

PINACOTECA
DE LOS
sentimientos

DERECHOS HUMANOS
Y ARTE TERAPÉUTICO
PARA LA CALIDAD DE VIDA

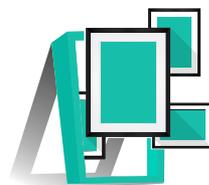
ÍNDICE

Introducción.....	4
Objetivo.....	6
Descripción.....	7
Ejes Fundamentales.....	9

Introducción

La preservación continua de los derechos humanos es absolutamente fundamental en sociedades democráticas que creen haber conquistado la mayoría de ellos. Desgraciadamente, en la actualidad estamos asistiendo con estupor a degradaciones de estos derechos conquistados en sociedades que, creíamos, que contaban con democracias consolidadas. En otros países se están anulando derechos fundamentales, retrayéndose a verdaderas aberraciones contra determinados colectivos.

Desde esta perspectiva, y con la mirada puesta en lo esencial que es mantener la paz y la armonía en la sociedad a través del respeto a los derechos humanos, consideramos que, más que nunca, es necesario seguir protegiendo y promocionando todos los derechos a los que los seres humanos podemos y debemos acceder. Sin dar nada por sabido ni conquistado, es absolutamente necesario seguir realizando acciones que los garanticen y hagan consciente a la población de la importancia de poder disfrutar de una amplia cobertura de derechos y de la gravedad que supondría perder alguno de los que ya tenemos.



En este sentido, sabemos que nuestras emociones y valores personales desempeñan un papel esencial en la formación de opiniones y creencias, lo cual influye enormemente en el proceso de toma de decisiones de cualquier persona. Experimentamos y expresamos emociones y sentimientos, independientemente de nuestra raza, género, religión, cultura u orientación sexual.

Es imprescindible que la ciudadanía sea consciente de cuándo y dónde se están violando los derechos más universales y que los comprendan en su esencia; y esa esencia sólo puede ser a través de las más íntimas emociones. Para ello, siguiendo la línea de la neurociencia, y con el Arte como herramienta, queremos usar nuevas narrativas que nos lleven a afianzar el conocimiento y significado real de los derechos humanos en la población. De esta manera, contribuimos a desarrollar habilidades socioemocionales como la empatía, la resolución de conflictos y la autorregulación emocional, consiguiendo una gestión adecuada de emociones -propias y ajenas- que permitirá un mejor desarrollo del pensamiento crítico.

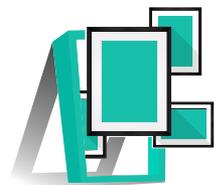
No olvidemos que la digitalización y las redes sociales son fundamentales en este mundo interconectado en el que nos movemos. En ellas las luchas por los derechos humanos y la igualdad muchas veces se ven amenazadas por discursos que buscan deslegitimar las reivindicaciones y conquistas alcanzadas, minimizando las desigualdades sociales.

Por ello, entendemos importante activar campañas de sensibilización enfocadas a las rrss que inciden en la idea de que todas las personas deben ser tratadas con justicia y respeto, potenciando la convicción de que crear un futuro mejor, con libertad, igualdad, respeto y dignidad es posible, al tiempo que intervenimos de forma directa en los entornos locales con grupos en talleres productivos y en la ciudadanía en general, transmitiendo los mensajes sobre los DDHH desde las percepción de participantes.

2

Objetivos

Mejorar la concienciación social sobre la importancia de los Derechos Humanos en los entornos rurales de la Comunidad Autónoma de Extremadura



Descripción

El proyecto “**Derechos Humanos en la Pinacoteca de los Sentimientos desde la Educación para una Ciudadanía Global**” propone una metodología revolucionaria en el camino a la sensibilización y puesta en valor de los Derechos Humanos. Ofreciendo su aprendizaje y comprensión a través de lo sentido, es decir, a través de los sentimientos y las emociones de los propios participantes. Entendemos que es especialmente relevante aunar las herramientas artísticas, la poesía visual, como metodología para favorecer un mejor posicionamiento y aprendizaje en el marco de la Educación para la Ciudadanía Global, en tanto en cuanto, como afirma la neurociencia, las emociones activan áreas específicas del cerebro, como el sistema límbico: responsable de la regulación de las emociones. Aprender a través de los sentimientos mejora notablemente la comprensión, la retención de la información, el pensamiento crítico, la empatía y el autocontrol.

El desarrollo del proyecto se contempla durante dos años y en dos etapas, junto a la ejecución de un plan de comunicación paralelamente. De esta manera contaremos con tres ejes fundamentales:

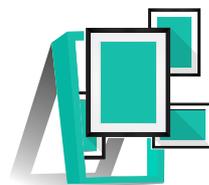
Acción (ejecución de los talleres), Exposición (muestra de las obras realizadas en los talleres), y Comunicación (diseño y ejecución de un plan de comunicación online y off line).

La primera etapa estará marcada por la ejecución de 10 talleres realizados en diferentes Universidades Populares y versarán sobre los Derechos Humanos. Cada taller se desarrollará en tres días con un enfoque intergeneracional y sin perder en ningún momento la perspectiva feminista e intercultural.

En cada taller se elegirá uno o dos derechos humanos, por medio de diferentes técnicas sensitivas se trabajará con un objetivo: qué emoción primaria despierta ese derecho en concreto. Ese sentimiento será plasmado sobre un lienzo mediante pinturas y material reciclado.

La segunda etapa dará vida y proyección a los trabajos realizados. Para ello, se organizará una exposición itinerante entre diferentes Universidades Populares, con una selección de las obras generadas en los talleres y que constituirá una pinacoteca de las emociones que desprenden los derechos humanos. Como todos los sentimientos y emociones, sea de quien sea, son importantes y tienen el mismo valor, esta exposición irá acompañada de una publicación en la que se recopilará todas y cada una de las obras creadas durante el proyecto.

El plan de comunicación tendrá como misión la promoción del proyecto de manera que la población se active y se embarque en la participación. Además, se contempla una campaña de sensibilización, en las redes sociales, pero no solo centrado en nuestros derechos, sino también en el tipo de sociedades en las que queremos vivir: comunidades diversas e inclusivas, justas, sostenibles y pacíficas.



Ejes fundamentales

ACCIÓN:

En la "Pinacoteca de los sentimientos", la expresión creativa artística será el vehículo que permita desarrollar la capacidad de reflexión, comunicación, expresión, autocontrol y empatía. Así como llegar a una comprensión y retención mayor sobre los DDHH. Para ello, proponemos la realización de 10 talleres en 10 Universidades Populares con una duración de 9 horas, con los que pretendemos llegar a 150 participantes.

Objetivos específicos de los talleres.

Promover relaciones interpersonales.

- Mejoran las relaciones interpersonales y el nivel socio-afectivo entre las mujeres participantes.
- Mejorar el clima grupal y el nivel socio-afectivo del grupo atendido.
- Mejorar la cooperación, cohesión, implicación y pertenencia grupal.

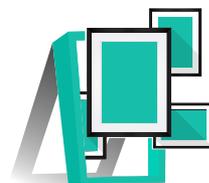
- Se potencian las habilidades de relación interpersonal de las personas participantes.
- Ayudar a transmitir emociones y sentimientos.
- Adquirir, dentro de las posibilidades, el conocimiento de técnicas, medios y procedimientos que favorezcan la expresión y comunicación.
- Mejorar la comunicación tanto verbal como no verbal que les permita ampliar su mundo relacional.
- Conocerse y conocer, fomentar la convivencia, integrarse en un grupo, participar y sobre todo disfrutar.
- Expresar libremente sentimientos, emociones, conflictos.
- Desarrollar la sensibilidad, la percepción y la imaginación para evitar la rigidez en los esquemas mentales.
- Reflejar, predecir (y en su caso prevenir) procesos sociales y personales.
- Construir a través de la creación artística un clima que propicie vínculos de confianza, respeto y libertad.
- Fortalecer las relaciones entre los asistentes a través de la comunicación y la escucha.
- Favorecer el desarrollo y potenciación de conductas socializadoras.

Fomentar la creatividad

- Desarrollar otras capacidades creativas e intrapersonales.
- Fomentar el potencial para crear e innovar de las personas participantes.
- Desarrollar la formación para el trabajo de la creatividad y las habilidades personales.
- Facilitar las herramientas adecuadas para la potenciación de la creatividad en las personas atendidas.

Promover el bienestar subjetivo

- Enriquecer las experiencias perceptivas, intelectuales, corporales y estéticas de los asistentes.



- Favorecer en estas personas un mayor equilibrio emocional así como mejorar su bienestar físico y social.
- Se potencian las capacitaciones emocionales y sociales de las personas participantes.
- Se reduce el estrés.
- Relajar tanto el cuerpo como la mente.
- Aumentar el grado de concentración.
- Ofrecer una actividad que potencie el desarrollo de las áreas cognitiva y perceptiva.
- Desarrollar la expresión corporal.
- Ofrecer una actividad para el desarrollo de sus habilidades motoras y psicomotoras.
- Elegir, variar, repetir experiencias o hasta incluso destruir el resultado de las mismas (como representación de otros procesos).
- Aprovechar las cualidades terapéuticas de la misma actividad artística.
- Dar importancia al proceso que tiene cada usuario/a para manifestar su interioridad, al estar las artes plásticas englobadas dentro de la comunicación no verbal.
- Desarrollar la autoestima.
- Aprender a liberar y controlar los impulsos.
- Conseguir sacar tiempo para disfrutar de una misma, de la relación con las compañeras y de las actividades propuestas.

El esquema que se desarrollará dentro de los talleres será el siguiente:

SESIONES DE 3 HORAS (de 17 a 20 horas)

Día 1 (2-3 horas)

- Presentación y explicación sobre el desarrollo del taller.
- Introducción y posicionamiento hacia los DDHH.
 - A. Juegos iniciales y dinámicas grupales de presentación y confianza (Desinhibición, calentamiento y cohesión-relación grupal).
 - B. Relajación y concentración: respiración, música...
 - C. Realización de obras artísticas, taller de expresión en sí,

sobre diversos formatos: dibujo, modelado de arcilla, escritura...

- Dinámica "Brainstorming" con la que, los participantes elegirán artículos de los derechos humanos con los que se trabajará, se consensuará la palabra que lo englobe para poder realizar la siguiente actividad. Fomentando con esta dinámica la cooperación y colaboración creativa.
- Dinámica sensitiva: Con esta técnica se trabajará la toma de conciencia y autocontrol.

Día 2 (2-3 horas)

- Desarrollo de una obra pictórica que plasme la emoción y sentimiento que el derecho humano haya provocado en cada persona. Para ello se utilizará cualquier elemento susceptible de formar parte del estilo libre que cada persona quiera darle a su obra, destacando los pigmentos y materiales reciclados.

Día 3 (2-3 horas)

- Finalización de las obras individuales.
- Verbalización y evaluación.

Revisión- reflexión: cómo nos hemos sentido durante el proceso creativo, que imágenes nos han venido a la cabeza... compartir con el resto de compañeras nuestra vivencia, siempre hasta donde una quiera, siempre desde el respeto.

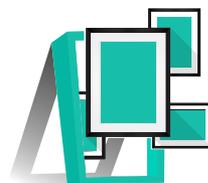
- Despedida y cierre.

Necesidades:

- .- Material fungible y de reciclaje para la formación.

Metodología

- Práctica: se utilizan numerosos ejercicios prácticos para obtener resultados observables, se conecta la teoría con aquello que será útil y aplicable.
- Adaptada: se flexibilizan y ajustan los contenidos y metodolo-



gía a las características, inquietudes y necesidades reales de la organización.

- Integral: se potencian las competencias integrando el "saber" (conceptos, información, teoría), "querer" (motivación, actitudes y aspectos emocionales) y "poder" (habilidades y recursos personales).
- Participativa: se utilizan técnicas para propiciar que el grupo construya su propio aprendizaje de forma activa.
- Motivante: se parte de la experiencia del grupo participante y se trabajan los objetivos de forma lúdica y divertida.
- Vivencial: se dirige al grupo y a la persona en todas sus dimensiones, interrelacionando razón, emoción, acción, cuerpo y contexto. Se aprende desde experiencias.
- Atención a la diversidad: teniendo en cuenta los diferentes ritmos de aprendizaje tanto de cada colectivo en particular como de cada persona en concreto, así como sus distintos intereses y motivaciones.

Evaluación del proceso de enseñanza aprendizaje estará presente en nuestras acciones de forma permanente:

Concebimos la evaluación de manera holística, es decir, analizaremos todos los aspectos de la expresión integral que nos permitirá la retroalimentación, la aportación de informaciones precisas que nos orienten la reestructuración de la actividad en conjunto.

Normas

Las asistentes al taller se comprometen a la confidencialidad y respeto. Lo que pasa en el taller se queda en el taller

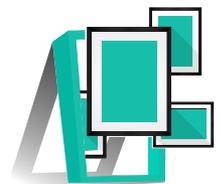
EXPOSICIÓN

Exposición de los Derechos Humanos: Realización de 20 paneles que se pondrá en las localidades donde se ejecutarán los talleres y formarán parte tanto de la campaña de promoción como de sensibilización, esta exposición cuenta con las siguientes características:

- Cada panel contendrá un artículo de la Declaración de los DDDHH.
- Logo identificativo.
- Imagen alusiva y un texto de acciones cotidianas.
- El diseño general irá marcado por un estilo moderno y minimalista, siguiendo la máxima de que menos es más, con el objetivo de centrar la atención y destacar el artículo en sí. Con esta técnica pretendemos llegar al mayor número de personas posibles y generar conversaciones entorno a las temáticas que se van a trabajar.

Exposición local con las obras generadas en el taller: Con la intención no solo de mostrar el contenido generado en el taller, sino, sobre todo, de dotar a los y las participantes de la importancia y reconocimiento que merecen, las obras realizadas se expondrán en las 10 UUPP donde se han realizado los talleres durante una semana. Para ello, celebraremos un acto donde tras una presentación enfocada en los DDHH se dará paso a los verdaderos y verdaderas protagonistas: los y las participantes. Ellos y ellas presentarán sus obras, hablarán sobre cómo la crearon, cómo se sintieron y cómo llegaron a relacionarla con el derecho humano en concreto trabajado. Con esta propuesta se pretende mostrar y sensibilizar sobre los DDHH y, al mismo tiempo, llevar a los asistentes a reflexionar sobre su aplicación a nuestra vida cotidiana.

La organización de esta actividad, lleva implícita la adecuación de las obras a formato expositivo, instalación y participación de los responsables organizacionales o institucionales.



Para el proyecto, esta actividad es especialmente relevante ya que se considera que tiene un alto atractivo para la participación, al tratarse de obras realizadas por personas de la propia localidad. Con ello, queremos facilitar acercarnos a los sectores menos implicados y que mayores dificultades presentan a la hora de asistir a eventos sociales y de cooperación.

Exposición general itinerante: Para la exposición se seleccionarán un conjunto de 30 obras que se expondrán en 17 UUPP del territorio extremeño acompañada de una publicación impresa que contendrá todas las obras realizadas por los y las participantes, que serán tratadas para su exposición final a través de herramientas de impresión digital.

Cada localidad donde se han desarrollado los talleres, elegirán dos o tres obras contando con la valoración de expertos de AUPEX en arte y cooperación y la votación de los visitantes de la exposición de forma que la ciudadanía extremeña pueda valorarlas y tenga de esta forma una implicación directa y creando una mayor interacción comunitaria.

COMUNICACIÓN

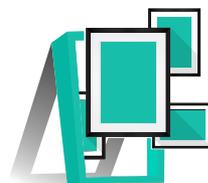
Las redes sociales son las principales fuentes de información actualmente, son fundamentales en este mundo interconectado en el que nos movemos. En ellas, la lucha por los derechos humanos y la igualdad, se ve amenazada, en muchas ocasiones, por discursos que buscan deslegitimar las reivindicaciones y conquistas alcanzadas, minimizando las desigualdades sociales. Por ello, el Plan de Comunicación buscará hacer una clara contraposición creando nuevas narrativas donde se potencie la convicción de que crear un futuro mejor, garantizando y respetando los DDHH, es posible. Para ello, se contempla dentro del Plan una campaña de sensibilización que difunda la Declaración Universal de los Derechos Humanos desde un enfoque claro y conciso basado fundamentalmente en imágenes con mensajes cortos, directos e impactantes.

1. Promocionar los talleres y exposiciones con el objetivo de conseguir el mayor número posible de participantes. (Campaña de promoción)
2. Difundir el seguimiento y los resultados obtenidos en las diferentes actividades.
3. Crear una campaña de sensibilización para acercar los DDHH a la ciudadanía extremeña y, así, fomentar el conocimiento de los mismos, informar sobre cómo y por qué se gestaron (la importancia de conocer la historia para que no se repita), destacar su relevancia... En definitiva, concienciar a la sociedad extremeña de la importancia de garantizarlos y promoverlos.

Dentro del mismo Plan contemplaremos dos líneas complementarias a seguir, una online donde las rrrs tendrán el protagonismo y otra offline basada en el diseño y pegada de cartelería. Entendemos que en el ámbito rural la distribución de carteles es una estrategia que, a día de hoy, sigue funcionando para conseguir acercarnos al target de los talleres.

Su estructura, básicamente, estará explicitada siguiendo el siguiente esquema:

- Promoción del proyecto explicando su hoja de ruta
- Promoción del taller, dirigiendo las publicaciones hacia las localidades donde se desarrollará el proyecto y localidades vecinas.
- Seguimiento de los talleres y promoción de los siguientes:
Promoción de la Exposición Itinerante.
- Campaña de sensibilización.
- Seguimiento de la Exposición Itinerante.





PINACOTECA
DE LOS
sentimientos