

EL AUTORECONOCIMIENTO: PRIMER TALLER PSICOSOCIAL GRUPAL A TRAVÉS DEL ARTE



Desde las Casas de Paz se da inicio al primer taller grupal psicosocial donde se trabajó sobre el autoreconocimiento. Este espacio tuvo como objetivo el fortalecimiento y articulación de las herramientas de transformación personal y social, su desarrollo y la incidencia en las vivencias de las ciudadanas y los ciudadanos vinculadas a las distintas Casas de Paz. En este espacio la población con OSIGEG diversas participante en cada uno de los talleres se abren a la exploración de sus cuerpos desde las propias construcciones de su orientación sexual e identidad de género que pueden ser invisibles para quienes les observan pero que ellos y ellas conocen.

Este espacio de apoyo psicosocial a través del arte generó herramientas que permitieran a las personas participantes reconocerse desde

afuera hasta esferas más internas. Observarse en el espejo puede ser en ocasiones una acción cotidiana, pero buscarte y reconocerte en ese reflejo implica un proceso de reconocimiento íntimo que logra confrontar las identidades, logra confrontar el ser y confronta los cuerpos que hay se reflejan más allá de la estética. Reconocerse desde el reflejo del espejo y dibujar lo que percibes pero también como te percibes llevado por interrogantes tales como: ¿Le conoces?, ¿Las demás personas le conocen?, ¿Te gusta lo que ves en el espejo?, ¿Te gustaría cambiar algo en lo que ves?, la mirada, una boca, unas cejas o el cabello, llevan a interiorizar sentimientos y emociones profundas que en muchas ocasiones se encuentran ocultas detrás de una imagen que se cuida para no ser violentada nuevamente.



Con el apoyo de:



El Autoreconocimiento desarrollado a través de una apuesta artística de Autorretrato donde cada persona observó su rostro y su cuerpo, analizó cada detalle de su figura haciendo de este espacio un momento importante, fue el espacio para decir esta/este soy, dando respuesta a la pregunta dirigida durante la actividad ¿Quién soy yo?, y plasmar una silueta de tal manera que reflejaran el sentir personal, donde cada línea, cada trazo, cada color y cada detalle era la voz viva de cuerpos que buscan auto-reconocerse, aceptarse y amarse más allá de los estereotipos y los modelos corporales impuestos por una sociedad machista y heteropatriarcal.

Casa de Paz de Maicao

En Maicao, el taller psicosocial estuvo dirigido por el Psicólogo Giovanni Molinares se desarrolló con la participación activa de 13 ciudadanos y ciudadanas quienes se mostraron contentos y expresivos al momento de realizar su autorretrato, sus rostros radiaban felicidad de ser quienes querían por medio de su imagen plasmada en su dibujo.

“la aceptación de nosotras y nosotros mismos como personas que tienen aspectos positivos pero también aquellos aspectos a mejorar, fortaleciendo el auto concepto y mejorando la forma en la que otras personas les perciben”.

Ejercicios Realizados en el taller de la Casa de Paz de Maicao





Con el apoyo de:



Casa de Paz de Ciénaga Magdalena

Se desarrolló en Ciénaga la actividad psicosocial dirigida por el Psicólogo Sergio González, en compañía de 13 ciudadanos y ciudadanas. Las y los participantes de la casa de paz de Ciénaga Magdalena se mostraron muy contentos con este encuentro psicológico a través del arte, disfrutaron de poder describir su rostro, y poder compartir un poco sobre sus experiencias personales y sobre su propio autoconcepto. Expresa Felipe Andrés “La experiencia vivida en la primera actividad fue reconfortante, pues hablar de ti mismo ser escuchado por otro cuesta, identificar cada rasgo, gesto, cosas que nos hacen nosotros entender nuestra propia “perfección” entender las complejidades de cada quien hace que nuestro enfoque hacia uno mismo lleva a un bienestar”.

**“Donde el arte es el camino para la
expresión del ser”**

■ Ejercicios Realizados en el taller
de la Casa de Paz de Ciénaga





Con el apoyo de:



Casa de Paz de Soledad

La actividad estuvo dirigida por la Psicóloga Lucila Ordoñez acompañada de 25 ciudadanos y ciudadanas, quienes se mostraron atentos y comprometidos con el desarrollo de la actividad, tomándose el tiempo necesario para crear y desarrollar su imagen o dibujo ya que todos no fueron siluetas del cuerpo, sino que algunas craron otro tipo de dibujos que les representara. El entusiasmo fue notorio, se les veía como buscaban colores que les permitieran mostrar quienes eran pero sobre todo como se sentían. Como lo expresan uno de los ciudadanos que participó en el taller.

"Me gustó mucho la actividad, fue muy divertida y reflexiva, el crear un reflejo de mí y mirar lo que eso significa, ver dentro de mí desde un espejo, la experiencia me gustó mucho y el compartir con mis amigos aun en la distancia le dio un toque mucho más lindo" - Cristian Cudriz.

"El espejo es el reflejo directo y tangible de cómo nos vemos, pero la creación de formas, colores y líneas reflejan nuestra identidad desde aquello que no es tangible y muchas veces no se expresa frente a los demás".

Ejercicios Realizados en el taller de la Casa de Paz de Soledad



Casa de Paz

El Carmen de Bolívar

La actividad estuvo dirigida por la Psicóloga Isabel Hurtado, donde participaron alrededor de 26 ciudadanos y ciudadanas. Fue un espacio que permitió el trabajar en equipo, un momento especial que revivió la alegría y sueños de algunos de los y las ciudadanos, puesto que manifestaron al momento de realizar su autorretrato transformar su mente, expresa uno de ellos “me sentí, en un desfile de moda, haciendo lo que nunca pude hacer cuando era más joven, caminar con mis tacones como toda una diva, eso es lo que soy por dentro aunque no lo refleje”. El momento fue propicio reflejando sentimientos y emociones propias de cada uno de los y las participantes.

Con este primer taller se logra un proceso reflexivo de los y las ciudadanas, donde adquirieron noción de su propio ser, identificando en su intimidad en el resultado del autorretrato, lo que les caracteriza, sus cualidades y rasgos físicos, lo que les gusta y no les gusta de su rostro o cuerpo. Además de las emociones y sentimientos expresados, este espacio fue un desborde de creatividad, colores y alegrías.

“El autoreconocimiento se transmite como forma activa de identificación a través del arte”.

Ejercicios Realizados en el taller de la Casa del Carmen de Bolívar





Con el apoyo de:



Casa de Paz Montelíbano

En Montelíbano el taller contó con la participación de más de 20 ciudadanas y ciudadanos y fue dirigido por la psicóloga Andrea Mendoza. Durante el encuentro las participantes manifestaron sentirse alegres de poder tener estos espacios. La creatividad fue el ingrediente principal y les permitió identificarse consigo mismos desde sus dibujos, como lo manifestó una de las personas asistentes al taller. “Antes de empezar la actividad me sentía curioso e inquieto sobre la actividad que íbamos a realizar con los materiales proporcionados, cuando nos conectamos y explicaron la actividad, la verdad me gustó mucho porque a través de un dibujo de mi reflejo me enseñó a identificarme y demostrar lo que soy y reflejo en mi interior de cómo me reconozco como persona lgtbi”.

“El Autoreconocimiento la base de exploración para conocerse uno mismo - Montelíbano”

■ Ejercicios Realizados en el taller de la Casa de Montelíbano

