



Aperturas y Cierres

Visión general: La forma en que abrimos y cerramos un taller o un encuentro es crucial para la construcción de espacios seguros, creativos y de apoyo mutuo, así como para construir relaciones permanentes de solidaridad y acción. El contenido presentado a continuación es un muestrario de posibilidades que van desde introducciones, aperturas y cierres muy cortos y básicos, hasta procesos más complejos y envolventes.

Objetivos: Las aperturas y cierres son una parte vital de cualquier taller. Generan las condiciones para tener espacios seguros, creativos y productivos, y ayudan a fomentar la confianza y las relaciones que conducen a la colaboración y la solidaridad. Establecen una base común para todas en el salón u otro espacio, razón por la cual las facilitadoras también deben participar en estas actividades. Para fomentar un ambiente de intercambio, es bueno comenzar con un tema positivo y personal para ayudar a las personas a aprovechar algo significativo de sus propias vidas. En ocasiones, para iniciar el tema puede ser muy ligero y entretenido, especialmente cuando las personas no se conocen entre sí. Con el tiempo, a medida que la confianza aumenta, las actividades que se realicen pueden invitar a reflexiones más profundas. Proporcionamos un muestrario de ideas que van desde presentaciones muy breves y básicas hasta procesos más complejos y envolventes y rituales de apertura y cierre.

Crédito: Estos ejemplos provienen de Mariela Arce, Valerie Miller, Patricia Ardon, Lisa VeneKlasen, Nani Zulminarni y Alexa Bradley, y se basan en diversas tradiciones de educación popular.

Notas para la Facilitadora:

- **Presentaciones y configuración del espacio:**

Al comenzar cualquier proceso, necesitas traer a las personas al espacio, presentar a las facilitadoras y las participantes, proporcionar información logística, compartir objetivos y expectativas y resolver cualquier inquietud que surja. También es necesario establecer el tono a través de la configuración del espacio y de las metodologías utilizadas para presentar a las personas.





- **Espacio seguro:**

Necesitas asegurarte de que las participantes estén cómodas y se sientan seguras al compartir. Las facilitadoras deben pensar en qué traer al salón para facilitar esto: pañuelos de papel, sillas cómodas, cojines, dulces, agua fría, etc. Consulta nuestra metodología en torno a la construcción de Espacios Seguros para obtener más detalles.

- **Presentaciones:**

Primero, las facilitadoras se presentan para que las participantes sepan quiénes serán responsables de asegurar que el proceso fluya.

- **Confidencialidad y consentimiento para la documentación:**

Las aperturas también son un momento importante para hablar sobre la confidencialidad y la documentación. Dado que el intercambio a menudo es muy profundo, necesitamos pedir confidencialidad en el grupo para que las personas acuerden no compartir lo que escuchan, y asegurarnos siempre de que se solicite permiso y se informe a las participantes sobre las formas en que documentaremos el proceso y sobre cómo planificamos usar las citas/historias/información del taller, para que puedan elegir cómo participar e identificarse.

PRESENTACIONES RÁPIDAS

1. *Saludos de los países:*

Esta es una manera rápida y divertida de presentarse entre sí en situaciones en que las participantes vienen de diferentes países o grupos lingüísticos.

Proceso:

- Tres rondas, todas las participantes están paradas en círculo.
- Comienzan las participaciones alrededor del círculo. Cada grupo de idioma/país comenta y muestra:
 - Cómo se saludan las personas en su país/comunidad - una frase y/o un gesto; entonces todas las participantes repiten al unísono.
 - Cómo expresan su entusiasmo en su país/comunidad, luego todas las participantes repiten al unísono.
- Finalmente, cada persona, dice:
 - Su nombre, país y organización.



2. *Gustos personales / organizacionales:*

Proceso: Las personas dicen sus nombres, el nombre de los lugares donde viven, de su organización y de algo que les guste o que aprecien de sí mismas y/o sus organizaciones. Opción: también pueden mencionar algo sobre sí mismas - una habilidad, cualidad, experiencia, etc. - que les gustaría compartir con el grupo; esta información se puede utilizar para crear una lista de recursos en el grupo.

3. *Súper poderes:*

Proceso: Nombre, lugar, organización y compartir una cualidad o fortaleza especial que tengan - su propio "súper poder" personal - o un "súper poder" que les gustaría tener.

4. *Fuentes de alegría:*

Procesos: Nombre, lugar, organización, compartir algo o el nombre de alguien que les haya dado alegría o las haya inspirado recientemente y una frase o dos del porqué.

5. *Generosidad:*

Proceso: Nombre, lugar, organización, describir un acto de generosidad que hayan recibido o extendido a alguien recientemente.

6. *Qué hay en un nombre:*

Proceso: En parejas, las personas describen lo que hay detrás de su nombre: quién se lo dio, por qué les gusta o no, qué otro nombre podría gustarles en su lugar; en plenaria, cada persona comparte algunas palabras sobre su nombre, luego proporciona información básica sobre sí misma, tal como dónde vive y para qué organización trabaja.

7. *Un coro de nombres:*

Si bien esta actividad puede parecer apropiada sólo para aquellas personas con inclinación musical, puede ser una manera muy divertida para que las personas se presenten. Está garantizado que provocará algunas risas. ¿Alguien tiene ganas de karaoke?

Proceso: La facilitadora debe teatralizar un poco y cantar o corear su nombre y apellido. Todas las participantes la siguen. Al final, todas cantan o corean su nombre tres veces al unísono.

8. *Presentación básica sobre nuestras esperanzas para el proceso:*

Un proceso de presentación más directo.



Proceso: Con todas las participantes sentadas en círculo, cada una dice su nombre, organización, país y una cosa que quiere obtener del proceso. La facilitadora debe escribir en un papelógrafo y resumir el proceso, y luego revisar el programa y la metodología para reflejar algunas de las expectativas.

PRESENTACIONES MÁS LARGAS

1. *Símbolo personal:*

Esta puede hacerse de varias maneras.

Proceso: Pida a todas que piensen en un símbolo - algún animal, objeto o algo de la naturaleza - con el que se identifiquen y por qué. La facilitadora registra el primer nombre de cada persona y su símbolo en un papelógrafo para tener una idea de la variedad. En este punto, sólo deben identificar el símbolo, no las razones de haberlo elegido; posteriormente, las personas forman parejas e intercambian ideas sobre el símbolo. Cada persona comparte por qué escogió dicho símbolo, lo que representa para ellas en términos de carácter, valores, personalidad, etc. En sesión plenaria, la facilitadora pregunta a las participantes qué han aprendido de la actividad, sobre sí mismas y sus compañeras.

2. *Mapa: Lugares personales de cambio e inspiración:*

Este ejercicio de apertura puede servir para una variedad de propósitos y utilizarse de diferentes maneras. Usando un mapa, estimula las presentaciones personales acerca de lugares significativos en la vida de las personas. Esto puede proporcionar un primer paso para examinar la noción y la experiencia de cambio de cada una, y se puede acortar y ajustar en función del tiempo. También puede ser un primer paso en un proceso que sea cada vez más analítico, identificando un momento personal importante, cuándo ocurrió, y luego colocándolo en una línea del tiempo que más tarde puede ser analizada en términos de factores históricos más amplios que operaron para influir en ese momento.

Materiales:

- Un mapa del mundo (dependiendo de cómo se use el ejercicio, un mapa puede no ser necesario)
- Puntos (círculos pequeños) de color amarillo, verde y rojo
- Cinta adhesiva o masilla adhesiva Blu-tack
- Una pared para el mapa
- Diapositiva Power Point con instrucciones

Proceso:

Individualmente:

- Tomen 5 minutos y piensen en los lugares que han sido importantes para ustedes en su vida: a) lugar de nacimiento; b) lugar donde les sucedió algo muy significativo que les animó a ser activistas, (algo que les cambió significativamente); y c) lugar que les inspira o que llaman hogar o casa.



(Nota: El ejercicio puede hacerse primero en pares o tríos para ayudar a quienes puedan sentir timidez o incomodidad compartiendo directamente en plenaria).

En sesión plenaria:

- Para presentarse, den su nombres, luego coloquen en el mapa un punto amarillo en su lugar de nacimiento, un punto rojo para su lugar significativo de cambio y uno verde para el lugar al que llama casa, y explique brevemente por qué dicho lugar/momento contribuyó a que se convirtieran en activistas/facilitadoras. (Esto puede abreviarse y usarse solamente para identificar y afirmar el lugar de cambio de una persona.)

Resumen de la facilitadora:

- Agradece a todas y afirma el alcance de las experiencias y trayectorias de las personas y resume los puntos principales. Dependiendo de tu enfoque, aquí hay algunos ejemplos posibles – *El cambio no siempre es agradable. Puede implicar conflictos, angustia, conciencia del poder, coraje, ira, nuevas interacciones, tomar conciencia de las realidades ajenas y otras cosas; muchas de estas experiencias nos han tocado, radicalizado; nos han dado la oportunidad de desarrollar nuestro poder, y a menudo, nos han enseñado a pensar más críticamente. También nos han traído nuevos conocimientos y la capacidad de actuar. Como facilitadoras y organizadoras, trabajamos para catalizar el crecimiento y la transformación personal, para crear nuevas formas de colaboración y poder, para lograr construir un futuro mejor para todos y todas nosotras. El fortalecimiento del poder de las mujeres puede ser fascinante y emocionante, pero también difícil. Las personas cambian debido a algo que sienten, no sólo por algo que piensan. Nosotras tenemos que recordar que de estos desafíos y reflexiones puede originarse un gran aprendizaje, gran solidaridad y cambios importantes, que son el núcleo de nuestra educación y trabajo organizativo.*
- [Si hay tiempo, podrías querer invitar a las participantes a reflexionar sobre lo que aprendieron del ejercicio]
- Cuidado: Necesitas ser consciente del tiempo, ya que algunas personas pueden ser excesivamente entusiastas y extenderse en sus explicaciones; encuentra maneras de establecer límites de tiempo y respetuosamente recordarle a las personas la necesidad de que todas tengan la oportunidad de hablar.

3. Nuestro Árbol de Esperanzas:

Las presentaciones suelen ir acompañadas de un momento para compartir las esperanzas y preocupaciones de las personas acerca de un taller o un proceso más a largo plazo, como una alianza o la construcción de movimientos. Esta actividad es un tipo de ritual que puede utilizarse al comienzo y en la conclusión de un proceso, como una manera de celebrar y evaluar el progreso y el cambio. Las participantes crean un árbol lleno de hojas y frutos que representan sus esperanzas (deseos). La actividad ayuda a identificar las expectativas individuales y le permite a la facilitadora aclararlas a la luz de los objetivos reales del programa. Proporciona una manera de afirmar la voz de todas y destacar su crecimiento y florecer como mujeres y activistas en la sesión de clausura cuando identifican sus logros.



Materiales:

- Programa del taller
- Jarrón y palos largos para las ramas para colgar esperanzas y sueños en ellas
- Cortar formas de hojas y capullos de diferentes colores para la apertura, y un conjunto de flores para el cierre
- Rotuladores o marcadores
- Cintas para atar las hojas/ capullos/ flores en las ramas

Proceso:

Apertura:

- Todas las participantes toman una o dos hojas o capullos y anotan una cosa que quieran nutrir y desarrollar en ellas mismas y para el movimiento de las mujeres durante el taller o el programa de formación.
- Cada persona las lee en voz alta y las cuelga en el árbol.
- La facilitadora afirma las esperanzas y los sueños y luego revisa el programa y aclara lo que realmente se podrá hacer, especialmente si hay grandes diferencias entre las expectativas de las participantes y lo que se ha planeado para el taller/ programa.

Cierre:

- Cada una toma una o dos flores, escribe lo que siente que ha logrado personalmente y/o colectivamente, las lee en voz alta y las ata al árbol.
- La facilitadora resume y celebra los logros, resaltando las áreas que quizás todavía necesitan más atención, y toma una foto para conmemorar el evento.

4. Bingo humano:

Visión general: Esta actividad se puede utilizar de múltiples maneras: como un ejercicio inicial para las presentaciones o como un juego para comenzar una velada de conversación informal.

Objetivo: Es una actividad interactiva diseñada para romper el hielo y conocer a otras integrantes del grupo. Ayuda a establecer un espacio creativo, divertido y seguro. Esto puede adaptarse para identificar los tipos de problemas que se enfrentan en el grupo y se experimentan dentro del contexto, por ejemplo, encontrar a alguien que ha vivido en más de dos países o a alguien que ha sido desplazada por la guerra/las condiciones económicas. Las participantes usan la hoja de bingo para encontrar personas que se ajusten a los criterios y anotan sus nombres en los bloques relevantes. Cuando consiguen llenar una fila de bloques, gritan bingo y presentan a las personas que encontraron.

Tiempo: 20 minutos.

Materiales:

- La hoja de bingo (ejemplo incluido abajo)
- Papelógrafos y marcadores



Crédito: adaptado por JASS Sur de África.

Proceso:

Nota para la facilitadora: La siguiente hoja de bingo contiene diferentes descripciones con características de personas que deben ser adaptadas a tu contexto y grupo específico. Puede personalizarse para describir los tipos de problemas que se enfrentan en el grupo y se experimentan dentro del contexto; por ejemplo, encontrar a alguien que ha vivido en más de dos países o a alguien que ha sido desplazada por la guerra/ las condiciones económicas.

- Cada participante recibe una hoja de bingo (ver ejemplo abajo) y se le pide que lea las descripciones.
- Las participantes deben ver si pueden encontrar a alguien en la sala que coincida con una de las descripciones contenidas en las diferentes casillas.
- A esa persona se le pide que escriba su nombre en la casilla que le corresponde.
- Las participantes deben tratar de ser la primera persona con cinco nombres seguidos vertical u horizontalmente (o si hay poco tiempo, cinco nombres en la hoja) para ganar el BINGO. La primera persona que consiga gritar “BINGO” presenta a las personas en su hoja y luego ella y todas las personas en la hoja reciben un premio. Si hay tiempo, pueden hacer dos rondas.

Folleto: Hoja de bingo (ejemplo – crea el tuyo). Es importante dejar suficiente espacio para añadir algunos nombres.

Alguien que tiene abuelos que vinieron de otro país	Alguien que es o tiene una persona integrante de la familia que es adoptada	Alguien que está usando un brazalete	Alguien que tiene un primer o segundo nombre que es igual al de un pariente	Alguien que puede hablar otro idioma
Alguien que ha vivido en la misma casa toda su vida.	Alguien que vive con más integrantes de la familia además de sus padres, hermanas y hermanos	Alguien que es integrante de una institución religiosa	Alguien que ha sido afectada por la epidemia del VIH/SIDA	Alguien que ha estado en una reunión familiar
Alguien que es inmigrante	Alguien cuyo nombre empieza con la letra R	Alguien que es feminista	Alguien que está usando ropa interior rosa	Alguien que tiene una mascota
Alguien que sabe tocar un instrumento musical	Alguien a la que le gustan más los batidos de fresa que los de chocolate	Alguien que es la hija mayor de la familia	Alguien que es hija única en su familia	Alguien a la que llaman por un apodo
Alguien que esté usando zapatos cafés.	Alguien que se saltó el desayuno de hoy	Alguien que sepa los nombres de los siete enanos	Alguien que tiene una mascota	Alguien que puede coser



5. *Collage colectivo de celebración:*

Este ejercicio puede tomar muchas formas, como una forma de reflexionar sobre lo que da felicidad o placer en la vida a las personas, lo que ellas consideran que son ingredientes para una vida digna, lo que ellas valoran como los éxitos de sus organizaciones, movimientos, luchas, lo que ven en las lecciones aprendidas durante el taller, etc. Se puede utilizar como la apertura o el cierre de un taller.

Materiales:

- Varias hojas grandes de cartulina de un color vibrante como la base del collage
- Revistas
- Tijeras
- Pegamentos en barra

Proceso: Utilizando revistas, recorten las imágenes que reflejan estos temas mencionados arriba y júntenlas para crear un gran collage. Como grupo, retrocedan y reflexionen sobre los significados que las personas extraen del collage colectivo.

6. *Mariposa:*

Como símbolo de cambio y de transformación, la imagen de la mariposa puede usarse como una manera para que las personas expresen sus esperanzas y sueños personales a largo plazo, ya sea al principio o al final de un taller. El mismo acto de ponerse una máscara de mariposa puede ser muy poderoso.

Materiales:

- Máscara de mariposa
- Silla
- Opcional: recortes coloridos de mariposas

Proceso:

- Todo el mundo tiene la oportunidad de sentarse en la silla - la crisálida simbólica - y ponerse la máscara de mariposa. Cuando lo hacen, expresan uno o dos sueños a largo plazo para sí mismas - personalmente, profesionalmente o ambos. Si se hace al principio de un taller, éstos pueden representar lo que esperan obtener del proceso; si se hace al final, las personas pueden expresar sus sueños a largo plazo y vincularlos a lo que aprendieron o adquirieron del taller.
- Si se desea, se pueden agregar recortes de mariposas al ejercicio. En ellos, las participantes pueden anotar uno o dos de sus sueños, y pegarlos en una pared. Luego, las personas pueden fotografiarse individualmente y en grupo con el collage de mariposas en el fondo.



7. *Un Lugar de significado y ofrecimiento:*

Antes del taller, pídele a las participantes que traigan algo de valor especial que contribuirá a crear un espacio evocador de esperanza, cuidado y emociones compartidas. Podría ser una foto de un ser querido, un poema, una piedra que represente el amor por los ríos y la naturaleza, un pedazo del chocolate favorito de su abuela, etc. Cubre una mesa con un mantel bonito y pide a todas que coloquen su objeto sobre ella y expliquen su significado. Al final del taller, las personas recuperan su memento, ahora cargado de la energía del grupo.

Materiales:

- Mesa
- Mantel bonito
- Los mementos de todas, incluyendo a las facilitadoras

8. *La luz de la vida:*

El uso de velas para simbolizar la vida y la energía de las personas y el espíritu del grupo puede ser una actividad poderosa para abrir y cerrar un proceso. Esto se puede hacer de múltiples maneras y es un gesto emotivo de bienvenida y de despedida.

Materiales:

- Fósforos
- Vela grande
- Velas más pequeñas de un sólo color o colores múltiples; las velas de té a menudo son las más fáciles de usar
- Flores, hojas, ramas

Proceso:

- Una vela grande en el centro del salón puede encenderse cada mañana o al comienzo de una reunión para representar e incorporar la luz colectiva y la sabiduría del grupo. Puede estar rodeada de flores para reforzar su significado y nuestra conexión con la naturaleza.
- En algunas sesiones de apertura, todas reciben una pequeña vela; la facilitadora toma la vela más grande y con ella enciende la vela de una participante. Cada persona a su vez enciende la vela de la persona a su derecha repitiendo una frase que alienta la comunidad y la solidaridad como "Con esta vela, te ofrezco mi luz". Se pueden utilizar velas de diferentes colores para representar la diversidad. Al final, las personas colocan sus velas alrededor de la vela grande ubicada al centro.
- Este mismo ejercicio puede usarse para concluir un taller o proceso, con la opción añadida de hacerlo más personal agradeciendo a la persona por sus contribuciones. "Con esta vela, te doy las gracias, te saludo por tu luz, por tu. . ."
- Opción: Crear un jarro de gratitud que se puede utilizar durante el proceso o sólo al final. Se puede decorar con estrellas y brillos para enfatizar la alegría y la energía del espíritu de gratitud. Cuando alguien quiere expresar su gratitud por algo que ha hecho



otra persona, la escribe en un pedazo de papel y lo coloca en el jarro. Al final del seminario, algunas personas leen los agradecimientos.

9. *Alquimia: Sabiduría colectiva y transformación*

JASS concibe su trabajo de construcción de movimientos y organización como un proceso de alquimia. Nuestra colaboración, inspirada por nuestro programa de liderazgo con mujeres indígenas y rurales en Mesoamérica, se llama *Alquimia*, una alquimia de aprendizaje y solidaridad que produce nueva sabiduría, energías renovadas y estrategias cada vez más convincentes para la transformación. El uso de esta imagen en los ritos de apertura y cierre y en los talleres puede ser una forma dinámica de construir solidaridad y generar pensamiento colectivo y creativo. Se pueden utilizar diferentes preguntas para sacar una serie de reflexiones - desde qué tipos de desafíos enfrentan las personas y qué tipo de apoyo profesional y personal necesitan, hasta qué lecciones extraen de una discusión específica o qué preguntas plantea un ejercicio, etc.

Materiales:

- Olla grande de barro
- Cuchara grande de madera (o un palo)
- Trozos pequeños de papel
- Rotuladores o marcadores
- Flores

Proceso:

- Coloque una olla de barro grande y una cuchara de madera en el centro del salón, rodeada de flores.
- Pide a las participantes que reflexionen sobre una determinada pregunta (algunos ejemplos aparecen arriba) y luego escriban su reflexión en un papel y lo coloquen en la olla, mezclándolo con el resto. Dependiendo del objetivo, las personas pueden leer su reflexión antes de agregarla a la mezcla o todas las reflexiones se pueden leer juntas anónimamente al final de una sesión, como forma de profundizar una discusión y enfatizar la sabiduría colectiva. Al hacerlo, todas sienten que cada contribución es reconocida y se transforma en algo más grande y cada vez más poderoso.

10. *Inspirando dichos populares:*

Los dichos populares ofrecen una manera no sólo de afirmar la sabiduría local, sino de profundizar las conexiones de unas personas con otras. Por ejemplo, en un taller, una frase proveniente de una compañera de origen Maya tomó un significado especial: "Tú eres yo y yo soy tú". Las participantes explicaron que la expresión, que es un saludo tradicional en algunas comunidades indígenas, honra a cada persona y a la red de vida y amor que sostiene y nutre al planeta, al cosmos y a nuestra humanidad compartida. "Juntas nos volvemos uno con todas las formas de vida; desde los pájaros que nos despiertan al amanecer y las mariposas que animan nuestras mañanas de verano hasta los ríos que nos dan agua fresca y la luna que



ilumina nuestros cielos nocturnos. Inspiradas por esta visión, damos lo mejor de nosotras mismas en cada encuentro, creando nueva energía y belleza para guiar nuestros múltiples caminos". La expresión fue incorporada a las ceremonias de clausura. Mientras las personas se pasaban una vela encendida de mano en mano, todas repetían: "Tú eres yo y yo soy tú, y quiero agradecerte...".

11. Cobija de la Tierra:

Desarrollar una obra de arte colectiva que represente el significado de un taller en la vida personal y el activismo de las personas puede ser una manera poderosa de celebrar y concluir un proceso. Colocar una imagen colorida de la tierra en el centro de la pieza afirma nuestras conexiones entre nosotras y con la naturaleza.

Materiales:

- Imagen creativa de la Tierra pegada en una cartulina más grande
- Pedazos cuadrados de papel de 5" por 5"
- Rotuladores o marcadores

Proceso:

- Pide a las participantes que piensen en el taller y en qué quieren defender en sus vidas y en su trabajo.
- Las participantes escriben una o dos cosas que quieren defender en los pedazos cuadrados de papel:
- Yo definiendo... (por ejemplo, un mundo de igualdad, dignidad y justicia para todas las mujeres, hombres, niños y niñas, y nuestra Madre Tierra y todas sus criaturas).
- Pide a las personas que coloquen sus tarjetas en la cartulina grande con la imagen de la Tierra en el centro (formando un tipo de edredón).
- Todas entrelazan sus brazos y leen sus cartas.
- El grupo reflexiona conjuntamente sobre cómo se ve este nuevo mundo que estamos defendiendo e imaginando. ¿Qué tipo de poder estamos creando? ¿Cómo se ve?

Dos ejercicios más en el paquete de Aperturas y Cierres:

Existen otros ejercicios poderosos para la apertura y cierre de espacios de formación y encuentro. En el paquete de herramientas "Aperturas y Cierres" también encontrarás:

1. **Un Muro de Mentoras y Ancestras** - una maravillosa manera de honrar a nuestras mentoras y explorar las cualidades de liderazgo que queremos tener.
2. **Juego de lanzamiento de bolas de papel** - ideal para la consolidación del conocimiento durante un proceso.