Image not found or type unknown

La burbuja - ejercicio de visualización [actividad inicial]



Este es un ejercicio de visualización. El objetivo es facilitar una conversación sobre privacidad y comprender las diferentes inquietudes sobre el tema en el grupo.

No busca profundizar en el tema sino generar una reflexión sobre las nociones que cada persona tienen sobre la privacidad.

Se recomienda complementar esta actividad con Crear espacios más seguros o Introducción + discusión: Privacidad, consentimiento y seguridad.

Objetivos de aprendizaje

- Desarrollar un mayor entendido sobre temas de privacidad y cómo afecta a las mujeres y sus vidas.

¿Para quién es esta actividad?

Esta actividad se puede llevar a cabo con personas que tienen diferentes niveles de experiencia sobre temas de privacidad fuera y dentro de internet.

Tiempo requerido

Aproximadamente **40 minutos.**

Materiales requeridos

- Papeles grandes o rotafolios
- Marcadores
- Post-its pequeños

Mecánica

Se trata de un ejercicio de visualización a través del dibujo.

Visualización individual - 30 minutos

Cuando te sientes a gusto, cierra tus ojos. Imagina un punto de luz. ¿Es estático? ¿Se mueve? ¿Cómo se mueve? Ahora imagina un halo alrededor del punto. El punto y el círculo alrededor se mueve. El punto permanece en el centro todo el tiempo. El punto representa tu persona y el círculo exterior tus límites. Eres ambas cosas. ¿Cómo te sientes al imaginar esto? Estamos visualizándonos adentro de nuestros límites que nos dan seguridad.

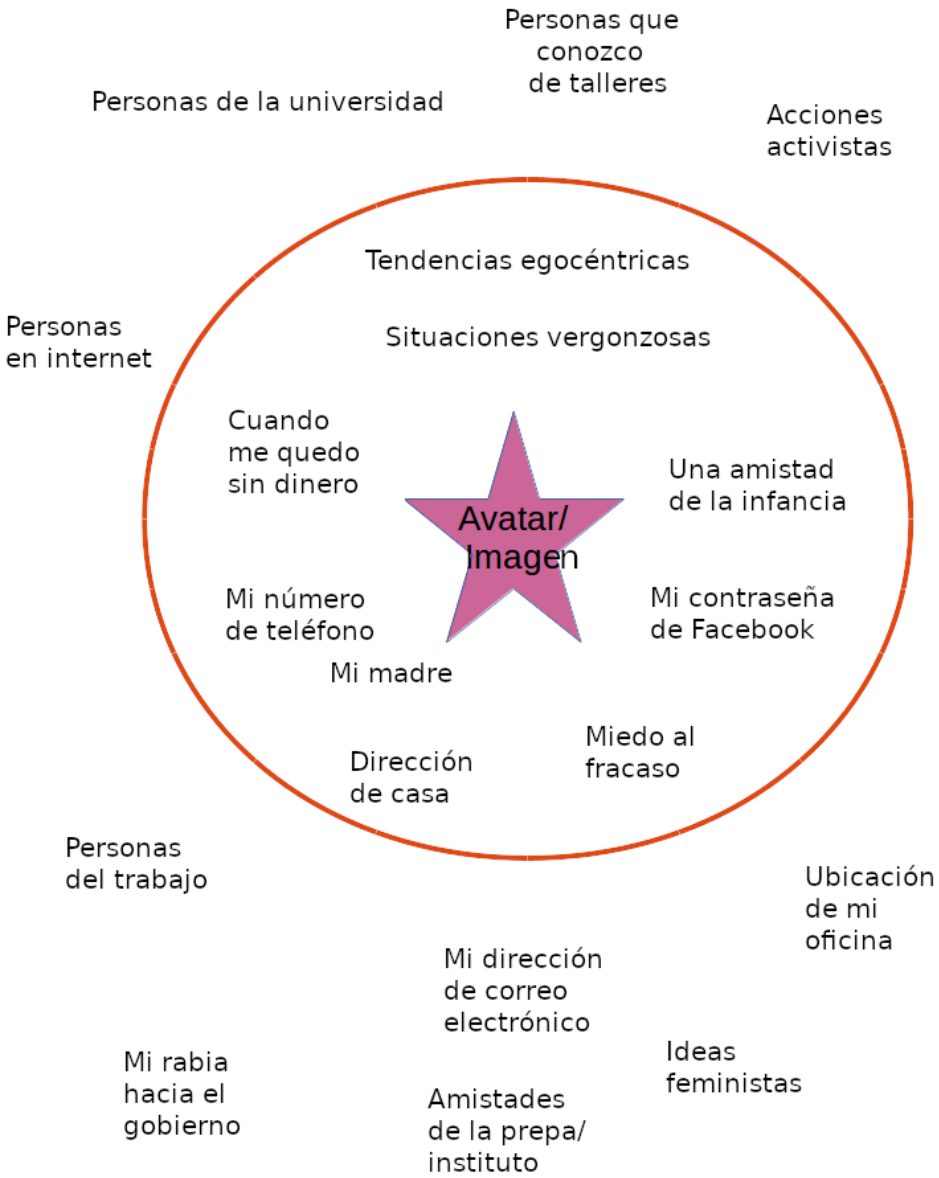
Rrimero, en el centro del papel grande, las participantes dibujan un avatar de sí mismas adentro de un círculo. El círculo representa nuestra burbuja individual de privacidad. Hay cosas adentro y afuera de la burbuja.

Anota en los post-its cosas que mantienes privadas y con quiénes las compartes. Coloca estos post-its adentro de la burbuja. Afuera de la burbuja, coloca cosas que consideras públicas.

Ejemplos de cosas que puedes anotar:

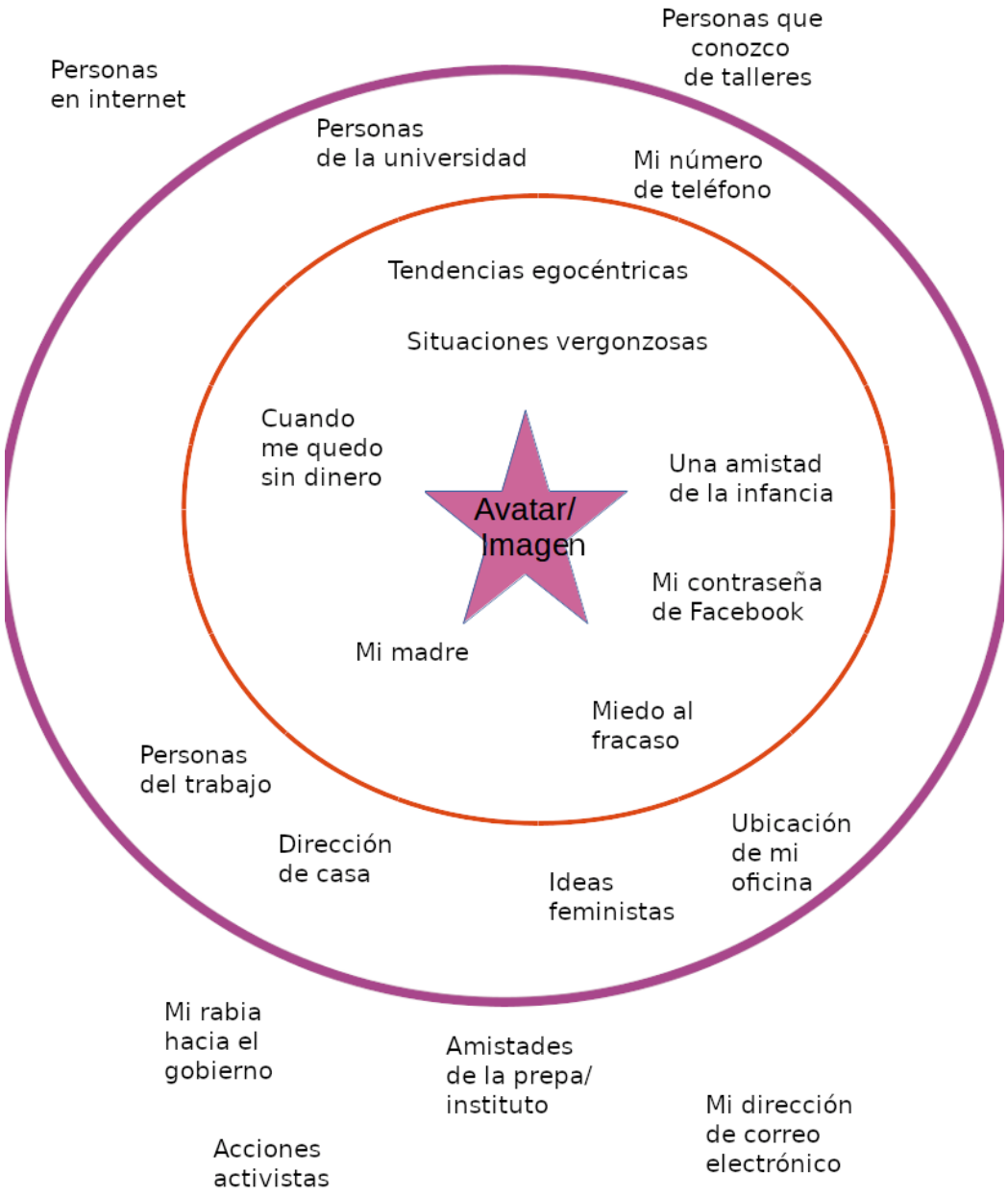
- personas con quienes compartes cosas
- información sobre ti
- sensaciones y emociones que experimentas
- tus actividades

Una demostración del ejercicio:

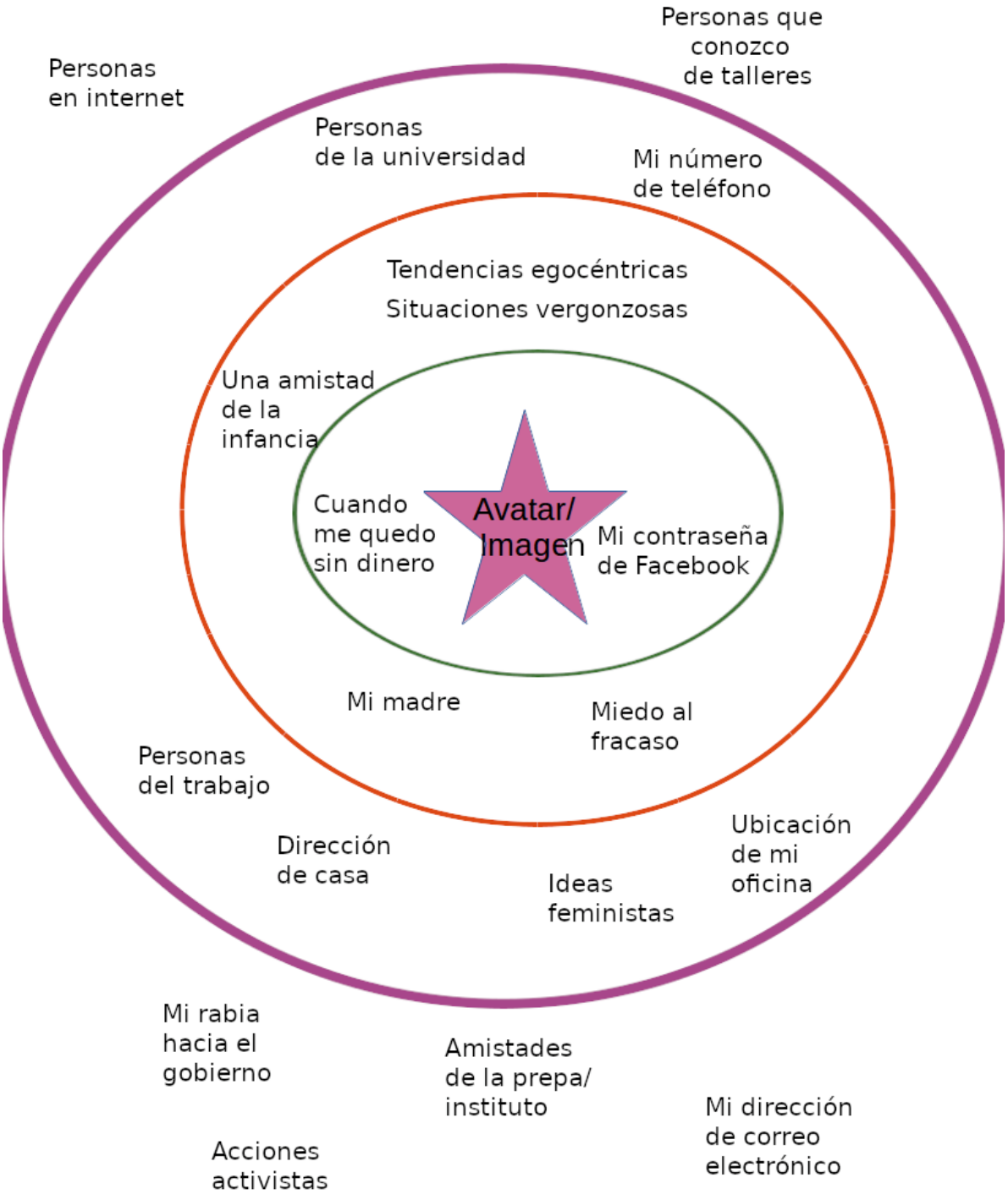


Una vez finalizado el primer círculo, dibuja otro círculo y re-organiza los post-its según cómo quieres compartir información entre las distintas personas en tu vida.

Podría verse algo como:



Finalmente, dibuja un último círculo, más cercano a tu avatar. Piensa las cosas que nunca compartirías con alguien y colócalos adentro del círculo.



Puesta en común - 25 minutos

La facilitadora pregunta a las participantes sobre sus impresiones y reflexiones sobre sus dibujos.

Sondea qué criterios siguieron para decidir dónde colocar los diferentes tipos de información.

¿Cómo relacionan sus burbujas con crear espacios seguros propios - fuera y dentro de internet?

Algunas preguntas orientativas:

- ¿Cómo agrupaste y colocaste los elementos en tus dibujos?
- ¿Necesitas más círculos/burbujas? ¿Por qué?
- ¿Qué reflexiones tienes sobre las responsabilidades en tu vida, las emociones y sensaciones que surgen y lo que quieres expresar? ¿Hay diferencias? ¿Se reflejan estas diferencias en los dibujos?
- ¿Has tenido experiencias de tener que sacar a una persona/emoción/tema fuera de tus burbujas? ¿Qué sucedió? ¿Cómo manejaste la situación? ¿Conseguiste volver a colocar esas cosas de vuelta en tus burbujas?
- De las cosas que salen en los dibujos, ¿cuáles comunicas y con quiénes lo haces en internet?

> **Indicación para facilitadoras:** no comentes sobre las burbujas de las participantes e intenta evitar que las demás participantes lo hagan. Pequeños gestos como levantar una ceja o reírse cuando alguien está compartiendo su dibujo no crea un entorno seguro.

image-1605451259399.png
Image not found or type unknown

Revision #5
Created 26 April 2023 00:16:46 by Kira
Updated 28 July 2023 15:03:52 by Kira