



Creando Espacios Seguros

Visión general: Para crear un espacio seguro, definido colectivamente por las participantes como un lugar dónde pueden ser "ellas mismas, sin tener que "filtrar" lo que dicen", es necesario garantizar que el aprendizaje mutuo sea posible y que los riesgos sean mitigados.

Objetivo: Desde la educación popular feminista, buena parte de la conversación y del desarrollo analítico están basados en el intercambio de experiencias de opresión. Estas experiencias nos han llevado de alguna manera a la acción y nos han cambiado. Por esta razón, la creación de un espacio donde podamos profundizar en estos temas puede despertar recuerdos dolorosos y emociones profundas. Como facilitadoras, tenemos que estar preparadas para estas situaciones y crear espacios seguros donde las mujeres puedan intercambiar experiencias, honrar esas emociones y pasar a la acción. Otro elemento del espacio seguro es que nuestro activismo puede ponernos en riesgo, por eso al diseñarlo debemos tener esto en mente y crear mecanismos para mitigar dichos riesgos. Esta sesión hace uso del diálogo para crear un espacio físico y emocional que facilite el aprendizaje mutuo y la articulación de principios comunes que rijan el espacio, para garantizar nuestra seguridad como mujeres en primer lugar y como activistas en segundo lugar.

Duración de la sesión: Cerca de 1 hora

Materiales:

- Kleenex (pañuelos desechables)
- Papelógrafos
- Bolígrafos/marcadores
- Formularios de consentimiento
- Cojines/sillas confortables u otro material para sentarse
- Botiquín de primeros auxilios, incluyendo toallas sanitarias y tampones.
- Jarras de agua
- Tazón de frutas, bocadillos saludables
- Jarras de agua disponibles en la sala
- Consejos generales de seguridad (si es necesario, nombrar personas responsables de la seguridad) y teléfonos de emergencia





Crédito: Adaptado por JASS SNA con base en varios documentos, incluyendo Raising Voices (Levantando Voces) y Capacitar

Proceso:

Antes del taller:

La creación de un espacio seguro comienza mucho antes del taller. Todos los aspectos desde el diseño hasta la fase de seguimiento, pasando por la implementación, son igualmente importantes para la creación de un ambiente seguro y respetuoso para las participantes. Cada etapa debe demostrarles a las participantes del taller que las respetamos y valoramos.

- Los espacios de trabajo deben ser seguros, acogedores y lo más cómodos posible para que las participantes se relajen, dejen de lado las preocupaciones cotidianas y se concentren en el taller, estimulando su participación y creando un clima de solidaridad y confianza. Este clima se puede lograr sentando a las participantes en círculo, iluminando el espacio y/u ofreciéndoles un obsequio.
- Analizar el local y tomar nota de consideraciones tales como la ventilación y accesibilidad para las participantes.
- Lo ideal es que el espacio cuente con áreas internas y externas, áreas separadas para reuniones y descansos; tenga buena iluminación y sea colorido; que proporcione diferentes opciones de acomodo, incluyendo un espacio más informal donde las participantes puedan sentarse en el suelo con cojines (*para más información, consulta la Lista de Requisitos para Elegir un Lugar incluida más adelante*).
- Antes del taller, las facilitadoras deben verificar las condiciones de seguridad de las participantes para conocer sus preocupaciones (esta verificación se puede llevar a cabo vía telefónica o a través de una encuesta en línea para recopilar información adicional sobre las participantes).
- Pide a las participantes que traigan un objeto que tenga significado especial para ellas, para que lo usen al presentarse.
- Prepara un formulario de consentimiento – para utilizar citas, imágenes y audios generados en el proceso – que las participantes puedan firmar.
- Prepárate para momentos de emociones profundas. Piensa en algunas actividades de relajamiento y auto-control, y de ser necesarias, en quién las llevará a cabo.
- Prepara una lista de contactos de apoyos externos (lista de personas capaces de prestar apoyo médico y/o psicosocial a las participantes en caso de ser necesario; si es posible, incluye terapias tradicionales como masaje, acupuntura, etc.).



Nota sobre la organización del círculo: Consideramos que la forma de organizar el espacio tiene un aspecto político y que la disposición de los asientos es importante para el éxito del taller. En la mayor parte de los talleres tradicionales, los participantes se sientan detrás de mesas o escritorios, en filas y a veces en círculo. Los facilitadores se sientan delante del público, detrás de una mesa o de un escritorio. En la Educación Popular Feminista queremos romper la formalidad de estos espacios tradicionales que pueden fomentar la desconexión entre las personas y reprimir la capacidad de las participantes de ser ellas mismas y desenvolverse con autenticidad. Las participantes deben estar sentadas cómodamente en círculo, sin escritorios o mesas frente a ellas. Las facilitadoras se sientan juntas, pero en el mismo círculo. Esta es una forma deliberada de ubicar físicamente a la gente para crear conexiones y construir un espacio seguro. Nuestra propuesta formativa busca analizar y desafiar el poder, y el sentarnos en círculo es una expresión de eso, pues haciéndolo desafiamos de forma directa las relaciones de poder entre facilitadores/as y participantes; y entre participantes que pueden tener distintos roles en una jerarquía, situándonos a todas en el mismo nivel.

Durante el taller:

La creación de un espacio seguro incluye múltiples etapas, desde la organización de la sala hasta los primeros ejercicios que las participantes harán juntas. Las etapas propuestas a continuación se han utilizado con éxito para desarrollar este proceso de forma organizada:

- **Presentaciones:** Preséntate diciendo tu nombre y comparte con el grupo el objeto/objetos que trajiste, explicándole a las participantes por qué es/son importante(s) para ti personal y profesionalmente. Pon un mantel en el centro del salón para que todas pongan sus objetos - algunos tal vez nos inspiren o ayuden durante el taller; otros quizás nos desestabilicen por evocar malos recuerdos o recordarnos los riesgos que enfrentamos. Anima a las participantes a reconocer esta dualidad y a convivir con ella. Una vez que te has presentado lo van haciendo todas las participantes.
- Explica que la siguiente etapa de la sesión se enfoca en "crear un espacio seguro" para todas. Pregúntale a las participantes cuál es **su idea de espacio seguro**. ¿Qué las haría sentirse seguras en el espacio? ¿Cuáles son los principios que permiten que un espacio sea seguro? (20 minutos)
- Si no surgen ideas, puedes hablar del formulario de consentimiento (de uso de imagen, audio y declaraciones), confidencialidad, confianza y seguridad (si es necesario, nombra una persona hacia quién referir inquietudes sobre temas de seguridad); pensando en las diferentes habilidades y en tiempos para el autocuidado (¡y diversión!).
- Si el grupo es grande, vale la pena nombrar a dos personas por día para que funjan como Personas de Apoyo para el espacio. Si las participantes necesitan algo especial como la traducción de las discusiones, que se les hable más despacio o si algún tema



les despierta preocupación o las hace sentirse inseguras y no lo quieren decir delante del grupo, pueden compartirlo con las personas de apoyo.

- Discute con el grupo y llega a un acuerdo en torno a **su consentimiento sobre el uso de fotos y audios recopilados durante el taller, al igual que cómo quisieran ser citadas (si es que sienten cómodas de ser citadas)**. Si existe una estrategia para divulgar el evento/taller en medios sociales, discútela con el grupo (10 minutos). Anima al grupo a pensar sobre la importancia de amplificar nuestras voces y experiencias, conectándonos con otras comunidades y grupos de mujeres, y siendo creativas para asegurar que podamos hacerlo de manera segura (por ej.: ¿Qué tal si sólo usamos fotos en grupo? ¿Qué tal si sólo usamos los nombres de pila y omitimos los apellidos?).
- ¿Cómo aprendemos? En esta etapa vamos a hablar sobre **lo que nos ayudaría o dificultaría el aprendizaje en este espacio**. Comienza la conversación hablando de cómo todas aprendemos de manera diferente, tenemos esperanzas y temores distintos, diferentes habilidades, experiencias y formas de comprender. Pídele a las participantes que piensen individualmente o en parejas en un elemento que les facilitaría el aprendizaje y uno que lo dificultaría – y que escriban en tarjetas de color las cosas que les ayudarían y en tarjetas de otro color las cosas que serían un obstáculo. Luego pega las tarjetas en la pared en dónde se encuentran las "reglas" o "principios" comunes para el espacio. Cerciórate de que todas comprendieron todos los puntos y pregúntale al grupo si hay algo más que debería ser tomado en cuenta.
- Estos elementos pueden ser incorporados al iniciar cualquier proceso formativo o taller, adaptándolos o tomando en consideración el contenido temático del proceso.

Cerrando el espacio seguro:

Esta es una etapa igualmente importante del proceso y para ello puedes utilizar diferentes metodologías (por ej.: las participantes puede escribirse cartas de apreciación"; una sesión de masaje colectivo en círculo). En esta etapa recomendamos que se revisiten los objetos que fueron compartidos durante las presentaciones, preguntándoles a las participantes si su visión **inicial** ha cambiado y qué se llevan como experiencia vivida en este espacio.

Después del taller:

Cerciórate de que los formularios de consentimiento de uso de imagen, audio y citas para informes y redes sociales estén firmados.

- Ofrece ayuda profesional adicional y habla individualmente con las participantes que se sintieron afectadas por/durante el proceso.
- Asegúrate de que todos los materiales que se acordó compartir con las participantes efectivamente han sido compartidos.



MATERIALES DE APOYO

Formas de hacer frente a un momento de emoción profunda

Crédito: Raising Voices - Levantando Voces/Taller de JASS para facilitadoras 2016

Las estrategias para responder a un momento de emoción profunda deben ser planificadas y ser aplicadas en un momento de emoción profunda. La facilitadora debe comprender el valor de un espacio seguro, así como la inevitabilidad de las emociones, y verlas como parte del trabajo e imprescindibles en nuestro activismo.

- **Aceptar** el dolor profundo y compartirlo - cerciórate de que las participantes perciben que las estás oyendo con atención (por ej.: haz contacto visual y si es posible físico; repite lo que dicen y reconócelo).
- Después de unos minutos, haz un ejercicio de **relajamiento y auto-control** con todo el grupo (por ej.: de respiración, de darse las manos, etc.).
- Pregúntale al grupo si alguien quiere **decirle algo** a la persona que habló (por ej.: Aprecio mucho que compartieras tu experiencia. Me parece que tu madre fue una mujer muy fuerte), PERO asegúrate que sean sólo comentarios y no nuevas historias.
- **Procesamiento** - A continuación, la facilitadora debe vincular lo que se ha compartido con nuestro activismo y lucha por el cambio social; y explicar cómo la emoción nos motiva y mueve también a actuar.
- Mensaje positivo - una canción o algo **inspirador** - aprovecha los conocimientos de las co-facilitadoras y participantes.
- **Continúa** el proceso - pregúntales a las participantes si puedes proseguir y permíteles que salgan de la sala si lo necesitan. Si es posible, lleva a cabo la siguiente actividad en otro espacio.
- **Seguimiento** - seguimiento individual y aporte de recursos de apoyo externos si es necesario.



Otras consideraciones para la creación de espacios seguros

Crédito: Raising Voices - Levantando Voces/Taller de JASS para facilitadoras 2016

- Las Educadoras Populares Feministas que crean espacios seguros saben divertir, tienen entusiasmo y buen humor, lo que ayuda a crear un espacio de confianza, comunidad y consulta mutua.
- No hacer juicios de valor – esto quiere decir escuchar con una mente abierta, evitando que afirmaciones que son opresivas para otras permanezcan sin ser cuestionadas o confrontadas.
- Desarrollar los puntos que las participantes proponen – para apoyar y vincular a la sesión.
- *Lo personal es político* - por eso responde a las historias individuales y debes asegurarte de que las mujeres no sean vistas o percibidas como a) víctimas o b) culpables por algo que es sistémico.
- Ser claras sobre la política de toma de decisiones - desde el espacio seguro, el contenido discutido, la lógica/orden de quién habla y cuando; la educación no es neutral.
- Ser claras sobre nuestra propia postura política y privilegios como facilitadoras - ¿Qué significa para ti llevar a cabo un análisis interseccional en tu contexto? (por ej.: no puedes “enseñar” sobre el antirracismo sin tener verdaderamente en cuenta tu propio privilegio).
- Utilizar siempre un lenguaje inclusivo durante toda la sesión e.j. lenguaje no alienante/discriminatorio hacia personas de diferentes identidades de género y capacidades. Los materiales también deben reflejar esta postura incluyente.
- Es necesario comprender el valor de un espacio seguro y la inevitabilidad de la emoción, y verlos como parte del trabajo e imprescindibles para el activismo.
- Ir más allá de la "gestión" del espacio – no todos los puntos de vista son iguales, tienen un sesgo político, nosotras apoyamos algunas políticas más que otras – nuestra responsabilidad es sostener las políticas del espacio.
- Cuando se invita a facilitadoras externas, es necesario discutir el contenido y nuestra política de antemano.
- Utilizar prácticas de auto-control/respiración/ autocuidado de manera integrada a lo largo del proceso. Nada de actividades inéditas o que se perciban como "exóticas" que incomoden a las participantes. Para más ideas consulta: <http://capacitar.org/index.html>.



- Estar preparada para reaccionar ante una emoción profunda (consulta las medidas posibles para responder a un momento de emoción profunda mencionadas en el apartado anterior).
- No tengas miedo de hacer una pausa o cerrar el proceso si te parece necesario porque el grupo no puede continuar o para que las facilitadoras se reorganicen.

Nota para la facilitadora:

Una vez que hayas configurado el espacio seguro, será tu responsabilidad como facilitadora [junto a tu co-facilitadora(s)] 'mantenerlo' así - esto incluye tratar los temas difíciles que surjan; hacer que las participantes respeten los principios acordados; y lidiar con la emoción profunda en el ambiente (reconocerla y manejarla).

La Educación Popular Feminista y la creación de un espacio seguro buscan comprender a las personas/despertar su poder desde adentro. La facilitadora tiene un papel importante en si esto es posible para las participantes -en cómo las valoramos con obsequios, no permitiendo expresiones de opresión, entendiendo que nuestro trabajo confronta creencias profundamente arraigadas, escuchando con atención, y compartiendo momentos personales en los que nos hemos sentido empoderadas y hemos recibido apoyo- todo esto contribuye enormemente a despertar el poder desde adentro.



Lista de chequeo para elegir un salón para el taller

- ***¿Quién administra el local?*** ¿Entienden que el taller está destinado a ofrecer un espacio seguro para las participantes? Lo ideal es que el local sea reservado exclusivamente para las participantes del taller.
- ***¿Qué otras personas van a usar el local durante el taller?*** Si el local va a recibir a otras personas ¿Las participantes se sentirán cómodas en sus habitaciones y zonas comunes? (por ejemplo: un lugar que ofrece comida y bebida hasta tarde, con música alta, no sería apropiado).
- ***¿Los alrededores del local son seguros?*** ¿Las participantes pueden caminar por la zona durante el día y por la noche con seguridad? Es importante que las participantes se sientan libres para salir a caminar y explorar la ciudad o la naturaleza sin sentirse amenazadas.
- ***¿Los/las organizadores del taller / propietarios-as del lugar tienen acceso a buenos servicios médicos en caso de una emergencia?*** ¿Tienen los números telefónicos del servicio de ambulancia, de médicos locales, farmacia y buen hospital a la mano? ¿Hay alguien en el local que pueda apoyar con una respuesta de emergencia?
- ***¿La región es segura?*** El salón debe estar ubicado en un área geográfica adecuada para todas las participantes. Esto es particularmente relevante para las líderes activistas que trabajan en contextos de regímenes represivos o en zonas de conflicto.
- ***¿El local ofrece un espacio para el taller y suficiente comodidad?*** Por razones de seguridad, comodidad y conveniencia ¿Es mejor que las participantes se alojen en el mismo lugar dónde se imparte el taller? Esto también facilita la interacción entre ellas.
- ***¿El local está en un entorno natural?*** La experiencia ha demostrado que los locales situados fuera de zonas urbanas, con acceso a la naturaleza (bosques, montañas o mar) son ideales para un círculo de bienestar. Las zonas rurales, más apartadas, también pueden ofrecer un ambiente seguro para las mujeres, permitiéndoles a las activistas explorar los alrededores del local sin miedo. La naturaleza trae paz, calma y amplía nuestra perspectiva.