mis debilidades, etc.



Después se procederá a que las participantes examinaran su propia interpretación de género, cuestionarán opiniones sobre la interpretación del género, analizarán los conceptos de estereotipos, prejuicios y poder y su relación con la violencia contra las mujeres. Estableciendo la diferencia entre la discriminación por motivos de género y la violencia contra las mujeres.

Se finalizará con la técnica paseo de género

Se esparcen hojas de periódico aleatoriamente por el suelo del salón. Se explica a las participantes que cuando el coordinador grite: "andar" deben caminar por la habitación lo más rápido posible sin chocar con nadie. Cuando el coordinador grite: "persona a persona", deben colocarse encima de una hoja de periódico, sólo pueden colocarse dos personas en una hoja de periódico cada vez.

Se explica que el coordinador dirá una frase que la pareja en cuestión puede comentar durante un máximo de dos minutos. Transcurridos los dos minutos volverá a gritar: "Andar", y ellos caminarán de nuevo por la habitación hasta que grite: "Persona a persona" y diga la segunda frase, y así sucesivamente.

Se les pide que deambulen por la habitación y diga las siguientes frases de una en una. Frases utilizadas: a) Algo característico de mi género que me gusta hacer, b) Algo característico de mi género que no me gusta hacer, c) Algo no característico de mi género que me gusta hacer. D) Algo no característico de mi género que me gustaría hacer sin que se me censurara, e. Algo que espero que suceda en el curso de la serie de talleres.

Una vez enunciadas y comentadas todas las frases, se pide a las participantes que formen grupos de cinco personas. Entregue a cada grupo una hoja grande de papel. Se pide a las personas de cada grupo que escriban en la hoja de papel algunas de las esperanzas relativas al taller suscitadas durante la actividad de debate. Se recompone el grupo y se pone en común algunas de las esperanzas de los y las participantes.

Sesión 2

Presentación de la coordinadora, bienvenida, lectura y aprobación de la agenda.

Objetivo identificar las diferencias establecidas en la sociedad entre hombres y mujeres.

Actividad se desarrollara a través de la realización de una técnica llamada escena fija.

Objetivos

- Comprender la naturaleza diversa de la identidad.
- Comprender que la identidad es una creación de la sociedad.
- Comprender que las diferencias pueden servir de base para la discriminación.

Materiales rotafolio, palelografos, marcadores, 3 pétalos recortados para cada participante, Una flor para cada participante.

Se pide a las participantes que se presten a contar a sus grupos una historia de un momento en que se sintieron discriminadas a causa de un rasgo de identidad expresado en sus flores. No debe forzarse a ninguna persona a contarla si no se siente cómoda.

Cuando hayan contado sus historias, se les pide que elijan una para nárrenselas al resto del grupo.

Una vez que el grupo haya seleccionado su historia, se les pide que *compongan una escena fija para representarla*. La participante que conto la historia será la encargada de diseñar la escena y debe incluirse en ella, pero sin representar su papel.

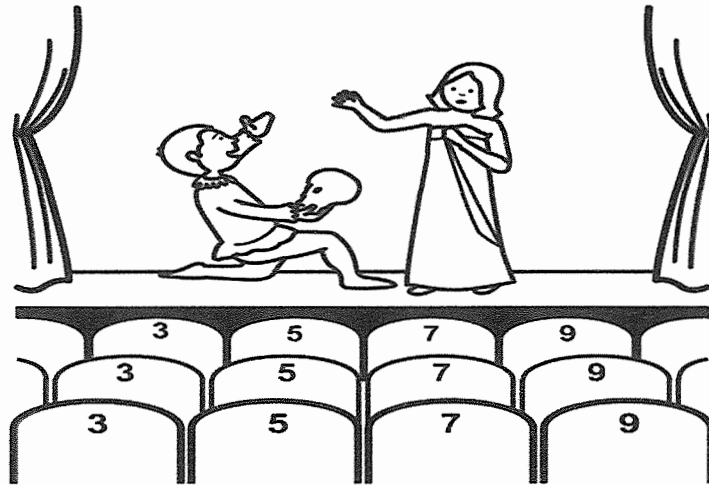
Una vez que los grupos estén satisfechos con su escena, se explica que contará hacia atrás de 5 a 1, y que cuando llegue al 1 el grupo se quedará formando una escena inmóvil. A continuación formulará una serie de preguntas para que las respondan los otros grupos mientras el grupo que compone la escena permanece inmóvil.

El facilitar cuenta hacia atrás de 5 a 1. Una vez que el grupo quede inmóvil, se hacen algunas preguntas (a continuación se incluyen ejemplos): ¿qué ven?, ¿a quién se está discriminando?, ¿por qué?, ¿cómo se siente?, ¿quién ejerce la opresión? , ¿cómo se siente?, ¿cuáles son las reacciones de los otros personajes o espectadores de la escena?, ¿cuáles son los sentimientos de los otros personajes o espectadores de la escena?

Una vez que se haya observado la escena con detenimiento, dé las gracias a los y las participantes y pídales que se relajen y se sienten. Dígales que podrán hablar sobre su escena en el debate que tendrá lugar cuando se hayan expuesto todas las escenas

Se repite el proceso con el resto de las escenas y se recompone el grupo general, para después iniciar un debate sobre los siguientes puntos: ¿hemos captado con exactitud las historias presentadas?, ¿en qué escenas la opresión procedía de prejuicios personales y en cuáles

de prejuicios institucionalizados?, ¿existen diferencias? , ¿cuál es la importancia del concepto de poder en cada una de las situaciones?



Se procederá abordando el tema de las desigualdades de género que más se presenta en la sociedad tales como: androcentrismo siendo este el pensamiento que pone al hombre como centro del universo, como medida de todas las cosas, mitos del androcentrismo; sexismo en el lenguaje y perspectivas de género permitiendo analizar y comprender las características que definen a las mujeres y a los hombres, así como sus semejanzas y diferencias. Se resolverán dudas y se pasara una boleta de evaluación.

Finalizando la sesión explicando

- Que el concepto de poder es indispensable a las nociones de discriminación y opresión. El poder permite que unas personas opriman a otras; mediante esa opresión de los otros el opresor siente a su vez más sensación de poder.
- Para poner fin a la opresión es necesario que las personas que ocupan puestos de autoridad cuestionen y redefinan su posición personal de poder o renuncien a ella.

- La discriminación contra las mujeres procede en gran medida de las relaciones desiguales de poder entre mujeres y hombres. La discriminación es una causa fundamental de la violencia de género.

Taller 2

Tema Derechos humanos

Sesión 1

Objetivo, sensibilizar a la población para que conozcan sus derechos como seres humanos y como mujeres a través de la Declaración Universal de Derechos Humanos.

Presentación de la coordinadora, bienvenida, lectura y aprobación de la agenda, listado de asistencia.

Actividad desarrollo de la técnica llamada necesidades básicas.

Objetivo las participantes deberán adquirir la comprensión de los siguientes elementos, las necesidades humanas básicas, cada *necesidad humana* ésta unida a uno de los derechos definidos en la Declaración Universal de Derechos Humanos, nuestra sociedad no permite la dignidad humana plena sí no son satisfechas las necesidades humanas básicas y no son respetados los derechos humanos.

Materiales declaración de los derechos humanos, una madeja de lana, tarjetas con necesidades humanas básicas y artículos de los derechos humanos.

Desarrollo

Fase individual: se pide a cada participante que escriba en una hoja de papel cuáles son sus cinco necesidades humanas básicas sin las cuales no podría vivir o realizarse como persona. Estas cinco necesidades deberá ordenarlas en escalera de mayor a menos importancia y en sentido ascendente.

Fase grupal: las participantes se dividen en grupos de cinco miembros y elegirán un portavoz. Cada participante presenta a los miembros de su

equipo y razona cuáles son sus necesidades humanas básicas. Seguidamente el grupo establecerá una única lista de necesidades básicas de las que informará a todo el salón. El facilitador de la actividad anotará en un papelógrafo la lista de cada equipo e indicará cuáles son los más aceptados. Así como las razones más comunes expuestas por los participantes.

Trabajo con hipótesis, se invitará a los participantes a formar nuevos grupos. Y se les entrega una ficha con una situación límite "En su localidad se alerta sobre un gran desastre natural". Cada uno de los integrantes del grupo puede escoger para sobrevivir 12 cosas o personas. *Han de elegir bien ya que éstas han de serles imprescindibles para una futura vida en la que pueden faltar muchos elementos para satisfacer sus necesidades humanas básicas.* Cada miembro del grupo prepara su lista particular que después en grupo debe reducirse en una lista de seis cosas o personas en las que todos estén de acuerdo. El grupo no podrá finalizar su tarea sin haber consensuado dicha lista.

Posteriormente, los portavoces se sientan adelante de los miembros de su equipo y enfrente del resto de portavoces. La misión de estos es elaborar una sola lista de seis cosas o personas en base a las listas respectivas de cada equipo. Los demás miembros del equipo no pueden hablar, pero pueden pasarles notas a su respectivo portavoz. En el supuesto de que su portavoz no defienda bien los intereses del grupo, aquel miembro que lo estime oportuno puede ocupar su lugar.

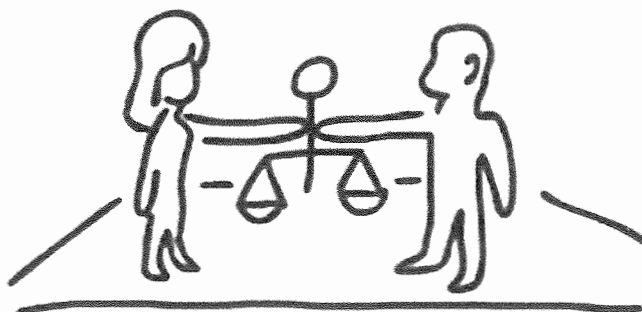
Finalizada esta fase el facilitador de la actividad indicará a los participantes las cosas y personas más generales en las que han coincidido todos los grupos, clasificándolas según hagan referencia a necesidades físicas o psicológicas. El facilitador explicará que las *necesidades humanas básicas están en el centro de los conflictos*, su satisfacción o negación permite la construcción de valores y son la base de la conceptualización de los derechos humanos.

Tejiendo una red: las participantes se agrupan nuevamente de manera que la mitad de los participantes deberán confeccionar tarjetas con tantas necesidades humanas básicas como número de personas se integran a su equipo. La otra mitad también confeccionará tarjetas para cada uno de sus miembros, pero trabajando con la Declaración Universal de los Derechos Humanos popularizada.

Después todas las participantes se dispondrán en círculo de manera que se mezclen aquellos participantes con tarjetas con una bola obtenida enrollando una lana o uno de los participantes con tarjeta de necesidades que deberá relacionarla con un participante que tenga una tarjeta de derechos, lanzándole la madeja de lana previamente anudado el hilo en su muñeca o dedo.

De esta manera tejerán una red de conexiones entre necesidades humanas básicas y derechos humanos. Visualizando esta red, se desenreda la bola formada de lana de modo que junto a cada participante con tarjeta de necesidades quede el correspondiente participante con su tarjeta de derechos. Para finalizar, se sacaran conclusiones en debate libre.

Dando énfasis a la importancia de introducir los derechos humanos en un lenguaje accesible a todos, acercándolos a la experiencia personal y social. Las necesidades humanas básicas se encuentran en la base de esta experiencia correspondiéndole un derecho humano. Por otro lado, se precisa la comprensión de los derechos y deberes como un conjunto de valores, normas y actitudes con una funcionalidad práctica al servir de *elementos reguladores de los conflictos que en toda convivencia se generen*. Por ultimo hay que destacar que la dignidad humana puede definirse como en conjunto de experiencias vitales fruto de situaciones en las que los derechos humanos son protegidos y respetados.



Sesión 2

Presentación de la coordinadora, bienvenida, lectura y aprobación de la agenda, listado de asistencia.

Actividad conociendo mis derechos.

Objetivo clasificar los principios contenidos en la Declaración Universal de los Derechos Humanos en lenguaje simplificado y apreciar su reconocimiento en la práctica diaria.

Materiales video de Derechos Humanos, texto resumido de la Declaración Universal de los Derechos Humanos.

Desarrollo

Primera fase, los participantes se agruparan formando grupos de 5-6 miembros que tratarán de recordar de manera rápida el contenido de la Declaración Universal de los Derechos Humanos. Después el facilitador de la actividad escribirá en una tira de papel continuo el resultado de los grupos.

Segunda fase, el facilitador preparará tarjetas con cada uno de los derechos humanos y distribuirá al azar seis tarjetas a cada uno de los grupos. Cada grupo leerá el contenido de sus tarjetas, ordenándolas por su contenido según hagan referencia a derechos personales, derechos relativos a la familia, derechos necesarios para la convivencia pacífica, derechos que hacen referencia a la organización social o aquellos derechos más generales. Posteriormente cada grupo tratará de justificar su clasificación. *Después fijaran las tarjetas en la pared.*

Tercera fase: se entregará a cada grupo una ficha en la que en cada apartado corresponde situaciones vividas que reflejen el ejercicio o vulneración de derechos. Después se distribuirán diferentes fotografías sobre una mesa, los participantes tomaran aquella que más les interese o llame la atención y tratará de relacionarla con un artículo de los derechos humanos.

Pasado un tiempo, se iniciará una ronda en la que cada cual expondrán las razones de su elección y la justificación de su relación con el artículo

de los Derechos Humanos. Por último, los participantes se agruparan por parejas de acuerdo con los derechos humanos mencionados y cooperativamente redactaran una breve narración basándose en el motivo de la fotografía que leerán más tarde al grupo.

Cuarta fase: derechos humanos: en un debate libre los participantes expresaran sus ideas sobre la importancia que en el mundo actual tienen los derechos humanos. Posteriormente expresaran sus ideas sobre "Declaración de los hechos humanos" debatiendo su contenido con el correspondiente artículo de la Declaración Universal de Naciones Unidas. Para finalizar elaborando un resumen sobre alguno de los hechos que se expone.

Evaluación: se evaluará el grado de conocimiento y comprensión de los Derechos Humanos, así como la participación de los grupos y su juicio sobre el valor de los DUDH en el mundo actual, por medio de un debate a resalirse por grupos.

"Basándose en el conocimiento de los derechos humanos, en la educación humanista, es un estadio que permite romper y facilitar el principio de que los seres humanos tienen la capacidad de conocer la realidad, sino que son capaces de reflexionar de manera crítica y, por consiguiente, de actuar. No se trata tanto de un conocimiento jurídico de los instrumentos internacionales de derechos humano, sino más bien de un conocimiento práctico del ejercicio de los mismos."



Taller 3

Tema derechos de las mujeres.

Sesión 1

Presentación de la coordinadora, bienvenida, lectura y aprobación de la agenda, listado de asistencia.

Actividad: aplicación de la técnica llamada siluetas.

Objetivo

- Visualizar las capacidades y actitudes que otorgamos a hombres y mujeres.

Presentación de la actividad

- Visualizarlo de forma neutra. Es interesante que proyecten en las siluetas la percepción que tiene chicos y chicas para posteriormente analizarlos.

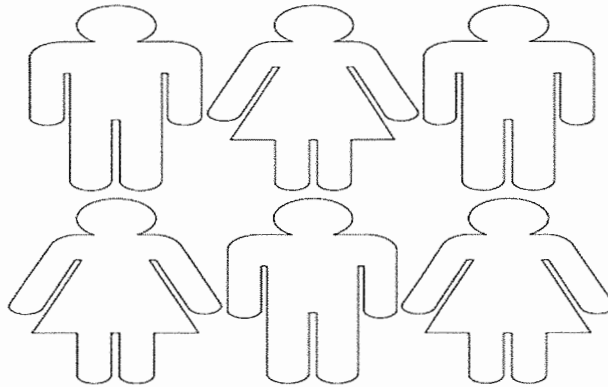
Materiales: marcadores, papelografo, tijeras, goma, revistas

Desarrollo

Organizar grupos de chicas de cinco o seis personas. Repartir a cada grupo, un trozo de papel de dos metros de largo cada uno, tijeras, Pegamento, trozos de revistas. Una persona de cada grupo se deberá poner sobre el papel para poder dibujar su silueta que posteriormente se recortará. En una cara de la silueta se representará a una mujer de la edad de las personas que participan.

Ayudados con trozos de revistas se dibujarán o pegarán las distintas partes del cuerpo. La silueta se completará con mensajes en las distintas partes del cuerpo (cabeza, ojos, corazón, manos, etc.) que especifiquen las características de las mujeres. Cada equipo presentará las siluetas al resto del grupo. Una vez realizadas todas las exposiciones se debatirán las conclusiones.

Evaluación: ¿todos los grupos han opinado lo mismo?, ¿existen diferencias entre hombres y mujeres?, ¿debemos ser diferentes?, ¿Hay cualidades que tradicionalmente se les otorga a las chicas que pueden compartir los chicos?, ¿y al contrario?, ¿es necesario responder a las características que la sociedad en general espera de las mujeres y de los hombres?, ¿qué ocurre cuando alguien no cumple con un perfil clásico?, ¿cómo podemos educar para que cada persona sea ella misma independientemente del rol de mujer u hombre?



“Las mujeres han sido privadas de la igualdad de derechos con el hombre hasta mediados del Siglo XX, en el que en prácticamente en todos los países occidentales, las mujeres conquistan el derecho al voto. A lo largo de la historia y con muy diversas teorías se ha justificado el distinto trato otorgado a los hombres y las mujeres por supuestas diferencias físicas, intelectuales e incluso biológicas. Hoy, desde la perspectiva de género, sabemos que es la educación y el entorno social el que influye en los roles que desempeñamos. Todos y cada uno somos diferentes. Mujeres y hombres podemos desempeñar las mismas tareas ya sea en el ámbito doméstico o en el público.”

Sesión 2

Presentación de la coordinadora, bienvenida, lectura y aprobación de la agenda, listado de asistencia.

Actividad: El trabajo que no se nombra.

Objetivo

- Reconocer y valorar el trabajo no remunerado realizado por las mujeres en el ámbito privado.

Presentación de la actividad:

- Realizar el ejercicio con cierta solemnidad. Como si fuera una ceremonia en recuerdo de las mujeres que han tenido un significado importante en sus vidas, pero cuyo trabajo no ha sido reconocido.

Materiales: marcadores, papelógrafo.

Desarrollo

Sentarse en círculo en el suelo. En el medio del círculo se colocará un papelógrafo que represente al mundo. Individualmente pensarán en alguna mujer cuyo trabajo no haya sido reconocido. La mujer puede ser alguien próximo o una persona que simbólicamente represente a otras mujeres.

Uno a uno, se pondrán de pie y situándose en medio del círculo, dirán el nombre de la mujer a la que quieren rendir homenaje y la razón. Después de darle las gracias escribirán su nombre en el mundo de papel. Una a una irá rindiendo homenaje a una mujer con significado especial. Al terminar se pedirá que una persona voluntaria lea la siguiente poesía:

Amo a las mujeres desde su piel que es mía.
 A la que se rebela y forcejea con la pluma y la voz desenvainada.
 A la que se levanta de noche a ver a su hijo que llora.
 A la que llora por un niño que se ha dormido para siempre.
 A la que lucha enardecida en las montañas.
 A la que trabaja -mal pagada- en la ciudad.
 A la que contenta canta cuando echa tortillas en la pancita caliente del comal.
 A la que camina con el peso de un ser en su vientre enorme y fecundo.
 A Todas amo y me felicito por ser de su especie.

La persona facilitadora realizará una reflexión sobre el trabajo invisible de la mitad de la humanidad.

“Las mujeres del mundo aportan una tercera parte de la fuerza laboral y trabajan las dos terceras partes del total de las horas de trabajo. Sin embargo una parte importante de su actividad al no ser remunerada económicamente y pertenecer al mundo de lo privado, no es reconocida como trabajo. No se suele valorar la dedicación que hacen en la agricultura y ganadería, en el cuidado de la familia, en el hogar, en la educación de los hijos y de las hijas.”



Actividad lema 8 de marzo, la reivindicación por la igualdad de los derechos de las mujeres

Objetivo

- Reflexionar sobre el significado del día 8 de marzo. Reflexionar sobre la situación de discriminación de las mujeres en el acceso y la continuidad de las mujeres en los puestos de trabajo.

Materiales páginas de periódico con ofertas de empleo, tijeras, pegamento

Dividir los grupos, repartir las ofertas de empleo. Cada grupo revisará las características de analizar aquellas donde se solicita que sea hombre o mujer, estudiando desde una posición crítica el cometido del puesto de trabajo y las funciones a desempeñar.

Recordándoles que La Ley de Promoción y Desarrollo Integral de la Mujer, Decreto número 7-99 del Congreso de la República de Guatemala en su artículo No. 3 establece lo siguiente:

Discriminación contra la mujer. Para los efectos de esta ley, se entiende como discriminación contra la mujer, toda distinción, exclusión o restricción basada en el sexo, etnia, edad y religión, entre otros, que tenga por objeto o dé como resultado menoscabar o anular el reconocimiento, goce o Ejercicio de sus derechos sociales e individuales consignados en la Constitución Política de la República y otras leyes, independientemente de su estado civil, sobre la base de igualdad del hombre y la mujer, de los derechos humanos y las libertades fundamentales en las esferas política, laboral, económica, ecológica, social, cultural y civil o en cualquier otra.

El 8 de marzo en la ciudad de Manhattan en 1911 más de un centenar de mujeres, que trabajaban en una empresa textil murieron mientras realizaban una huelga pidiendo más seguridad y mejores condiciones de salud en el lugar de trabajo y protestando por bajos salarios. Los dueños de la fábrica habían cerrado las puertas para que las obreras no pudieran comunicarse con las mujeres sindicalistas.

El edificio ardió convertido en una trampa mortal. Al parecer el incendio fue provocado. Los patrones fueron procesados, pero resultaron absueltos. Se dice que la tela que tejían era violeta, por lo que paso a ser el color del movimiento de mujeres. Este hecho ayudo a sensibilizar y aproximar a las mujeres que desde distintos países reivindicaban los mismos derechos. Año tras año, las mujeres de todo el mundo salen a la calle, para en este día, seguir reivindicando nuevas condiciones para la consecución de una sociedad más equitativa, justa y solidaria.



Taller 4

Tema: autoestima

Es necesario darle continuidad al tema de Autoestima, debido que muchas veces la falta de amor propio en las mujeres obstaculiza su crecimiento intelectual, personal, familiar y espiritual. Olvidando casi por completo su valor como seres humanos.

Sesión 1

Presentación de la coordinadora, bienvenida, lectura y aprobación de la agenda, listado de asistencia. En donde es necesario concientizar a las mujeres acerca de que la autoestima se aprende, cambia y puede mejorar. Una autoestima adecuada, vinculada a un concepto positivo de una misma, potenciará la capacidad para desarrollar habilidades y aumentará el nivel de seguridad personal.

Para ello la forma en que las personas se perciben y se sienten tiene que cambiar, y este cambio afectará al resto de las áreas de la vida, aportando una sensación de bienestar.

Las creencias irracionales aprendidas acerca de cómo debe comportarse una mujer, repercuten en el pensamiento que tienen sobre sí mismas y en la valoración de todo lo que hacen, además de generar una carga adicional de ansiedad a la hora de enfrentarse a situaciones de la vida diaria, o a nuevas situaciones y/o de relación con otras personas. No es raro, que las mujeres que quieren cumplir con el doble rol, presenten respuestas fisiológicas tales como taquicardia, dolor de estómago, cefaleas, dificultades respiratorias, además de ansiedad, depresión, frustración, indefensión y como consecuencia, de nuevo, una baja autoestima.

Las mujeres necesitan aprender a aceptarse como un todo, con límites y capacidades, y sólo así se sentirá el aumento de la autoestima. Para conseguir este objetivo es necesario: Identificar las ideas y pensamientos que generan malestar, y cambiar la forma de interpretar las circunstancias, Cambiar los pensamientos basados en creencias y valores sexistas, Aprender a analizar las afirmaciones negativas sobre una misma y transformarlas en nuevas afirmaciones positivas, objetivas

y realistas, puesto que cuando se rechazan partes de una misma, se dañan las estructuras psicológicas que mantienen la estabilidad mental, Tener conciencia de una misma, ser capaz de establecer una identidad, darle un valor, definir y decidir si gusta o no.

Cuando una mujer comienza a hacer una valoración positiva de sí misma, se convierte en dueña de su propia vida y se protege de sentir culpas irracionales, de creerse incapaz o inútil y de no tener que complacer a los otros para ser aceptada.

Actividad desarrollando mi autoestima

Objetivo fortalecer la valorización que cada mujer tiene sobre sí misma, a través de la autoestima.

Desarrollo

En esta actividad es necesario que las mujeres conozcan e identifiquen cuales y a que se refieren las 8 etapas de Erik Erikson mediante una exposición en diapositiva, siendo estas, confianza frente a desconfianza, autonomía frente vergüenza y duda, iniciativa frente a culpa, laboriosidad frente a inferioridad, búsquedas de identidad vs. difusión de identidad, generatividad frente estancamiento, integridad frente a desesperación.

Dinámica escudo de armas

Material hoja de escudo a cada participante, marcadores, crayones.

Cada participante deberá responder las preguntas hechas, mediante frases, palabras o dibujos, en donde se harán subgrupos de 4 personas para que puedan socializar sus resultados.¹

Para finalizar se harán preguntad de manera general para identificar la seguridad de las mujeres e identificar cuánto se conocen a sí mismas.

¹ El cuestionario de esta actividad se presentará en los anexos.

Sesión 2

Tema reconstrucción de la autoestima

Presentación de la coordinadora, bienvenida, lectura y aprobación de la agenda, listado de asistencia.

“Todos somos el resultado de nuestra historia personal, esto significa que somos y nos comportamos como lo hacemos, gracias al ejemplo, a las experiencias, y a la educación que recibimos desde pequeños. En nuestra casa, escuela y entorno aprendimos a valorarnos, a ser responsables de nosotros mismos, y a sentirnos capaces. O tal vez, aprendimos a no valorarnos, a obedecer órdenes para complacer a otros, a sentirnos incapaces, y a depender de las opiniones de los demás. Así es como se va construyendo la autoestima de una persona desde la infancia.”

Actividad 1 ¿quién soy?

Objetivo

- Saber que tanto se confía en el organismo, necesidades, valores y sentimientos.

Materiales

- Cuestionario para cada participante

Realizar subgrupos de cuatros personas dando como ejemplo lo siguiente de confiar en el organismo. Una persona que está en una fiesta se siente cansada y su organismo le pide dormir, pero el miedo a quedar mal, al que dirán, a que la rechacen o juzguen, la obliga a quedarse. Ni goza ni descansa. Otra persona sigue trabajando aunque se encuentra agotada; ni se hace caso, con riesgo de provocarse un infarto, ni su trabajo es eficiente.



Actividad 2 tres personalidades

Objetivo que las participantes conozcan realmente quién y cómo quieren ser y que tan cerca o lejos están de serlo.

Material hoja de dinámica para cada participante, marcadores, lapiceros

Se ponen en común las siguientes preguntas; ¿qué se hace para lograr como se quiere ser?, ¿qué se haría para lograr ser como se quiere ser?

Preguntas

1. Si cada una de ustedes pudiera ser otra persona, ¿qué persona le gustaría ser? (Una personalidad de la vida real, la ficción, la historia, el cine, la televisión, etc.)
2. La personalidad que menos le gustaría ser.
3. Una personalidad más parecida a uno.



Actividad 3 aceptando mis debilidades

Objetivo

- Acentuar la importancia de aceptar las debilidades y limitaciones como un prerrequisito para reconstruir la autoestima.
- Demostrar que toda persona tienen puntos fuertes y débiles, y que estos no deben hacerla sentir menos o devaluada.

- Ayudar a las personas a admitir debilidades y limitaciones sin avergonzarse de ellas.

Desarrollo

El facilitador hablará “todos tenemos debilidades, fallas y limitaciones. Si el yo ideal está muy lejos del yo real, esta distancia provocara una autoestima baja, frustración y desilusión. Si la persona pudiera darse cuenta que el ser humano es imperfecto por naturaleza, y aceptara sus debilidades, sabiendo que está haciendo lo mejor que puede por ahora, su autoestima mejoraría notablemente.

Este ejercicio está diseñado para ayudar a las mujeres a ver a algunas de sus fallas, que estas no la hacen menos valiosa como ser humano y que gracias a ellas buscará cómo superarlas. Por ello la frase: “En tu debilidad está tu fuerza”.

El facilitador pedirá a cada participante escriba 3 o 4 cosas que más le molestan se sí mismo, sus más grandes fallas o debilidades, lo que no les gusta de sí mismo, pero que, sin embargo, admite como cierto.

Cada participante escogerá un compañero y hablará sobre lo que escribió, tratando de no tener una actitud defensiva. Sentados en el suelo en círculo, cada participante dirá su debilidad más importante, empezando con “yo soy....” ejemplo: yo soy muy tímido”, “yo soy incapaz de hablar en público”, “yo soy muy agresivo”, “yo soy floja”, etc. Que cada persona diga cómo puede transformar esa debilidad en logro, ya que si la menciona es que le afecta.

El facilitador sugerirá que se atrevan a llevarlo a cabo, ya que sólo así se irán dando cuenta de la fuerza de su yo profundo.

AUTOESTIMA:
ESFUERZO
PERSONAL



7.11 Evaluación, con este tema se culminan los talleres para el empoderamiento de las mujeres realizando una evaluación en cada fase del proyecto al momento de su ejecución, para poder lograr la optimización del mismo y de esta manera obtener un aprendizaje significativo, reflexivo y crítico de las mujeres.

Recursos humanos

- Mujeres de la aldea Santa Rita
- Epesista
- Supervisora de EPS

Recursos institucionales

- Universidad de San Carlos de Guatemala
- Escuela de Trabajo Social
- Oficina Municipal de la Mujer

Recursos materiales

Mobiliario y Equipo de Oficina

- Transportes
- Papelografo
- Hojas de papel bond
- Marcadores
- Lapiceros
- Computadora
- Fotocopias
- Tape
- Impresiones

Recursos financieros**Presupuesto (mínimo)**

Cantidad	Descripción	Precio unitario Q.	Total Q.
20	Paleógrafos	0.20	10.00
200	Hojas de papel bond	0.20	40.00
10	Marcadores	8.00	80.00
15	Lapiceros	1.00	15.00
100	Fotocopias	0.25	25.00
3	Tape	15.00	45.00
200	Impresiones	0.50	100.00
	Transporte	3.00	200.00
	Total		515.00
	+ el 15% de imprevistos		25.75
	Gran Total		535.75

CONCLUSIONES

La sistematización de experiencias es importante debido a que esta permite la construcción de nuevos conocimientos que pueden ser utilizados en futuras prácticas.

En el proceso de inserción e inmersión del trabajador social a la comunidad es importante que se dé a conocer de manera respetuosa, teniendo bien establecidos sus valores éticos y morales, y profesionales para que no surjan malos entendidos con la población a trabajar.

Es importante que el trabajador social utilice herramientas de investigación adecuadas para conocer el contexto de la comunidad a trabajar, y que estas a su vez le permitan identificar cuál es la cotidianidad de la población, su economía, cultura, organizaciones existentes, autoridades locales, intereses personales, comunitarios entre otros.

Logrando de esta manera aplicar las metodologías que más convengan al momento de trabajar con la comunidad y que permitan de manera adecuada llevar la teoría a la práctica.

Por tal razón y a través de lo anteriormente expuesto es necesario que las trabajadoras sociales se involucren de lleno en la comunidad y que puedan conocer los intereses y necesidades prioritarios de los pobladores, para poder de esta manera proponer alternativas de solución que beneficie directamente a la población y que a su vez contribuya a su desarrollo, personal, individual y comunitario.

REFERENCIAS

Ander-egg, E. (1986). *Diccionario de Trabajo Social*. Bogotá, Colombia: Ed. Colombia Ltda.

Ander-egg, E. (1981). *Diccionario de Trabajo Social*. Bogotá, Colombia: Ed. El cid editor.

Ander-Egg, E. (1995). *Diccionario de Trabajo Social*, libro de edición Argentina, Editorial LUMEN.

Agosto (1982). *Comisión Interamericana de Mujeres la Oficina Nacional de la Mujer (ONAM), Ratificación de la Convención de Naciones Unidas sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer*.

Aguilar A. (2005) *Femicidio...la pena capital por ser mujer*. En: Diálogo no. 44. FLACSO-Guatemala, FLACSO-Guatemala.

Antiesteban, C. (2013). *Plan de acciones dirigidas a fortalecer la promoción de las mujeres a cargos de directivos en la Dirección Provincial de Salud, de Pinar del Río*. Tesis en Opción al Título de Licenciatura en Sociología con especialización en Trabajo Social. Universidad de Pinar del Río "Hermanos Saiz Montes de Oca", Facultad de Ciencias Sociales y Humanísticas, Pinar del Río.

Centro de Estudios de Sociología del Trabajo Facultad de Ciencia Económica, *Documento 82 publicación*, ciudad de Buenos Aires, Septiembre de 2013. UBA Editor responsable: Mirna Vuotto.

Departamento de Análisis Económico y Estándares de Supervisión Área de Análisis Económico y Financiero, (2010), *Análisis Cuatrimestral de Sectores Económicos, Sector textil - vestuario*. Recuperado en <http://www.vestex.com.gt/vx/images/docs/Industria2010.pdf>

Eroles, C. (2005). *Glosario de temas fundamentales en Trabajo Social*. Argentina: espacio editorial.

Gobierno de Guatemala (2010). *Informe Presidencial*, segundo año de Gobierno. Guatemala.

Jerez, S. (2011). Universidad de San Carlos de Guatemala, escuela de trabajo social, *empoderamiento de las lideresas de la junta directiva de la red de mujeres de san marcos la laguna, Sololá.*

Juana, R. R.(2005),Universidad de San Carlos de Guatemala escuela de trabajo social, *la mujer y su participación en los grupos organizados de desarrollo.*

Kabeer, N. 1997. "Empoderamiento desde abajo: ¿Qué podemos aprender de las organizaciones de base?", en León, M. (comp.): Poder y empoderamiento de las mujeres. Santafé de Bogotá: TM Editores.

Moliner, M. (1966) *diccionario del uso del español*, editorial Gredos: España.

Martínez, M. (2006).*Empoderamiento de las mujeres: conceptualización y estrategias Claras.*

Montoya. G, Zapata. C y Cardona. B (2002). *Diccionario especializado de trabajo social.* Medellín: Ed. Universidad de Antioquia.

Óscar, J. (2012), *Sistematización de Experiencias y evaluación, Aproximaciones desde Tres Ángulos*, Revista Internacional sobre Investigación en Educación y Para el Desarrollo.

Oakley, P. (ed.). 2001. *Evaluating Empowerment: Reviewing the Concept and Practice.* Oxford: INTRAC.

Secretaria Presidencial de la Mujer, (2004), *Informe de la Undécima Conferencia Regional Sobre Mujer en América Latina.*

Stoner, J.; Freeman, R.; Gilbert, D. Jr. *Administración.* (1996), Editorial Prentice Hall. México, 6ta. Edición.

Universidad de San Carlos de Guatemala, (2007). escuela de trabajo Social, instituto de investigaciones "IIETS", *aportes a la sistematización de experiencias en trabajo social*, revista No. 26.

Universidad/Cuba-PNUD/PDHL *Antología preparada para el primer curso diplomado en desarrollo humano local, género, infancia, población y salud.* La Habana, Universidad de La Habana-Universitas/Cuba PNUD/PDHL, 2006. X + 323 p. Antología - Género - Infancia – Adolece.

Wieringa, S. 1997. *“Una reflexión sobre el poder y la medición del empoderamiento de género del PNUD”*, en León, M. (comp.): Poder y empoderamiento de las mujeres. Santafé de Bogotá: TM Editores. Young, K. 1997. “El potencial transformador en las necesidades prácticas: empoderamiento colectivo y proceso de planificación”, en León, M. (comp.): Poder y empoderamiento de las mujeres. Santafé de Bogotá.

Páginas web

Tomado en <http://78.46.95.73:8080/jspui/bitstream/123456789/646/1/Ca%20IV-%20Potencialidades%20para%20el%20DH.pdf> Miércoles 11 de 2012. Perú 2002.

http://www.responsible.net/sites/default/files/guiding_principles_for_business_to_advance_women_es.pdf Calvert Group, Ltd.

http://biblioteca.hegoa.ehu.es/system/ebooks/15813/original/Antologia_preparada_para_el_1_curso_en_desarrollo_humano_local.pdf#page=111

<http://www.segeplan.gob.gt/2.0/images/pdf/igualdad.pdf>