

SABERES DEL CUERPO: UNA ESTRATEGIA PEDAGÓGICA DESDE LA EXPERIENCIA CON LAS MUJERES-MADRES ASIVRU

BODY KNOWLEDGE: PEDAGOGICAL STRATEGY BASED ON EXPERIENCE WITH WOMEN MOTHERS ASIVRU

Carolina Peña¹

Karen Sotelo²

Resumen

El desarrollo de una estrategia pedagógica desde la experiencia con el cuerpo permitió rastrear información desde los saberes y prácticas, para luego reflexionar, confrontar y generar emergencias partiendo de la singularidad de cada sujeto. Por tanto, abordar el tema del cuerpo con las mujeres-madres de ASIVRU a partir de talleres-experiencia fue una apuesta para relacionar el saber científico con el saber social, donde el cuerpo pasa a ser un constructo social que se permea, se cuestiona y resiste ante deberes sociales, biológicos y transitorios en el tiempo. Finalmente, la reivindicación por el cuerpo de la mujer se fortaleció en la medida que ellas retomaron su experiencia corporal, sus sentires al romper con lo impuesto para dejar de ser invisible para ellas mismas.

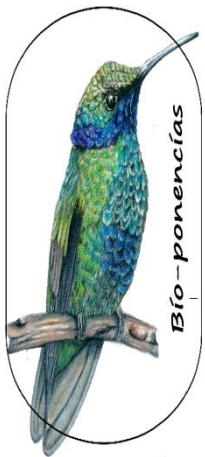
Palabras claves: Estrategia pedagógica, cuerpo, mujer, experiencia.

Abstract

The development of pedagogical strategy is based on the experience that allows us to track information on knowledge and practices to reflect, to confront and generate emergencias based on the uniqueness of each subject. Therefore, the topic of the body with the ASIVRU women-mothers is approached from the workshops. The experience is a bet to relate the scientific knowledge with the social knowledge, where the body is a social construction that permeate, questions and resists the social, biological and transitory differences in the time. Finally, the affirmation of the woman's body is strengthened inasmuch as she takes up her corporal experience, her feelings and her efforts to stop being invisible by herself.

¹ Licenciada en Biología, Universidad Pedagógica Nacional. giocarolina.lemus@gmail.com.

² Licenciada en Biología, Universidad Pedagógica Nacional. Karen.sgcb@gmail.com.



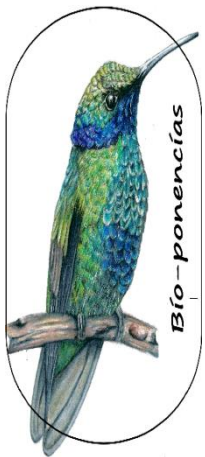
Key words: pedagogical strategy, body, woman, experience.

Introducción

El cuerpo al ser tratado por diferentes ámbitos educativos, sociales, científicos y políticos, han posibilitado concebir al sujeto, como alguien que se expresa, vive y siente. Sin embargo, en ocasiones el cuerpo de la mujer es concebido como el lugar de la menstruación, reproducción, gestación y la menopausia, funciones biológicas que la definen como hembra, lo que implica que su paso por la vida es cumplir su asignación fisiológica, ser madre.

No es de desconocimiento que la mujer en algún momento de su vida es condicionada por deberes sociales, los cuales, se han transmitido de generación en generación al adoptar contenidos de la biología como justificación que da sustento a la crianza, ante ello, ¿Ser mujer implica ser madre?, ¿La mujer cumple su misión biológica al ser madre?, ¿si no eres madre, no eres mujer? La autonomía de la mujer puede ser condicionada por discursos que se toman textuales sin pensar una reflexión, una consecuencia o una posibilidad de ser mujer desde otra mirada, su propia experiencia.

A pesar de ello, los cuerpos femeninos generan resistencias al desarrollar proyectos de vida donde su fisiología no las limita a sólo un deber social, ellas también, construyen su singularidad a partir de propósitos educativos y profesionales, pero por diversas circunstancias estos deseos se ven limitados por la estabilidad económica, las oportunidades labores del contexto y la familia, esto percibido con el grupo itinerante de mujeres-madre de ASIVRU (Asociación Integrada Por Voluntarios Rurales Urbanos) de la localidad de Ciudad Bolívar, programa correspondiente a la política pública de atención integral a la primera infancia del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar que se enfoca en brindar talleres de diversa índole a mujeres embarazadas, lactantes y con hijos de 2 años. Los argumentos que se exponen, buscan generar reflexiones, tensiones y rupturas, para que cada cuerpo intente construir-deconstruir su propia forma de ser y de sentir, si bien, hay discursos que rigen a la educación y la nación, cada quien debe ser autónomo de cómo asumirlos sin perder la singularidad y criterio que caracteriza a cada sujeto.



En esta medida, las generalidades anteriores han sido la base para querer abordar el cuerpo como uno de los ejes fundamentales en la enseñanza de la biología. Se ha pone en cuestión el cuerpo objeto vs el cuerpo sujeto, porque se tiene el criterio de que todos los cuerpos no solo se definen por su biología y anatomía, sino que este responde a un constructo social, a una serie de mediaciones, encrucijadas, decisiones que permean la subjetividad de cada cuerpo.

Aspectos metodológicos

-Rastreo, construcción y deconstrucción: Aportes para la creación de la estrategia pedagógica:

El desarrollo de la estrategia pedagógica emergio a partir del rastreo de discursos en diferentes artículos investigativos, documentos académicos, vivencias de los cuerpos de las mujeres-madres con los testimonios de vida, los cuales, se relacionaron para encontrar ¿Qué se dice sobre el cuerpo femenino?, ¿Qué prácticas de resistencia se propician desde el cuerpo? ¿Cómo se relaciona la mujer con su cuerpo? conllevando a reflexionar las tensiones que hay en el cuerpo de la mujer. Esto se abordo desde la mirada Arqueológica-genealógica basada en Deleuze (1986) y Foucault (1991), quienes indican que la búsqueda de saberes es histórica, fluctuante y generan emergencias.

Como maestras, la enseñanza de la biología debe provocar rupturas, análisis y nuevas formas de asumir el cuerpo teniendo en cuenta el saber social, para ello, se empleó la triangulación de saber, poder y sujeto, entendidas desde Foucault (1991, p.60) como: las prácticas que transitan entre los cuerpos en diferentes épocas (saber), un juego de verdad impuesto sobre el cuerpo, pero a las vez, son resistencias ante estos (poder), lo que permite hablar de sujeto quien se reconoce y se cuestiona. Es así, que se abordó la experiencia corporal para hacer posible la triangulación, ya que permitía indagar, relacionar, construir, y reflexionar. Según Larrosa (s.f).

“...la experiencia es un movimiento de ida y vuelta. Un movimiento de ida porque la experiencia supone un movimiento de exteriorización, de salida de mí mismo...Y un movimiento de vuelta porque la experiencia supone que el acontecimiento me afecta a mí, que tiene efectos en mí, en lo que yo soy, en lo que yo pienso, en lo que yo siento, en lo que yo sé, en lo que yo quiero...” (p.90)



En esta medida, la estrategia pedagógica se realizó a partir de diferentes talleres-experiencia creados en conjunto con el grupo itinerante de las mujeres-madres ASIVRU, a quienes se les da esta denominación porque antes que ser madres y “usuarias” del programa son mujeres.

La estrategia pedagógica se entiende desde este trabajo como la construcción y deconstrucción continua frente al abordaje de un tema entre una población y las maestras, cada taller partió de la experiencia singular que cada mujer ha vivido, experiencia que fue compartida en una mediación de enseñanza y aprendizaje.

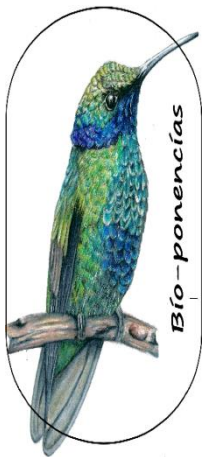
La estrategia pedagógica fortaleció la dimensión social, política y humana de las mujeres-madres porque permitió reflexionar y pensar nuevas formas de la enseñanza de la biología, teniendo en cuenta a los sujetos y su emocionalidad.

A razón de ello, visibilizar los saberes del grupo itinerante, generó espacios de reflexión donde la mujer tuvo la oportunidad de pensarse desde ella misma, siendo protagonista de su historia, esto implicó volver a la experiencia del cuerpo, posicionando una postura como sujeto autónomo, identificando el plegamiento y re-plegamiento que hizo posible asumir ciertas prácticas como lo indica Córdoba (s.f.).

A partir del pliegue se puede comprender los múltiples procesos de subjetivación, pues como ya decíamos los plegamientos y re-plegamientos de los distintos elementos del exterior permiten la modificación de los bordes y la reconstrucción de las experiencias. (p.10).

Resultados

La mirada la Arqueológica-genealógica permitió poner en cuestión las voces de las mujeres-madre, autores y quienes realizan este trabajo. No obstante, las voces de las mujeres-madres emergieron de los talleres-experiencia, los cuales, se organizaron en cuatro ejes temáticos que englobaron las experiencias particulares de cada una. *El despertar del cuerpo; historias de vida, vulvas y emociones; sexo, sexualidad y sentidos como experiencia de vida; ¿y el amor es...?*. Las respuestas de las mujeres fueron citadas con códigos que se establecieron durante la sistematización.



-Ser mujer y discursos que nos confrontan.

La escuela ha centrado su interés del cuerpo en la fisiología, la higiene, la salud y la educación sexual, sesgando la diversidad de cuerpos a una mirada hegemónica. Ante ello, es necesario enfocar la educación a un cuerpo-contexto, cuerpo-estudiante, cuerpo-maestro, cuerpo-sentir, cuerpo-decisión, para así, generar rupturas en la escuela, donde el cuerpo pase primero por el sujeto (por el Yo) y luego sea tratado como tema social y colectivo, posibilitando una transformación del cuerpo en la educación. En concordancia con (Graziano, A. & Costantini, P. s.f).

Tras el discurso pedagógico vigente en la actualidad encontramos un orden corporal establecido que no abre el campo hacia una actitud reflexiva que **visibilice los cuerpos intervenidos, silenciándose así la experiencia corporal y la dimensión socio política del cuerpo.** (p. 5-6)

Por ejemplo, al tratar temas como la menstruación y la vulva, pareciese ser más importante conocer los días fértiles y los métodos de planificación, si bien, esto indica una prevención, se está olvidando otros aspectos como lo es la menarquia, que es única en cada mujer y, por tanto, una serie de emociones, cambios físicos, biológicos, psicológicos y sociales que emergen en este acontecimiento. "Menstruar implica dejar de ser niñas, nos convertimos en mujeres" (M5.S3.D1.PE; 2016), "Yo recuerdo que me llegó el día que cumplí 13 años y pasó que me coloqué el pegante al revés. Al día siguiente le conté a mi mamá y ella me explico."(M4.S3.P1; 2016) Cada sujeto le da sentido a su cuerpo y al significado de ser mujer, por tanto, ¿Por qué no retomar la experiencia de la menarquia en la educación del cuerpo?, ¿por qué hablar en la escuela de menstruación sigue siendo algo metódico?, ¿Por qué no hablar de emocionalidad y no solo reducirlo a un problema hormonal en los días menstruantes?

Asimismo, sobresalió durante el desarrollo de la experiencia el interés por indagar las relaciones que tienen las mujeres con el placer, al evidenciarse un desconocimiento por la desaprobación ante los placeres que genera la vulva, "¿La masturbación es visto como algo malo, enfermedad o pecado? si la iglesia lo ve malo en un hombre imagínese en una mujer doblemente malo." (M1,S6,P1; 2016). El cuerpo no solo es funcional y mecánico, es una encrucijada de emociones que están en constante cambio, pero suelen ser ignoradas y cohibidas por las mismas mujeres. ¿Por qué sigue siendo un tabú el clítoris?, ¿qué emociones se relaciona



con la vulva? ¿por qué las mujeres no conocen su vulva? Históricamente el cuerpo de la mujer ha sido estigmatizado ya sea como pecado, lujuria o inferioridad de género, ¿Qué hacer ante esto? La apuesta consiste en sentir el cuerpo, su corporalidad, toda la piel es sensitiva. “La vulva no es solo para parir, tener relaciones coitales y orinar, hace parte de la expresión más íntima de cada cuerpo. “Las emociones en el clítoris son el placer de la mujer” (M7. S4. D1. P2; 2016)

- ¿Ser mujer es sinónimo de ser madre?

Indagar sobre los saberes con relación al ser madre, el amor al hijo, el amor propio, permitió explorar múltiples visiones sobre el ser y que hacer de una madre. Lo anterior, se propuso con el fin de llegar a cada madre desde su singularidad y volver a la memoria del amor propio, de la apropiación de su cuerpo, de renovar y recordar su particularidad antes de ser madre, ya que el ser madre no implica dejar de ser mujer, sujeto único.

La experiencia corporal se tiende a perder en el oficio de la maternidad, se cree que el ser madre es universal y que todas tienen los mismos conocimientos y prácticas. La sociedad se equivoca, no toda mujer gesta, cuida y cría, quien es madre aprende en su contexto, la relación con el hijo es única e irrepetible. Por consiguiente, lo que acontece en su cuerpo durante y después de la gestación es propio, en ocasiones silencioso y doloroso, los drásticos cambios hacen del cuerpo otra imagen y corporalidad, las cuales, se omiten por un amor incondicional. El amor incondicional no se juzga, pero si se interroga por el amor propio ¿Amar al otro significa olvidar mi cuerpo y mi sentir? ¿Nos enamoramos de nuestro cuerpo?, ¿amamos cuerpos ajenos?

No solo el amor hace parte de la experiencia corporal, también lo son las vivencias de las mujeres-madres de ASIVRU durante el parto y postparto, quienes hablaron de violencia silenciosa, maltratos verbales y psicológicos que no se denunciaron, pero que son padecidos y hasta normalizados con frases frívolas como: “¡puje bien, cómo cuando lo estaba haciendo no le dolía ¡”. “Todos le meten el dedo a uno sin importar lo que uno piense” (M7.S6.D1.P2; 2016), sumado a ello, no se prestan óptimas condiciones de atención y de información. Esto hace parte de la **violencia obstétrica**, donde el cuerpo es objeto de estudio y maltratado, provocando en la mujer-madre recuerdos desagradables de esta experiencia.



Ante los cambios drásticos del cuerpo durante y después de la gestación, esto conlleva dentro de la estrategia a situar al cuerpo en los estereotipos ejercidos diariamente en la mujer. Por tanto, la imagen corporal, es asumida como uno de los pilares de aceptación de los cuerpos y expresión de consumo, la belleza es entonces aquella limitación, abstracción y anhelo que continuamente se reproduce en los medios de comunicación, redes sociales y productos estéticos. En concordancia con Ruíz (2010)

El cuerpo es un campo de batalla donde intervienen muchos intereses legales, económicos, sociales, sexuales, familiares, etc., pero **habría que dejar espacio a otra manera de entender nuestro cuerpo** que no se reduzca a la imagen culturalmente bella, sino que también pudiera haber esta **otra visión de cuerpo como voluntad** (p.7)



En ocasiones, la voluntad del cuerpo femenino es maleable por juegos de verdad que otros imponen sobre este, como lo son las responsabilidades familiares y maternas. En consecuencia, algunas madres desdibujan su imagen corporal y autoestima al ser cuerpo de otros, esposo, hijos, nietos. Lo anterior, corresponde a prácticas mencionadas por las mujeres-madres de ASIVRU. “Las mujeres no apreciamos nuestros cuerpos, sino que deseamos el que nos presentan los medios de comunicación o el de la vecina” (M1,S1; 2016). Por tanto, ¿Somos dueñas de nuestro cuerpo?, ¿quién decide e incide sobre el cuerpo?, ¿Mi cuerpo opone resistencia?, ¿Qué cuerpo soy? Interrogantes que no son distantes a la realidad contextual.

En esta medida, la estrategia pedagógica es una experiencia que atraviesa cuerpos al evidenciar que las mujeres-madre ASIVRU logran generar rupturas en cuanto a discursos del cuerpo, plantean otros posicionamientos de ser madre, liberan dolores y comparten testimonios al percibir sentires desconocidos y oprimidos de las vulvas.

Conclusiones

La oportunidad de compartir con la mujeres-madres ASIVRU permitió transitar por diversos saberes frente al cuerpo, construyendo en cada taller-experiencia la posibilidad de pensarse la enseñanza de la biología desde una mirada holística del cuerpo, en el que convergieron emociones, significados, creencias y deseos, sin

mecanizar la biología o teorizar conceptos y contenidos que pueden llegar a ser aislados de la realidad que vive la mujer-madre.

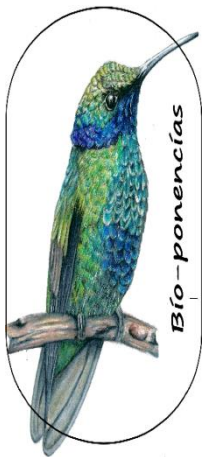
A razón de ello, la estrategia pedagógica permitió reflexiones de la enseñanza de la biología, al generar rupturas y fortalecer visiones frente a la libertad de asumir el ser mujer, lo cual es diverso, auténtico y propio de cada sujeto. Esta mirada, se logró a partir de confrontación de los juegos de verdad que circulan en la sociedad, es decir, cada discurso que permea la corporalidad de la mujer-madre, generando pliegues que encasillan o legitiman saberes y formas de ser.

Adicionalmente, se resalta que esta investigación no sólo dejó reflexión en las mujeres-madres, también emergieron interrogantes respecto al cuerpo del maestro, el cual, tiende a desdibujarse bajo obligaciones y roles establecidos a nivel social e institucional, por tanto, queda abierta la posibilidad de indagar y/o cuestionar por la relación cuerpo-maestro, puesto que, también es sujeto de emociones y singularidades.

Finalmente, no se puede negar que este trabajo investigativo impactó el cuerpo y los deseos de las maestras y realizadoras de este trabajo que tuvieron la oportunidad de escuchar y sentir otras vivencias para cuestionar el ejercicio del ser maestro y la educación del cuerpo, el cual, en la contemporaneidad se ha invisibilizado por las prácticas cotidianas, es así, que ser maestra no implica dejar de ser cuerpo.

Referentes

- Cordoba, F (s.f.) *La escuela como tecnología del yo*. Universidad Santa María
- Deleuze, G. (1987). *Foucault*. Barcelona, España: Paidós Studio
- Foucault, M. (1991). *Sujeto y Poder*. Bogotá, Colombia: Carpe Diem
- Graziano, A. & Costantini, P. (s.f). Cuerpo-subjetividad en la educación y en la educación física (el caso de los ingresantes al profesorado universitario de educación física de la unlu.). *X Congreso Nacional De Investigación Educativa*. Recuperado de http://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v10/pdf/area_tematica_06/ponencias/0859-F.pdf
- ICBF, (2016). *Primera Infancias, Modalidad Familiar*. Recuperado de <http://www.icbf.gov.co/portal/page/portal/PrimeraInfanciaICBF/Servicios/Familiar>



Larrosa, J. (s.f.). Sobre la experiencia. Universidad de Barcelona. Ed: Aloma.

Mujeres-Madres ASIVRU (2016) Estrategia pedagógica. Taller –experiencia.

Organización Mundial de la Salud. (2014). *Prevención y erradicación de la falta de respeto y el maltrato durante la atención del parto en centros de salud.*

Recuperado de

http://www.who.int/reproductivehealth/topics/maternal_perinatal/statement-childbirth/es/

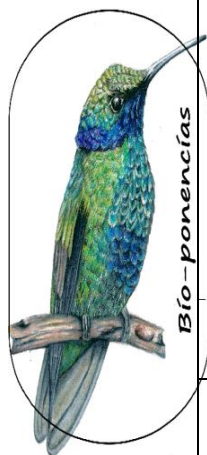
Ruiz, M. (2010). El cuerpo humano como objeto estético. *Revista de Filosofía.* pp.1-7. Tomado de <http://serbal.pntic.mec.es/AParteRei/calvente72.pdf>

Serrano, N. (2014). Violencia obstétrica, un abuso invisible. Tomado de <http://plataformaupb.com/publicaciones/132-violencia-obstetrica-un-abuso-invisible>

Consolidación de la estrategia pedagógica: talleres –experiencias

Eje temático:	objetivo	Taller-Experiencia
El despertar del cuerpo	Identificar las concepciones de cuerpo que tienen las mujeres del grupo itinerante de la Asociación ASIVRU.	Presentación por parte de las tesisas y explicación general del proceso. Desarrollo de la sesión en tres partes: Actividad Introductoria: La vaca sin manchas Dibujando mí cuerpo: Las mujeres van a dibujar su cuerpo sin parámetros específicos para su elaboración. Al finalizar los dibujos, cada mamá expone su dibujo comentando: ¿qué sintió al dibujar?, ¿qué recordaste cuándo dibujaste? e ideas afines. Video Cirugía Plástica Súper Venus: Socialización de pensamientos acerca del video. https://www.youtube.com/watch?v=2rymoxLQGcA .
El despertar del cuerpo	Identificar las concepciones de cuerpo que tienen las mujeres del grupo itinerante de la Asociación	Esta sesión se complementa con el objetivo anterior. Mística del infinito: ¡A partir de este espacio, se busca dar una integración entre las participantes y las tesisas como inicio de la experiencia que se espera construir entre ambas partes, para ello, se ubicar un infinito en el piso y cada una entregara a otra un papel que contiene el poema ¡Y Dios me hizo mujer! de





	ASIVRU.	<p>Gioconda Belli, y declamando las siguientes palabras "Yo soy Yo, tú eres tú y juntas somos nosotras"</p> <p>¿Belleza Perfecta?: Presentación fotográfica Belleza Americana de Carey Fruth, mujeres colombianas y dos pinturas reconocidas (Fernando Botero y Salvador Dalí) para resaltar la diversidad de bellezas corporales. La fotografía hace una metáfora de cajones de armario con los secretos que componen el cuerpo, su historia,</p> <p>Ropero: Por medio de un gancho de ropa y un plástico que representaría las "prendas diarias", se hace la analogía de cómo cada día nos colocamos algo que no deja ver realmente lo que sentimos y pensamos ya que estamos en ocasiones limitados por las obligaciones cotidianas. Se plantean tres preguntas que orientan este taller: ¿Para ti qué es tu cuerpo?, ¿Qué practicas diarias crees que te han afectado? y ¿Qué situaciones te dejarías o te quitarías de tu cuerpo? cada pregunta debe ser respondida en un papel de color específico para así tener un orden en la sistematización.</p>
<p>Historias de vida, vulvas y emociones</p>	<p>Conocer las experiencias de vida en relación al ciclo menstrual desde el conocimiento previo de la vulva.</p>	<p>Masaje ovárico: A partir de una sesión de relajación, las mujeres escucharán una historia que conduce a los recuerdos de la infancia de cada una. Seguido, se da las indicaciones de cómo realizar el masaje ovárico, siendo orientado desde la reflexión sobre el cuerpo. Lo cual, permite iniciar con la temática de ciclo menstrual desde las historias de vida de las mujeres.</p> <p>Socialización: A partir de la relajación y el masaje ovárico, se socializa los recuerdos y sentires de las mujeres durante la actividad. Igualmente se interroga sobre ¿cómo fue tu primera menstruación?, la respuesta debe abarcar el lugar, personas cercanas en ese momento, pensamientos, entre otros.</p> <p>3) Dibuja tú vulva (primera parte):</p>



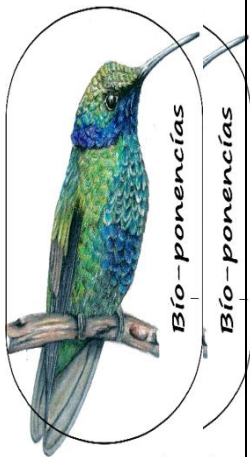
		<p>Previamente se da la aclaración de que todas somos mujeres y que no deberíamos sentir pena. (Hablar sin temores frente al tema permite posiblemente brindar confianza entre todas). El dibujo se orienta bajo tres preguntas: 1) Dibuja tu vulva y ubica las partes que conoces.2) ¿Cuáles emociones relacionas con tu vulva? y 3) ¿la menstruación significa dejar de ser niña?</p> <p>Experiencia ciclo menstrual:</p> <p>A partir de las experiencias mencionadas por las mujeres, se explica con un lenguaje cotidiano y ayuda audiovisual preguntas curiosas cómo: ¿cuántos orificios tienes en tu vulva?, ¿Es diferente la sangre de la menstruación al flujo que aparece durante el embarazo?, ¿qué es una hormona y cómo actúa en el ciclo menstrual?, ¿cuáles son las membranas que recubre al útero?, ¿la sangre de la menstruación es sucia, dañina, buena? entre otras que pueden surgir durante la charla.</p>
<p>Historias de vida, vulvas y emociones</p>	<p>Conocer experiencias de vida en relación al clítoris y sus emociones personales desde el conocimiento previo de la vulva.</p>	<p>El clítoris y su estigmatización en la sociedad.</p> <p>A partir del documental: <i>El clítoris ese gran desconocido</i>, se aborda a nivel biológico el clítoris, estudios referentes y concepciones a lo largo del tiempo desde la iglesia y la ciencia (medicina). Siendo punto de partida el reconocimiento de la vulva, proceso que se lleva desde la sesión anterior. Asimismo, se dialoga con las mujeres desde vivencias referentes al tema.</p> <p>Enlace del video: https://www.youtube.com/watch?v=cTUA4HI2hVg</p> <p>Dibuja tú vulva (segunda parte):</p> <p>Según la sesión anterior y en relación al tema del clítoris, se debe dibujar la vulva nuevamente con sus respectivas partes y escribir ¿cuáles emociones se relacionan con el clítoris?, ¿La menstruación implica dejar de ser niña? Al finalizar, se expone nuevamente desde una imagen la similitud entre el pene y el clítoris.</p>



<p>Sexo, sexualidad y sentidos como experiencia de vida.</p>	<p>Diferenciar sexo y sexualidad desde las experiencias de vida.</p>	<p>Sexo más allá de una identificación biológica: Iniciar con anécdotas sobre el noviazgo permite adentrar en la temática del comportamiento sexual en los animales, para luego enfocar a nivel biológico lo que significa el sexo y algunos cambios físicos en el cuerpo del hombre y la mujer. El sexo se aborda en relación a las relaciones sociales ya que no se debe sesgar la mirada únicamente a la función reproductiva (coito) o diferenciación sexual. Esto permite continuar con la temática sexualidad que se tiende a confundir con sexo.</p> <p>Los sentidos en la vivencia de las relaciones sexuales: A partir de un ejercicio de percepción empleando sonidos de la naturaleza, texturas, aromas y elementos de masajes se propone generar un espacio de relajación, donde, los sentidos sean los principales participes y permitan traer algún recuerdo o sensación por parte de las mujeres. Seguido a esto, se hace la socialización de lo vivido y se cierra con la diferenciación entre sexo y sexualidad.</p> <p>Enlace videos: Cortejo araña: https://www.youtube.com/watch?v=d_yYC5r8xMI El lenguaje de los sexos por Desmond Morris https://www.youtube.com/watch?v=B9MMgtjlxTU</p>
<p>Sexo, sexualidad y sentidos como experiencia de vida.</p>	<p>Generar discusión sobre sexo y sexualidad desde la película Kinsey el Dr. del sexo para conocer diferentes posturas de las mujeres, teniendo en cuenta las</p>	<p>Cine foro, Kinsey el Dr. del sexo: Identificar puntos de vista desde las historias de vida de las mujeres lactantes a razón del sexo y la sexualidad, a partir, de las siguientes preguntas: - ¿La masturbación es vista como algo malo, enfermedad o pecado? - ¿En algún momento nosotras nos hemos sentido culpables, enfermas cuando no se da un "buen coito"? - ¿En el colegio te hablaron sobre educación sexual? - ¿Qué se debe enseñar sobre educación sexual? - ¿Qué piensan de la situación de la protagonista? (Infidelidad del esposo con un joven)</p>



	sesiones anteriores.	
¿Y el amor es...?	Identificar saberes sobre el amor desde las voces de las mujeres lactantes del grupo focal de la Asociación ASIVRU.	<p>Receta del amor: Desde el cortometraje <i>¿Cómo funciona el amor?</i>, escenas de la telenovela (Betty la fea) y frases que tratan de orientar lo qué es el amor, se motiva a las mujeres para que interpreten los significados del amor y su relación con la vida personal.</p> <p>Amor entre melodías: A partir de diferentes géneros musicales se escuchan algunas canciones sobre el amor y se identifica los tipos de amor que constantemente son comunicados desde la música.</p> <p>Manifestaciones de amor: La tercera parte de la sesión se orienta con el interrogante <i>¿En algún momento de tu vida has expresado o sentido amor, por qué?</i> La respuesta debe ser expuesta por medio de recortes y palabras en una cartelera conjunta.</p> <p>¿...Y el amor es...?: Finalizando la sesión, cada mujer debe pensar y decir <i>¿qué es el amor?</i> la respuesta se expone aleatoriamente a medida que se construye una red en lana.</p> <p>Enlaces videos: <i>¿Cómo funciona el amor?</i> https://www.youtube.com/watch?v=8OaHd6_8yfU&t=143s</p>
	Relacionar el amor con el cuerpo de las mujeres para abordar reflexivamente los temas vistos durante el proceso.	<p>¿Quién es perfecto?: Por medio de cortometrajes se orienta se visibilizan la diversidad de cuerpos, cuestionándose <i>¿cuál es el cuerpo normal?</i>, <i>¿les gustaría cambiar algo de su cuerpo?</i>, <i>¿cuándo dejamos de ser niñas?</i>, <i>¿Está mal hacer todo como niñas?</i></p> <p>Siluetas: Por medio de pliegos de papel, las tesistas ayudaran a dibujar las siluetas de cada una de las mujeres, para así plasmar sus cuerpos. Posterior, cada una dibujara detalles como ojos, boca, cabello,</p>



expresiones. Además, de escribir algún compromiso que quieran hacer consigo mismas.

Carta para mi futuro Yo:

Se proyecta un video de una chica que escribe una carta a sí misma, para orientar a cada mujer en la realización de una carta para su futuro Yo, integrando todo lo visto en el proceso, para ello, tendrán ciertos materiales para su realización. Finalmente lo entregaran a las tesistas en forma de trueque, al dar ellas su carta y las tesistas un poema que abarca lo vivido durante el proceso.

Fortaleza de mujer

Un cielo opaco con pocos destellos
guardaba una mirada profunda pero lejana,
donde los cantares de la vida eran recuerdos
casi nulos y silenciosos

Una mañana, la briza trenzaba el cabello
de una dama que con lágrimas hacia
germinar la tierra, pero esta sin amor alguno
entristecía la melodía
de los bosques.

La dama cansada de dar todo de sí
decide cambiar las lágrimas por raíces,
raíces fuertes y firmes para ser guerrera
de su vida y sus decisiones.

Ahora, la dama canta melodías armoniosas,
proyecta nuevos caminos germinados
de sueños e ideales, que hacen recordar
el amor propio de mujer que cada una debemos tener.

Carolina Peña