

# *Lugar común de lo diferente*

## *Guía para facilitadoras*



*Carmina Hernández Covarrubias*

# ***Lugar común de lo diferente***

## ***Guía para facilitadoras***

***Carmina Hernández Covarrubias***



**DIF**

  
**FONDO  
MEMORIAL**  
Eduardo Vargas  
POR UNA VIDA FELIZ

Fondo de Desarrollo de las  
Naciones Unidas para la Mujer  
**UNIFEM** 

Lugar común de lo diferente. Guía para facilitadoras  
© Carmina Hernández Covarrubias, 2012

Asesoría y revisión didáctica: María Morfín Stoopan  
Composición y diagramación: Raúl Berea Núñez  
Ilustraciones: Carmina Hernández Covarrubias

La edición se realizó gracias al apoyo de UNIFEM.

“Esta guía se imprimió con apoyo del Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia. Este Programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos a los establecidos en el Programa”.

# Contenido

<i>AGRADECIMIENTOS CON EL CORAZÓN</i>	7
<i>PRÓLOGO</i>	8
<i>LOS MOTIVOS DE LA GUÍA</i>	10
<i>LOS OBJETIVOS Y LOS CONTENIDOS DE LA GUÍA</i>	12
<i>LA VISIÓN REAL DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD</i>	14
<i>LOS OBJETIVOS DEL TALLER</i>	16
<i>METODOLOGÍA</i>	18
<i>LA ACTITUD ESENCIAL DE LA FACILITADORA</i>	23
<i>EL GRUPO</i>	26
<i>DINÁMICAS DE GRUPO</i>	30
<b><i>Dinámicas de apertura</i></b>	
1. <i>Bienvenida y presentación</i>	34
2. <i>Para conocernos: qué nos gusta y qué no nos gusta</i>	36
3. <i>Aquí y ahora</i>	38
4. <i>Buscar algo como yo</i>	40
5. <i>Saludos creativos</i>	42
6. <i>Aprende a disfrutar el momento</i>	44
7. <i>Un paseo por allí</i>	46

### ***Dinámicas sobre el tema central***

<i>8. Lo que imaginas y lo que es</i>	50
<i>9. El arco iris</i>	52
<i>10. Las colas</i>	55
<i>11. Un encuentro muy singular</i>	57
<i>12. Características comunes y diferentes</i>	60
<i>13. La niña que nació con dos ojos</i>	62
<i>14. Maestros y alumnos</i>	64
<i>15. De ángeles, diablos y héroes</i>	66
<i>16. ¿Un cuadrado perfecto?</i>	68
<i>17. De la semilla al árbol</i>	70
<i>18. Un árbol muy especial</i>	72
<i>19. El hilo de Ariadna</i>	74
<i>20. Mi mayor limitación</i>	76

### ***Dinámicas de cierre***

<i>21. El maíz</i>	80
<i>22. Una sola palabra</i>	82
<i>23. Narrar nuestra experiencia como un cuento</i>	84
<i>24. La flor</i>	86
<i>25. Los abrazos</i>	88

### **ANEXOS**

<i>Anexo 1. Formato para elaborar un programa</i>	92
<i>Anexo 2. Fuentes de consulta de información complementaria</i>	93
<i>Anexo 3. Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad</i>	94

*A las y los jóvenes de Piña Palmera*

*A Toño y Mario, promotores de CAMADDS*

*A Manuel por confiar en mí y por estar en el océano de la vida*





## ***Agradecimientos con el corazón***

Esta guía es fruto de las experiencias y la sabiduría de muchas personas que han recorrido conmigo los TALLERES DE SENSIBILIZACIÓN *Lugar común de lo diferente* y que me han nutrido para desempeñar mejor mi tarea como facilitadora.

En primer lugar quiero agradecer a mi mamá, Blanca Covarrubias, quien además de darme la vida y su vida entera, compartió conmigo una sencilla y profunda reflexión acerca de ser madre de una niña con discapacidad. Esto me hizo entender mejor a las madres y padres de familia que tienen niños con discapacidad. Así fue que a través de ella yo pude comenzar a crear este *Lugar común de lo diferente*. Pero también agradezco a Javier Hernández, mi padre, su infinito amor y apoyo.

Agradezco a los integrantes del Centro de Atención Infantil Piña Palmera, AC y a mi gran amiga Flavia Anau, la maravillosa y fundamental oportunidad de poder trabajar, soñar y caminar juntos en pos de un mundo mejor para todos y todas.

También agradezco a Alicia Molina por su hermosa amistad, su gran sabiduría, su apoyo y cariño incondicional. Así mismo al Fondo Memorial Eduardo Vargas, por apoyarme siempre y creer en mí.

A María Morfín y a Raúl Berea, amigos del alma, les agradezco la afortunada, dichosa y deliciosa aventura de trabajar juntos en la elaboración de esta guía.

A las y los participantes del primer taller de formación de promotores, les doy las gracias por sus valiosos comentarios, especialmente a Ma. Ruth Vázquez por sus puntuales señalamientos al texto de la guía.

A UNIFEM le agradezco el financiamiento por el cual se pudo estructurar esta guía.

Pero sobre todo, agradezco infinitamente a todas las mujeres y hombres, ancianos, adultos, jóvenes y niños, (en especial de las comunidades indígenas y rurales), quienes a lo largo de estos años han participado en los talleres y, con el corazón en la mano, han compartido sus vivencias, emociones y sentimientos. Les doy las gracias porque, además de haberme nutrido como persona, han contribuido a que los talleres se renueven y evolucionen constantemente. Ellos y nadie más son la voz principal y creativa del *Lugar común de lo diferente*.

Carmina Hernández Covarrubias  
Ciudad de México, octubre de 2009

## Prólogo



Los talleres de Carmina Hernández contradicen su nombre, no son un lugar común —en el sentido coloquial de la expresión— sino una experiencia inédita. Constituyen un espacio lúdico, de reflexión y trabajo donde aprendemos a asumir nuestra vulnerabilidad, nuestras diferencias y donde paradójicamente encontramos nuestra identidad, generando un nosotros fuerte.

Ella utiliza la discapacidad como un motivo para que todos —los que la tienen y los que no— reflexionemos juntos sobre nuestras limitaciones, nuestra fragilidad, los obstáculos y los retos que cada uno enfrenta y nuestros derechos.

Durante los últimos ocho años, el Fondo Memorial Eduardo Vargas A.C. le ha solicitado a Carmina que imparta sus talleres dirigidos a padres de familia, maestros y promotores sociales, a niños y jóvenes con y sin discapacidad, en cada una de las organizaciones que el Fondo apoya y que constituyen la Red Discapacidad y Comunidad.

Se trata de organizaciones sociales que trabajan para dar atención integral y abrir las puertas de la plena inclusión social a niños y jóvenes con discapacidad y sus familias.

Los talleres han sido una forma de vincular a estas

organizaciones y hacer operar una red que respeta las diferencias y nutre las semejanzas entre ellas.

Al fortalecer a los papás, dándoles el apoyo que necesitan para convertirse en padres verdaderamente aceptantes; al nutrir la autoestima de los niños con discapacidad; al promover que los jóvenes se asuman como personas con derechos; al sensibilizar a la comunidad Carmina y sus talleres *Lugar común de lo diferente* van abriendo espacios donde las diferencias son vistas como parte de la riqueza del grupo, como motivo de crecimiento, de solidaridad y de encuentro.

Cuando conocí estos talleres, me parecía que su único defecto era que no se podían reproducir. Yo sentía que todos deberíamos tener la experiencia y la oportunidad de crecer que nos ofrecía en cada sesión. Sin embargo, me decía, esta experiencia depende de cualidades que sólo Carmina tiene: la forma desparpajada, antisolemne y clara como asume su discapacidad; su capacidad de jugar, su sentido del humor y su enorme creatividad; el respeto e interés con el que escucha, y por último una destreza extraordinaria que ella ha desarrollado a partir de su propia limitación. Carmina, quien tiene parálisis cerebral, articula cada palabra con mucha dificultad, pero eso la ha llevado a decir las cosas más

sabias y más profundas con una brevedad y una redondez contundente. Sus palabras son las esenciales. Todo esto, es irreplicable.

Y una vez más Carmina me sorprende. Esta guía es una apuesta generosa a que los demás también podemos lograr esos espacios de encuentro. A partir de un análisis objetivo y sistemático de sus más de quince años de experiencia impartiendo talleres, nos devela con palabras muy sencillas su metodología de trabajo, sus estrategias de comunicación y las muchas dinámicas que ha retomado e ideado para ponernos a todos a crear, a jugar, a reflexionar en lo que juntos podemos hacer para inventar un mundo sin barreras, donde las personas con discapacidad puedan desarrollar sus capacidades, ejercer sus derechos y aportar eso único y diferente que cada uno es. Un mundo en el que la palabra todos, de veras nos incluya a todos.

Alicia Molina  
Directora operativa  
del Fondo memorial Eduardo Vargas, AC

## Los motivos de la guía



A lo largo de los años he tenido la oportunidad de dar el taller Lugar común de lo diferente a grupos de muy diversa índole: madres de familia de comunidades indígenas y rurales, personal de centros de rehabilitación, educadores de escuelas públicas, en los CECATIS<sup>1</sup> y a jóvenes, niños y niñas.

Entre muchos otros lugares, frecuentemente he dado el taller en San Antonio Buena Vista, Chiapas, una de las comunidades en las que se vive en condiciones de mayor pobreza en nuestro país. Mario es un promotor de esa comunidad y trabaja con los niños con discapacidad en CAMAAD<sup>2</sup>.

En una ocasión Mario me dijo con un brillo intenso en sus ojos:

*-Yo tengo que trabajar duro, no importa cuánto me cueste, para que mi hija pueda ser lo que quiere ser. Ella dice que quiere ser doctora. Yo no pude estudiar, pero quiero que mis hijos sí lo puedan hacer.*

<sup>1</sup> Centros de Capacitación para el Trabajo.

<sup>2</sup> Centro de Capacitación, Asesoría, Medio Ambiente y Defensa del Derecho a la Salud, AC.

Esto me conmovió profundamente. La pequeña hija de Mario tiene parálisis cerebral infantil y en aquel entonces tenía menos de 7 años. Yo no sé si ella será doctora, pero lo cierto es que esa niña tendrá la oportunidad de ser lo que desee.

Este hecho tiene otro significado también muy importante. Mario es un hombre que está aceptando, valorando, creyendo, apoyado y realmente amando a su hija, dentro de un mundo que privilegia a los hombres, y que también es excluyente, injusto e ignorante frente a las personas con discapacidad.

Mario y Toño, otro promotor indígena amigo mío, llegaron una noche y me compartieron su deseo de dar talleres en su comunidad. Como ambos habían ya estado en varios de mis talleres, les propuse que a la mañana siguiente dieran ellos el taller en mi lugar. No tuvieron que pensarlo ni medio segundo, a los dos se les iluminó la cara. Al día siguiente el taller fue maravilloso, y me di cuenta de que tan sólo por haber estado en los talleres ya habían captado la esencia para ser unos grandes facilitadores.

Creo que esta historia aclara los motivos esenciales que me han llevado a crear esta guía que está dirigida especialmente

a mujeres y hombres que deseen ser facilitadores en sus comunidades indígenas o rurales. Me parece que no hay nadie más adecuado para generar cambios en las comunidades como las madres y los padres de familia, las personas con discapacidad, y las y los jóvenes de esas mismas comunidades.

Inicialmente el apoyo de UNIFEM<sup>3</sup> especificaba que esta guía debía de estar dirigida a mujeres con o sin discapacidad (madres de familia, abuelas, hermanas, etc.) porque comunitariamente son las más involucradas y afectadas por lo que significa actualmente la discapacidad.

Sin embargo, al hacer una reflexión a fondo decidimos ampliar el grupo de lectores a los que queremos llegar. La inclusión de las personas con discapacidad en la sociedad es sólo verdadera con la inclusión de absolutamente todas las personas de la comunidad, en su gran arco iris de diversidad. Así, los hombres tienen también que estar involucrados en la búsqueda de la libertad, independencia y desarrollo de las mujeres, compartiendo roles y responsabilidades.

Esta necesidad la han solicitado explícita y enérgicamente una gran cantidad de mujeres de las comunidades, a través de mis talleres. Ellas dicen que el hombre habitualmente huye de su responsabilidad como padre y mucho más cuando tienen un hijo con discapacidad; no se involucran en la rehabilitación y en el peor de los casos abandonan a la familia.

Así pues, es importante que haya más hombres y padres de familia comprometidos, como Mario. Que sean conscientes, solidarios y amorosos con sus esposas y con sus hijas, y que luchen por los derechos humanos de las personas con discapacidad, por los de las mujeres, los niños, los jóvenes, los ancianos y los indígenas, entre otros.

3 Fondo de Desarrollo de las Naciones Unidas para la Mujer.

Sólo mujeres y hombres soñando y trabajando juntos pueden crear verdaderamente su propia comunidad.

En realidad el tema de la discapacidad es un pretexto, una punta de lanza para reflexionar sobre nuestra vulnerabilidad, la de todos, nuestra inclusión, la de todos y nuestros derechos, los de todos.

Deseo que esta guía sea un humilde instrumento para contribuir en la creación de un mundo mejor, libre, respetuoso y amoroso. Así es que la pongo en tus manos con la esperanza de que pueda ser como una semilla para soñar, pero siempre sembrando la semilla en la tierra.

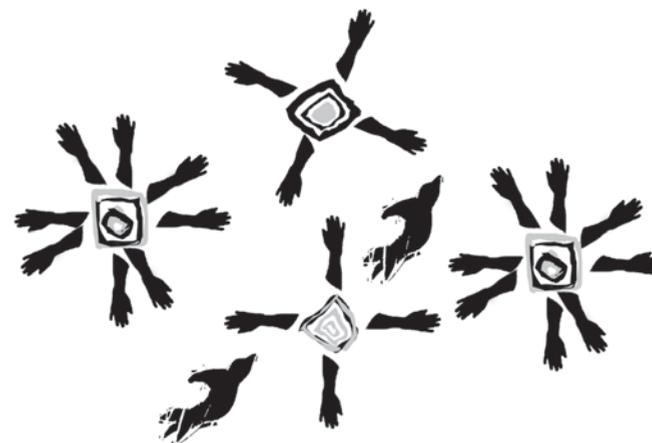
## Los objetivos y los contenidos de la guía

A continuación te presento brevemente lo que te ofrece esta guía, cuáles son sus contenidos y lo que podrás realizar una vez que la leas con detenimiento.

La guía está elaborada para brindarte una herramienta que te permita dar los talleres *Lugar común de lo diferente* con personas de tu comunidad.

El material incluido en ella te ayudará a lograr los siguientes objetivos:

- ▶ Motivar el interés del grupo hacia la temática de las personas con discapacidad al despertar su propia vulnerabilidad y sensibilidad.
- ▶ Tener una visión clara acerca de las personas con discapacidad para transmitirla al grupo y promoverla desde la perspectiva de los derechos humanos.
- ▶ Conocer las dinámicas de trabajo del taller para desarrollarlas eficazmente con el grupo.
- ▶ Elegir las dinámicas más adecuadas que requieran los participantes del taller en un momento dado.



- ▶ Tener una actitud abierta y creativa a favor del grupo.
- ▶ Contar con herramientas útiles para facilitar la reflexión de los participantes.
- ▶ Contener al grupo cuando surjan emociones fuertes e intensas.
- ▶ Tener una fuente de inspiración para que puedas trabajar otros temas de interés comunitario.

Para que logres lo anterior he organizado la información en breves secciones que tratan sobre los diferentes aspectos relativos al taller.

En primer lugar encontrarás una explicación sobre cuál es la visión de las personas con discapacidad que te invito a compartir con los demás, no sólo por medio de los talleres sino en todos los aspectos de la vida. Esta nueva visión

constituye el mensaje más importante de la labor que estás por emprender.

Posteriormente se abordan los objetivos que persiguen los talleres, es decir qué es lo que busco que aprendan las personas que los tomen.

Sigue una explicación general de la metodología de trabajo que utilizo durante el taller, lo que te ayudará a entender cómo está concebido el taller y cómo organizar las actividades para lograr que los participantes tengan una actitud más positiva e incluyente hacia las personas con discapacidad.

En esta misma sección te doy información acerca de qué debes de tomar en cuenta para que el trabajo en grupo sea armónico y fructífero, así como los elementos prácticos para organizar un taller, como el tiempo, el lugar de trabajo, los materiales, etc.

Parte importante de la metodología es tu papel como facilitadora<sup>4</sup> del proceso de aprendizaje de los participantes, por lo que hay una sección específica sobre las actitudes esenciales que es recomendable tener cuando estés con el grupo.

La siguiente sección es la más amplia porque contiene la descripción detallada de las actividades concretas que puedes realizar durante el taller. Estas actividades son tu material más importante y con el que darás forma a cada uno de tus talleres, ya que tienes toda la libertad de usar las que te parezcan más convenientes.

<sup>4</sup> Uso el término facilitadora, en femenino, para enfatizar que es una guía elaborada principalmente para mujeres, pero esto no quiere decir que los hombres no estén incluidos como lectores y posibles facilitadores del taller. Así que cuando leas “facilitadora” sabrás que me estoy refiriendo a ambos.

Para terminar incluyo como anexos un formato útil para armar el programa de cada taller, una lista de fuentes de consulta donde obtener información complementaria que pueden ser de tu interés, y el texto completo de la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad.

## ***La visión real de las personas con discapacidad***

Esta sección contiene las ideas principales sobre cuál es la visión de las personas con discapacidad que compartirás con los participantes del taller.

Al involucrarte en el trabajo de dar el taller *Lugar común de lo diferente*, no sólo ayudarás a los participantes a encontrar una nueva manera de ver a las personas con discapacidad, sino que también te convertirás en una promotora de los derechos humanos de estas personas y de sus familias, lo que implica impulsar estas ideas y actitudes en todos los momentos y situaciones de tu vida.

Por ello, es esencial que comprendas cuál es esa visión que queremos promover.

### ***Lo que casi siempre sucede***

En general, se considera a las personas con discapacidad como seres muy diferentes a las personas “normales”. El hecho de que tengamos una limitación evidente (no poder ver, caminar, hablar o cualquier otra circunstancia) hace



pensar que somos como un tipo distinto de seres humanos. La reacción común ante esta diferencia es el rechazo y la discriminación.

El rechazo y la discriminación nacen en la mayoría de los casos por ignorancia, y la ignorancia provoca miedo. En el fondo se trata de un temor a lo diferente.

En muchos casos, el miedo a la diferencia provoca que las personas se sientan superiores o inferiores al otro, al que no es igual. Esto aumenta aún más la brecha de la no inclusión.

En la sociedad actual recibimos constantes mensajes, principalmente a través de los medios de comunicación, la publicidad y la escuela, sobre los tipos de belleza y de personalidades que deben de ser aceptados. Se nos mal educa al enseñarnos a sólo preferir ciertos modos de belleza o de ser. Esto, lejos de enriquecernos, nos limita y

nos empobrece como personas y como sociedad. Por ello es tan importante promover otras visiones diferentes a la occidental moderna, como las de los pueblos indígenas por ejemplo.

### ***La realidad de las personas con discapacidad***

La realidad es que la única diferencia que tenemos las personas con discapacidad respecto a los demás es precisamente la discapacidad. Es decir, somos personas como cualquier otra y la limitación que todos ven es sólo una característica entre las miles que tenemos como seres humanos.

Esta diferencia crece o se acentúa cuando no tenemos los apoyos para incluirnos plenamente dentro de nuestras comunidades. O sea cuando no tenemos acceso a nuestros derechos como los demás.

Por ejemplo, si alguien necesita desplazarse con una silla de ruedas y no hay rampas sino solamente escalones, a esa persona se le está negando su derecho a moverse de manera independiente. Otro ejemplo es el de los ciegos que no pueden ejercer su derecho a la educación por no tener material de lectura en braille.

Sin embargo, es fundamental considerar el hecho de que la diversidad humana tiene un gran potencial y una enorme riqueza. Este potencial de la diversidad está en el derecho y la oportunidad de ser tal y como somos, y así respetarnos y nutrirnos.

Por eso, con tu apoyo y por medio de sus vivencias y sentimientos, los participantes de los talleres van a explorar cómo es que son más las características que tenemos en común y que nos unen con todas las personas, que las diferencias que existen entre unas y otras.

### ***Los derechos humanos de las personas con discapacidad***

La Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad es un documento que se elaboró y aprobó en la Asamblea General de las Naciones Unidas el 13 de diciembre de 2006. Los países miembros de la ONU firmaron dicho documento a partir del 30 de marzo de 2007.

Esta Convención es muy importante porque es un acuerdo internacional que establece que las personas con discapacidad debemos de tener la oportunidad de ejercer los mismos derechos que cualquier otro ser humano.

El logro esencial de la Convención es que rompe los antiguos paradigmas, es decir con las anteriores formas de pensar sobre las personas con discapacidad.

Antes se tenía la idea de que necesitábamos fundamentalmente la protección de los demás porque a la discapacidad se le veía como una enfermedad y no como una condición de vida. Se pensaba también que nuestra discapacidad nos imposibilitaba para ser autónomos y tener todos los derechos. Sin embargo, la Convención modifica este pensamiento y considera que las personas con discapacidad somos sujetos de derechos. Esto quiere decir que la sociedad está obligada a garantizar lo necesario para que podamos ejercer todos nuestros derechos, al igual que el resto de la humanidad.

El trabajo del taller *Lugar común de lo diferente* se basa en esta nueva visión y la promueve a través del proceso de grupo.

## ***Los objetivos del taller***

En esta sección conocerás lo que se pretende que suceda con las personas que toman el taller, o en otras palabras, sabrás qué es lo que estamos buscando que aprendan.

Los talleres *Lugar común de lo diferente* buscan abrir un espacio en el que los individuos de la comunidad encuentren una visión real de las personas con discapacidad.

Esta visión promueve una actitud nueva y creativa en los participantes, de manera que sean capaces de incluir en la sociedad a las personas con discapacidad, con libertad y confianza.

Si bien el tema central es la inclusión plena de las personas con discapacidad y sus familias como sujetos de derechos, esto es sólo el inicio para romper los esquemas rígidos y los prejuicios en pos de nuevas formas de vernos a nosotros mismos y de establecer relaciones creativas, de libertad y respeto.

No se puede hablar de inclusión ni de derechos humanos sin hablar de todos los miembros de una sociedad, sobre



todo de los grupos más vulnerables, como son no sólo las personas con discapacidad, sino también los indígenas, los niños, los jóvenes, los ancianos, las mujeres, los que tienen otra preferencia sexual y los que viven en condiciones de extrema pobreza.

Por ello, en el taller trabajamos en el reconocimiento de la propia vulnerabilidad y diversidad de los participantes, partiendo de su experiencia, sentimientos y reflexiones, guiados siempre desde la perspectiva de los derechos humanos.

La actitud que fomentamos en el taller (y en la vida) se centra sobre todo en las posibilidades y no en las limitaciones de las personas, sin idealizar ni negar la realidad, porque pensamos que es esencial que cada individuo se asuma tal y como es.

A partir de estas ideas, te presento la lista de los objetivos del taller. Se pretende que los participantes:

1. Reconozcan sus propios sentimientos acerca de la discapacidad.
2. Reconozcan sus propias capacidades y limitaciones.
3. Encuentren una visión creativa, libre y respetuosa sobre las personas con discapacidad.
4. Consideren a las personas con discapacidad y sus familias como sujetos de derechos.

Si tuviéramos que resumir estos objetivos en una sola frase, diríamos que buscamos que las personas encuentren el gozo de ser como son y de poder relacionarse con los demás de una manera nueva y creativa.

## ***Metodología***

En esta sección te explicaré la manera de trabajar con el grupo durante el taller. Es decir, conocerás el método que utilizo para que las personas descubran y aprendan una visión sobre las personas con discapacidad desde el enfoque de los derechos humanos.

La metodología de estos talleres se basa en motivar el aprendizaje a través de las propias experiencias, emociones, sentimientos y reflexiones de los participantes.

El trabajo se realiza por medio de dinámicas grupales, es decir ejercicios en los que se invita a las personas a tener una experiencia en grupo y luego reflexionar sobre ella.

Esto da a los participantes la oportunidad de aprender de sus vivencias, así como de las de sus compañeros.

En este tipo de ejercicios los participantes aprenden cuando:

- ▶ Pueden reflexionar acerca de su propia conducta y la de los demás en una situación dada.
- ▶ Tienen la oportunidad de verse a sí mismos como en un espejo al escuchar la opinión de otros acerca de lo sucedido.



- ▶ Trabajan en un ambiente de confianza, tanto física como emocionalmente.
- ▶ Relacionan la nueva experiencia y lo aprendido con lo que ya sabían antes.
- ▶ Practican la nueva conducta o lo aprendido.
- ▶ Aprenden a cómo hacer para que las experiencias diarias les enseñen algo, es decir aprenden a aprender.

### ***Los ejes esenciales del taller***

El taller tiene como base cinco ejes esenciales que serán tu guía constante: la creatividad, la libertad, el respeto, el juego y el humor.

### *LA CREATIVIDAD*

Todos tenemos la capacidad de ser creativos, es decir de producir algo, ideas, relaciones, objetos y demás, a partir de la realidad que tenemos. Lo que en muchas ocasiones hace falta es despertar y motivar esta facultad.

La creatividad es un proceso mediante el cual los seres humanos podemos descubrir nuestras propias formas de ver y de relacionarnos con nosotros mismos, con los demás y con nuestro entorno. Para ponerlo aun más claro, a continuación te doy una serie de palabras que nutren y forman el proceso creativo.

Apertura	Bienestar	Brillantez
Cambio	Compromiso	Concertación
Curiosidad	Disfrute	Diversidad
Energía	Entusiasmo	Flexibilidad
Genuino	Imaginación	Independencia
Intuición	Iniciativa	Juego
Libertad	Nuevo	Oportunidad
Opciones	Originalidad	Persistencia
Querer	Riesgo	Sensibilidad
Sencillez	Soltura	Trabajo
Unión	Vitalidad	Voluntad

Una actitud abierta y creativa es fundamental para que los participantes encuentren que son capaces de ver la realidad de una manera diferente.

### *LA LIBERTAD*

Tener libertad es poder ser realmente como somos y también ser lo que queremos ser y hacer. Esto incluye la posibilidad de expresarnos sin censura. Nuestra libertad

termina en donde empezamos a dañar a los demás. En ese caso estamos hablando de libertinaje y no de libertad.

La libertad es uno de los ingredientes innatos de la creatividad, pero para el taller es importante resaltarla ya que es la vía para que las personas encuentren su propia autenticidad. Hablamos de libertad tanto para ti como facilitadora, como para cada uno de los participantes.

La libertad también se encuentra cuando aprendemos a fluir con la vida, es decir aceptar que las cosas sean como son. Esto implica desarrollar un gran respeto a la vida.

### *EL RESPETO*

El respeto significa valorar a los demás por el simple hecho de ser. El respeto va mucho más allá de la tolerancia. Porque la tolerancia se relaciona más con soportar las diferencias de nosotros mismos y de los demás. En cambio, en el respeto nos abrimos para conocer, valorar y enriquecernos con las diferencias. Como puedes ver la libertad y el respeto van de la mano.

En el trabajo del taller, es fundamental crear un ambiente de respeto para que las personas se sientan con la confianza suficiente para compartir sus vivencias y emociones.

### *EL JUEGO*

El juego tiene que ver con nuestra parte más espontánea e infantil que habita dentro de nosotros. Al hablar de juego me refiero no sólo al acto de jugar, como lo hacen los niños, sino a la capacidad que seguimos teniendo los adultos de imaginar, experimentar y gozar con las posibilidades que encontramos en la vida cotidiana.

Como uno de los objetivos esenciales del taller es buscar el desarrollo de las personas en pos de una vida plena,

entonces es necesario recuperar desde este espacio el disfrute pleno de la vida, como un derecho que va mucho más allá de un simple juego. Es decir, se trata de crear un vínculo entre el goce, la libertad y el trabajo. Sólo así será para cada uno de los participantes un espacio realmente propio, evocativo, significativo y de identidad.

Asimismo, el juego —lo lúdico— ayuda a que expresemos más fácil y libremente nuestras verdaderas emociones y sentimientos.

### ***EL HUMOR***

Saber descubrir el lado divertido de las situaciones que vivimos nos permite verlas desde otro lado. Cuando reímos podemos alejarnos de la situación y ser flexibles respecto a lo que está pasando. La solemnidad siempre es rígida.

El humor es un instrumento para motivar una mayor participación y para quitar las excesivas cargas de tensión en los momentos en los que el grupo llega a compartir vivencias muy intensas.

Sin embargo, el humor no tiene nada que ver con la ironía. André Comte-Sponville<sup>5</sup> comenta que “la ironía puede matar; el humor ayuda a vivir. La ironía quiere dominar; el humor libera. La ironía es despiadada; el humor es misericordioso. La ironía es humillante; el humor es humilde”. En fin, podría decir que el humor, al igual que el juego, es una herramienta que nos lleva hacia otro camino, hacia otra mirada.

Considera estos cinco ejes como tu brújula esencial para que puedas realizar eficazmente los objetivos de tus talleres.

<sup>5</sup> Comte-Sponville, André, *Pequeño tratado de las grandes virtudes*, Editorial Andrés Bello, p. 217.

En secciones posteriores hablaré más de cómo aplicarlos durante el trabajo con el grupo.

### ***Cómo elaborar tu programa de trabajo***

El taller no tiene un programa fijo, ya que se adapta a las necesidades de cada grupo. Esto quiere decir que puede haber variaciones en su duración total, en lo que se quiere lograr con los participantes y en el número o el orden de las actividades.

Tampoco hay un orden específico para las dinámicas. Tú puedes decidir cuáles hacer primero y cuáles después. Todo depende de varios aspectos que deberás tomar en cuenta a la hora de planear el taller:

#### ***LO QUE CONSIDERES MÁS IMPORTANTE LOGRAR CON CADA GRUPO***

Cada dinámica tiene un objetivo determinado, por lo que algunas son más útiles para ciertos objetivos que otras. Por eso no siempre todas son adecuadas para lo que quieras lograr.

#### ***LAS CARACTERÍSTICAS DE LOS PARTICIPANTES DEL GRUPO***

Los grupos pueden ser de padres de familia, educadores, jóvenes, niños o alguna combinación de algunos o todos ellos. También puede variar la situación geográfica y cultural de los participantes. Es importante considerar todo esto en el momento de elegir las dinámicas que pudieran funcionar mejor.

#### ***EL TIEMPO QUE EL GRUPO TENGA DISPONIBLE PARA TRABAJAR.***

La cantidad de dinámicas que puedas realizar dependerá del número de horas que dure el taller, por lo que necesitas

decidir cuáles son más útiles para lograr los objetivos que se hayan planteado para el grupo.

La única manera de saber qué pasa con cada dinámica es vivirla, así que a medida que vayas haciendo talleres podrás ser más hábil para elegir las que mejor funcionen para los distintos tipos de grupo y así armar talleres más adecuados a las necesidades específicas.

### ***Esquema básico de las sesiones***

Es por todo lo anterior que no te proporciono una secuencia de actividades, es decir un programa definido.

Claro que esto no significa que como facilitadora puedes hacer cualquier cosa durante el taller. Es importante que respetes un esquema básico en las sesiones así como ciertas reglas para mantener el sentido del taller.

Te presento aquí un esquema básico de una sesión del taller para que puedas entender mejor cómo ordenar las actividades que elijas. Este esquema es como una caja que hay que llenar con actividades en cierto orden.

Yo te indico qué tipo de actividad poner en cada sección y tú decides cuáles colocarás en cada espacio.

#### **Bienvenida**

Para la primera sesión realiza la dinámica de *Bienvenida y presentación*.

Para las sesiones posteriores es suficiente con dar una bienvenida rápida y sencilla.

#### **Dinámica de integración**

Para la primera sesión realiza la dinámica de *Aquí y ahora*.

Para las sesiones posteriores, puedes hacer cualquier otra dinámica de integración.

#### **Dinámica**

Cualquier dinámica del tema central.

#### **Reflexión**

La reflexión sugerida en la dinámica que hayas elegido para el punto anterior.

#### **Descanso**

Los descansos pueden durar de 15 a 30 minutos.

Es recomendable hacer un descanso cada dos horas o dos horas y media. Trabajar más de tres horas seguidas no es recomendable porque el grupo se cansa y a la gente se le dificulta concentrarse.

#### **Dinámica**

Cualquier dinámica del tema central.

#### **Reflexión**

La reflexión sugerida en la dinámica que hayas elegido para el punto anterior.

#### **Cierre de la sesión**

Para las primeras sesiones puedes hacer cualquier dinámica de cierre.

Para la última sesión agrega una breve reflexión sobre la experiencia de los participantes sobre el taller en su conjunto.

## ***El tiempo***

En el esquema anterior, pongo sólo dos dinámicas del tema central, sin embargo esto no siempre tiene que ser así. Si tienes tiempo, puedes incluir más dinámicas, siempre y cuando hagas los descansos necesarios e inicies el día con una dinámica de apertura y finalices con una dinámica de cierre.

Según el número de horas que tengas disponibles para el taller tendrás que elaborar uno o varios esquemas como el anterior, o bien incluir más dinámicas para cada sesión. Cuando lo hayas hecho tendrás tu programa listo.

Si bien el taller tiene que adaptarse a las necesidades y los tiempos de cada grupo, te recomiendo que los talleres sean de un mínimo de cuatro horas. Por supuesto que es mejor si tienes oportunidad de trabajar más tiempo con el grupo y en este caso será necesario que repartas el tiempo en varias sesiones.

Aún cuando en las comunidades es difícil que las personas dejen a un lado sus tareas diarias durante mucho tiempo para asistir a un taller, en la medida de lo posible procura que las sesiones no sean de menos de dos horas porque ese es el tiempo mínimo que el grupo necesita para tener una experiencia significativa, es decir que les valga la pena.

No olvides considerar la duración de cada actividad para que puedas decidir cuántas dinámicas te da tiempo de hacer y, cuando es necesario que incluyas descansos y horas de comida.

## ***Preparación de las sesiones***

Las siguientes son recomendaciones prácticas para el buen desarrollo del taller:

- ▶ Lleva a las sesiones una copia de tu programa para que puedas consultarlo y saber cuál es la secuencia de

actividades así como el tiempo que has calculado para cada una. Si bien es esencial que recuerdes la estructura general, no es necesario que la memorices al detalle.

- ▶ Es importante que te asegures de tener todo lo que necesitas para cada sesión. Los materiales que se utilizan para llevar a cabo las dinámicas son sencillos y fáciles de conseguir. Puedes dar la lista de materiales con anticipación a la persona que haya convocado al taller o bien llevarlos tú misma.
- ▶ Asimismo, procura que en las sesiones haya agua y algún tipo de alimento disponible, ya sea que lo proporcionen los organizadores o que cada participante lleve un refrigerio. Este aspecto es conveniente porque las personas necesitan reponer energía durante el trabajo.
- ▶ De preferencia, el espacio en donde se vaya a trabajar tendrá que ser amplio, iluminado y ventilado. Considera que algunas de las actividades se hacen en el suelo, por lo que te sugerimos que esté limpio o que haya petates o tapetes en caso de que sea de tierra.
- ▶ En cuanto al mobiliario, lo más importante son las sillas para los participantes. Es también conveniente contar con una mesa para poner los materiales y un bote de basura. No necesitarás pizarrón porque es mejor escribir en hojas grandes de papel bond o cartulinas, pues de esa manera puedes dejarlas pegadas en las paredes para que estén a la vista de todos. Es decir, a diferencia del pizarrón, en las hojas grandes se conserva lo que se haya registrado ahí.
- ▶ Por último, recuerda que en algunas actividades se utiliza pintura o pegamento, así que es importante tener una toma de agua cerca, o bien cubetas para enjuagar pinceles y lavarse las manos.

## ***La actitud esencial de la facilitadora***

Esta sección es muy importante porque aquí te doy una serie de recomendaciones sobre qué hacer y qué no hacer cuando estés con el grupo para que los participantes puedan lograr los objetivos. También te explico por qué te considero una facilitadora y no una maestra o coordinadora del taller.

La diferencia más importante entre la manera de trabajar en el taller y una clase tradicional es que tú no eres la maestra y los participantes no son tus alumnos. Esto quiere decir que ellos no asisten al taller para que tú les enseñes, sino que están allí para aprender todos juntos, unos de otros. Tu papel no es transmitirles conocimientos, sino poner las condiciones para que ellos aprendan de sus experiencias y reflexiones.

Es por eso que uso la palabra *facilitadora* para referirme a quien es la responsable de que los participantes descubran una nueva manera de ver a las personas con discapacidad. En este caso, esa persona responsable eres tú.

Una de las maneras más eficaces para promover actitudes positivas en los demás es adoptar una misma esas actitudes.



Esta es la razón por la que considero fundamental que sepas cuáles son las posturas más convenientes para ti cuando des el taller.

A medida que tengas más experiencia, irás desarrollando tu propio estilo y las mejores formas de ayudar al grupo en su proceso de aprendizaje. Tus talleres tendrán tu propio sello de acuerdo a tu personalidad y creatividad, pero de ello no debes preocuparte, te saldrá espontáneamente. Tu relación con cada grupo hace que cada taller sea único e irrepetible. Sin embargo, te será muy útil considerar las orientaciones que te ofrezco a continuación.

He resaltado las palabras claves que indican las actitudes más favorables ( y luego las menos favorables), de manera que las distingás fácilmente.

## **Lo que AYUDA a facilitar el aprendizaje**

Tu tarea será muy hermosa, pero también implica un gran compromiso ya que estarás trabajando con lo más valioso de los seres humanos, sus sentimientos y emociones.

Por eso la mejor actitud que puedes tener durante el taller es la **seguridad**, a fin de liberar y unificar al grupo y apoyarlo en su propio proceso. Se trata de que te presentes como una guía que motiva y escucha a los participantes. El espacio que les ofrecerás será una atmósfera de **confianza, libertad y respeto**. Por lo tanto, éstas son las actitudes que tú debes tener en todo momento y con cada miembro del grupo.

Para lograr esto es esencial que pidas a las personas que siempre se respeten y se escuchen unos a otros. Indica que no se vale hablar mientras un compañero se está expresando y que esperen su turno para hacer algún comentario pidiendo la palabra. Por supuesto que en caso necesario pueden salir del espacio de trabajo para resolver lo que no pueda esperar.

La **cooperación** es un elemento básico en este tipo de talleres, porque la idea es que haya un apoyo mutuo para aprender. Es indispensable que fomentes esto en todos los miembros del grupo, incluyéndote a ti misma.

Otro reto que tienes que lograr es el de no emitir juicios y poder **ser empática** con todos. Se trata de dar confianza a las personas para expresar lo que sienten. No hay sentimientos buenos o sentimientos malos. Esto es comprender que cada persona tiene su propia historia y su propio proceso, y lo único que podemos hacer en ciertos casos es hacer

preguntas para motivar la reflexión, pero nunca descalificar a la persona.

Los participantes deben tener la certeza de que su voz es la que está creando el taller. Por esto es necesario siempre **observar, escuchar, percibir** a cada una de las personas del grupo. Algo que te puede ayudar es **agradecer** a cada persona después de que comparte su opinión ya que eso les asegura que les estás poniendo atención y que es importante lo que tienen que decir.

En otros momentos te servirá **enfaticar y repetir** lo que dicen los participantes, sobre todo cuando están expresando ideas importantes. Con esto promueves que el grupo sienta que su voz realmente cuenta y se escucha.

Es muy importante tener claro el papel que juegan tus instrucciones en cada dinámica. El objetivo de una instrucción es provocar y evocar en el participante una actitud creativa. Las **indicaciones** deben de ser **sencillas y claras** para que puedan ser comprendidas por todos los participantes, y al mismo tiempo que den la oportunidad de que cada uno invente formas distintas de llevarlas a cabo. La instrucción es uno de los principales instrumentos para que tu taller pueda tener un buen desarrollo.

Recuerda que el **humor** te servirá muchas veces para motivar la participación o para quitar las excesivas cargas de tensión cuando el grupo llega a compartir vivencias muy intensas. Pero recuerda que éste nada tiene que ver con el sarcasmo o la burla. El humor cura, la burla hiere.

### **Lo que NO AYUDA a facilitar el aprendizaje**

Como lo mencioné antes, establecer un ambiente de confianza es imprescindible en este tipo de trabajo grupal. Evita que la **atmósfera** sea **autoritaria, hostil, agresiva** o que exista el riesgo de que se sancione a los participantes.

**No obligues** a nadie que no quiera participar. Las dinámicas se basan en el trabajo voluntario y en la buena intención. El **chantaje** y las **presiones** no funcionan. La motivación que lleva a alguien a participar debe ser espontánea y legítima.

Si hay momentos en los que dudas qué hacer, piensa en lo que sería contrario a los cinco ejes que mencionamos en la metodología, de manera que tú misma puedas modificar tu actitud en cuanto detectes que estás adoptando alguno de los siguientes comportamientos:

Lo contrario de creatividad: **rigidez, cerrazón.**

Lo contrario de libertad: **dependencia, sometimiento, opresión, formalismo.**

Lo contrario de respeto: **grosería, desconsideración.**

Lo contrario de juego: **aburrimiento, fastidio.**

Lo contrario de humor: **disgusto, solemnidad, severidad.**

### **Lo que te AYUDA A TI**

- ▶ Cuando se trabaja en la facilitación de talleres es muy recomendable mantener contacto con otras personas que hagan algo similar, de manera que se tenga la posibilidad de escuchar sus experiencias y comentar con ellas las propias.
- ▶ Vale la pena contar con un grupo de personas con quienes hablar de todo cómo te ha ido con los grupos, qué cosas te han salido bien, en cuáles no sabes cómo hacer, qué es lo que has descubierto y en general cuál ha sido tu experiencia en los talleres. Esto te ayudará a fortalecer tus capacidades y también apoyarás a otras facilitadoras para crecer juntas en este camino de sensibilización sobre los derechos de las personas con discapacidad.
- ▶ Así que busca a otros que estén haciendo un trabajo similar, habla con tus compañeras del taller de formación, investiga sobre grupos o instituciones que trabajen sobre el tema, en fin busca relacionarte con más personas que tengan tu mismo interés.

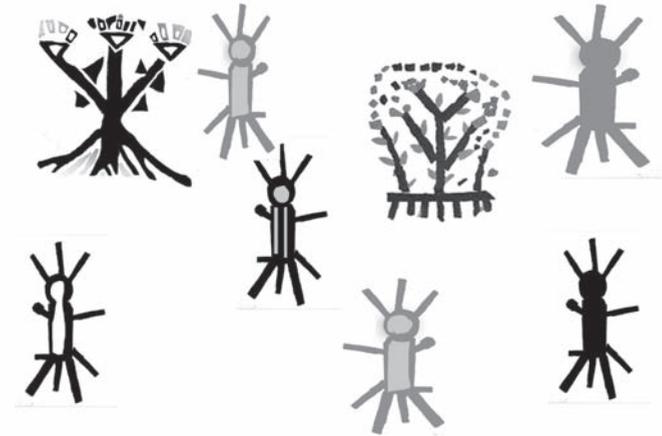
### **Lo que está en el fondo**

Por último, para que tengas más clara tu intención al facilitar el proceso de aprendizaje en el taller, te presento una lista de todo aquello que promovemos en las personas, además de la reflexión sobre el tema específico de la discapacidad.

Con tu ayuda, estarás fomentando que los participantes:

- ▶ Desarrollen el sentimiento de grupo, es decir de *nosotros*.
- ▶ Aprendan a pensar activamente.
- ▶ Aprendan a escuchar de modo comprensivo.
- ▶ Desarrollen capacidades de cooperación, intercambio, responsabilidad, autonomía y creatividad.
- ▶ Vencan temores e inhibiciones, superen tensiones y creen sentimientos de seguridad.
- ▶ Construyan una actitud positiva ante los problemas de las relaciones humanas, favorables a la adaptación social del individuo.

## El grupo



A continuación hago algunos comentarios que te ayudarán a percibir las necesidades del grupo y a tomar decisiones sobre qué hacer en determinadas situaciones.

Vas a tener frente a ti una hermosa y gran responsabilidad. Trabajar con un grupo humano no es una tarea menor. Es algo apasionante pero que requiere que actúes, ante todo, con un profundo respeto y que des plena libertad para que cada participante fluya y pueda ser verdaderamente como es él.

Es muy importante pedirles a los participantes que esta actitud de respeto y de libertad también la tengan ellos, consigo mismos y con sus compañeros.

Te propongo algunas actitudes básicas que propician un ambiente favorable para el intercambio y el aprendizaje. Si comentas lo siguiente desde el inicio del taller los participantes entenderán mejor cómo ayudar a crear este ambiente.

- ▶ Explica a los participantes que es importante asegurar que todas las personas del grupo tengan las mismas posibilidades para expresarse, trasladarse de un lado a otro y en general realizar las actividades programadas.

Por ello todo el grupo deberá tomar las medidas necesarias para que esto suceda tanto para las personas que tienen alguna discapacidad como para las que no la tienen.

- ▶ Desde el inicio del taller hay que comentarles también que aprovechen y respeten ese espacio, que es suyo. Sugieres que eviten distracciones ajenas al taller. Es muy importante, por ejemplo, que si alguien tiene teléfono celular lo mantenga apagado o en modo de vibración para no distraerse él mismo ni a los demás.
- ▶ Cuando tome la palabra cualquier participante es necesario que siempre hable de su experiencia o sentimientos en primera persona. Por ejemplo, en lugar de decir *uno siente o nosotros sentimos y creemos*, es mejor decir *yo siento o yo creo que...* Esto hace que quien hable asuma sus propias percepciones y no dé su propia opinión como si fuera la opinión de todos.
- ▶ Cuando un compañero esté hablando es importante guardar silencio y poner atención. Si les urge decir algo pueden levantar la mano para pedir la palabra, o si es una cuestión personal, es preferible que se salgan un

momento del espacio de trabajo para no distraer la dinámica del grupo.

- ▶ Cuando trabajen en equipos, las opiniones, ideas y trabajos de todos los compañeros son valiosos e importantes, y por eso tienen que respetarse mutuamente.
- ▶ Los participantes pueden romper o trascender una instrucción siempre que esta actitud les aporte algún beneficio personal o grupal. Muchas veces no es necesario decir esto claramente. Es mejor que tú motives su creatividad y esto se logrará por sí sólo.

Probablemente vas a trabajar con diversos tipos de grupos: de madres y padres de familia con hijos con o sin discapacidad, de jóvenes o niños con o sin discapacidad, de maestros, autoridades, personal de salud, sacerdotes, chamanes o brujos, ancianos, etc. Si bien los grupos están formados por personas particulares, podrás también observar que cada grupo tiene una personalidad. Es decir que, además de relacionarte con cada individuo, puedes también establecer una relación con el grupo en su conjunto y detectar qué es lo que necesita para avanzar.

A veces el grupo se atora y como que no logra hacer la reflexión. En otras ocasiones, puede estar acelerado, cansado, inquieto, alegre o distraído. Con la experiencia desarrollarás tu capacidad para percibir el estado de ánimo del grupo. Esto te permitirá tomar decisiones sobre qué hacer para ayudarlo a compartir, explorar, descubrir y aprender. Las preguntas y respuestas siguientes te serán útiles para ello.

### ▶▶ ¿QUÉ HAGO CUANDO UNA PERSONA REACCIONA CON DOLOR ANTE UNA EXPERIENCIA O REFLEXIÓN?

Debido al tema del taller, es frecuente que algunas personas expresen tristeza o dolor e incluso lloren. Cuando esto pasa, lo mejor es que recurras a lo más sencillo y humano, esto es darle un abrazo, decirle *te entiendo y te agradecemos que nos lo compartas*. Algo así de sencillo que nazca de ti.

### ▶▶ ¿QUÉ HAGO CUANDO ALGUIEN SE ALARGA MUCHO DANDO SU OPINIÓN DURANTE LA REFLEXIÓN?

Lo interrumpes amablemente y le pides que intente resumir en dos frases lo que quiere expresar. Le explicas que hay que dar la palabra a los demás también.

### ▶▶ ¿QUÉ HAGO CUANDO ALGUIEN SE SALE DEL TEMA?

Le pides que por favor se concentre en el tema que se está abordando y le ofreces tomar nota de su comentario para que en otro momento se pueda hablar sobre ello. Le explicas que en este momento es importante no salirse de tema.

Existen ocasiones en las que alguien puede dar un comentario que tú consideres muy valioso a pesar de que no se trate del tema que se está trabajando. Entonces tienes dos opciones: hacer un pequeño paréntesis y enfatizar ese comentario, o apuntarlo para posteriormente retomarlo. ¡Aquí aprovecha tu intuición y sabiduría!

### ▶▶ ¿QUÉ HAGO PARA QUE PARTICIPEN LOS QUE CASI NO HABLAN?

En estos momentos es cuando tienes que aprovechar la chispa de tu humor. Por ejemplo puedes decir: *Ahora les toca expresarse a los periquitos que no dejan hablar*. Y en

seguida te diriges a las personas que no han hablado para pedirles su opinión.

Por otro lado, considera que hay personas que se expresan mejor de maneras distintas a la palabra hablada. Hay quienes prefieren escribir, dibujar, actuar o bien son muy expresivas con los gestos y el cuerpo. Hay que saber respetar también esas formas de expresión.

### ▶▶ ¿QUÉ HAGO CUANDO ALGUIEN LLEGA TARDE A LA SESIÓN?

Desde el principio del taller pides a los participantes que sean puntuales, pues es un espacio de trabajo grupal y al grupo lo afecta si alguien llega tarde.

A pesar de tu petición, habrá quien no sea puntual, por múltiples razones. En esos casos, a veces les podrás dar individualmente las instrucciones para que se incorporen a la actividad, pero en otras ocasiones les pedirás que se mantengan como observadores hasta que la actividad termine, para no romper el proceso del grupo.

### ▶▶ ¿QUÉ HAGO CUANDO EL GRUPO SE ESTÉ TARDANDO MUCHO EN REALIZAR ALGUNA ACTIVIDAD?

Les das un cierto margen. Por ejemplo: *Tienen veinte minutos más para acabar.* Luego les vas avisando conforme avanza el tiempo, cada 5 minutos aproximadamente: *Les quedan quince minutos... apúrense que faltan 10 minutos... etc.*

Si se acaba el tiempo y hay quienes no terminaron, diles que no se preocupen, que compartan lo que hayan logrado.

### ▶▶ ¿QUÉ HAGO CUANDO EN EL GRUPO HAYA PERSONAS QUE NO SABEN LEER Y ESCRIBIR?

Existen infinitos lenguajes además de la palabra escrita. Según sea el caso específico de la dinámica, podrás pedirles

que dibujen, que lo expresen verbalmente, que hagan una representación teatral, que lo expresen con puros sonidos, etc.

### ▶▶ ¿QUÉ HAGO CUANDO ALGUIEN NO SEPA CÓMO EMPEZAR O CONTINUAR CON ALGUNA TAREA ESPECÍFICA?

Anima a las personas a iniciar como se les ocurra, sin que piensen mucho lo que van a hacer.

Una frase que te puede ser de gran utilidad en estos casos es: *Lo único que no se puede decir en este taller es “yo no puedo”.* Todos somos seres creativos, la cuestión es arriesgarse a la aventura y jugar.

### ▶▶ ¿QUÉ HAGO CUANDO ALGUIEN RESPONDA A LAS PREGUNTAS CON PALABRAS MONOSILÁBICAS (SÍ, NO, BIEN, MAL, NO SÉ, ETC.)?

En estos casos es fundamental hacer más preguntas a la persona, para promover que se exprese con más amplitud. Por ejemplo:

*¿Por qué sí? o ¿por qué no?*

*¿Qué quieres decir con bien? ¿Bien qué?*

*¿Por qué crees que no sabes?*

### ▶▶ ¿QUÉ HAGO PARA QUE LOS EQUIPOS NO SIEMPRE ESTÉN CONFORMADOS POR LAS MISMAS PERSONAS?

Para esto te sugiero dos opciones, que puedes ir alternando: La primera es que les pidas que formen equipos con las personas con las que no hayan convivido mucho.

En la segunda, las personas se numeran según el número de equipos que desees hacer (si quieres hacer cinco equipos, numeras a las personas del 1 al 5) y luego se juntan todos los que les haya tocado el mismo número.

Por último, cada grupo está formado por personas únicas e irrepetibles, que viven diferentes procesos y circunstancias, como todos los humanos. Por eso, tanto para ti como para ellos, el taller será una nueva aventura.

El grupo tendrá un aprendizaje abierto, sin metas rígidas para que realmente sea significativo lo que descubra cada participante.

Debido a lo anterior, considera tu programa de trabajo como una guía, pero no como una obligación. Si bien el programa se planea para llevarlo a cabo, siempre es importante tomar en cuenta que a lo largo del taller puede haber modificaciones.

Es decir, si hay circunstancias complicadas (falta de tiempo, necesidad de abordar más profundamente un tema, un espacio no adecuado, etc.) no trates de hacer a la fuerza todas las actividades que programaste.

Es importante que seas flexible y capaz de cambiar, eliminar o aumentar alguna dinámica según como se vaya dando el desarrollo del taller y las necesidades del grupo.

Recuerda que tú puedes mover y abonar la tierra, pero el tiempo y la forma de cómo crece la semilla es libre y dependerá de la propia semilla.

***¡Pues enhorabuena!  
¡Adelante caminante!***

## ***Dinámicas de grupo***

En esta sección conocerás las actividades que se llevan a cabo durante el taller y de las cuales elegirás las que te parezcan más convenientes según lo que quieras que logren los participantes.

Las actividades están ordenadas a partir del objetivo que persiguen, de manera que puedas elegir las que mejor se adecúen a las necesidades del grupo. A ti te toca decidir cuáles vas a usar y en qué orden.

Como ya dijimos antes, la secuencia de las actividades no es fija. Es decir, que no necesariamente debes seguir el orden en que las dinámicas aparecen en esta guía. Tampoco es necesario que las hagas todas en un solo taller.

Cada dinámica está descrita de manera que te quede claro cómo llevarla a cabo con el grupo. En la descripción de cada una de ellas encontrarás la siguiente información:



### ***Objetivo***

- ▶ Explica qué es lo que se pretende que las personas experimenten y reflexionen con esa dinámica.

### ***Tiempo***

- ▶ Señala la duración estimada de la actividad, pero ésta puede variar un poco según el número de personas que integran el grupo. Generalmente, entre más personas haya más tardada será la actividad.

### ***Materiales***

- ▶ Indica lo necesario para la dinámica. Por lo general, se trata de materiales sencillos y fáciles de conseguir, aunque en algunos casos no se necesita ningún tipo de material.
- ▶ Toma en cuenta que los materiales pueden cambiar si así lo consideras. También tú puedes ser muy creativa y proponer otros materiales que quisieras probar, o bien utilizar los recursos que haya en la zona en la que se desarrolle el taller.

## ***Desarrollo***

- ▶ Son las instrucciones que hay que dar a los participantes, paso a paso, para que lleven a cabo la actividad.
- ▶ En casi todas las descripciones de las dinámicas, agrego frases, ideas y preguntas que puedes mencionar ya sea para dar las instrucciones, motivar al grupo o promover la reflexión.
- ▶ Es importante aclarar que no es necesario que las digas textualmente. Se trata sólo de darte ideas, pero tú tienes tu propio estilo y sabrás si te son útiles o no.

## ***Puntos para la reflexión***

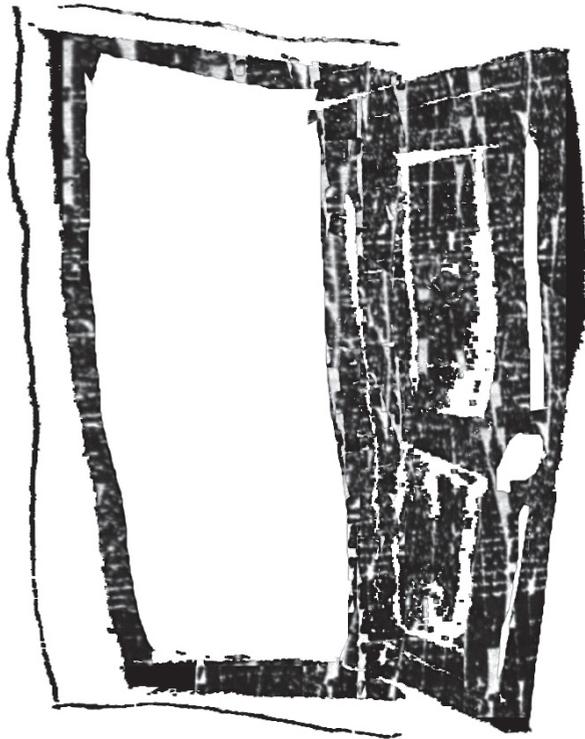
- ▶ Son preguntas e ideas que puedes manejar para que los participantes comenten y reflexionen al terminar la actividad. Es importante que cualquier dinámica que realices siempre finalice con un cierre, o sea con una reflexión de los participantes. En algunas dinámicas se hace reflexión no sólo al final sino también en otros momentos.

## ***Sugerencias***

- ▶ Algunos consejos que te serán útiles para facilitar la actividad, así como ciertas modificaciones que podrías hacer si lo consideras apropiado. Te recomiendo que siempre leas las sugerencias porque te pueden resolver algunas dudas sobre diversos aspectos de la dinámica.



# ***Dinámicas de apertura***



- 1. Bienvenida y presentación***
- 2. Para conocernos: qué nos gusta y qué no nos gusta***
- 3. Aquí y ahora***
- 4. Buscar algo como yo***
- 5. Saludos creativos***
- 6. Aprende a disfrutar el momento***
- 7. Un paseo por allí***

# 1

## ***Bienvenida y presentación***



### ***Objetivo***

Abrir el taller de una manera generosa y cordial, así como expresar brevemente en qué consiste el taller y qué actitudes se les solicitan a los participantes.

### ***Tiempo***

15 minutos.

### ***Material***

Ninguno.

### ***Desarrollo***

- ▶ Pide a las personas que se sienten en círculo.
- ▶ Saluda al grupo de manera general. Preséntate diciendo tu nombre y diciendo que eres la facilitadora del taller.
- ▶ Agradece a quienes hicieron posible que se diera el taller, y sobre todo al grupo mismo por estar dispuestos a participar.
- ▶ Posteriormente explica al grupo en qué consistirá el taller.
- ▶ Menciona además otros puntos fundamentales:
  - *La voz principal la tienen ustedes, yo sólo les daré algunas pautas y consignas para que ustedes creen su taller, su espacio.*
  - *Existen dos aspectos fundamentales que les pido: que sean sinceros y respetuosos con ustedes mismos y con sus compañeros.*
  - *Nuestros propios sentimientos son nuestros mejores maestros, aquí vamos a aprender de ellos.*
  - *Cuando hablen nuestros compañeros hay que escucharlos con atención.*

- *Por favor mantengan los celulares apagados durante el taller, o bien en modo de vibración. Esto es importante no sólo porque distraen a los demás, sino para que ustedes mismos se den la oportunidad de estar aquí y ahora, sólo en esto, en su taller.*
- ▶ Puedes también mencionar cuánto tiempo durará el taller y cuáles serán los horarios de trabajo.
- ▶ Finalmente pregunta al grupo si tienen alguna duda o comentario. Aclara las posibles dudas proporcionando la información que te soliciten e invita a los participantes a iniciar el taller.

### ***Puntos para la reflexión***

- ▶ En esta actividad no se abre espacio para la reflexión, solamente se da información y se aclaran las dudas.

### ***Sugerencias***

- ▶ Es muy importante que las personas se sienten en círculo para abrir el taller de una manera generosa y cordial. Esto es vital porque son actitudes que como facilitadores debemos tener a lo largo del taller. Se trata de crear un espacio para compartir, no de dar una clase.
- ▶ Si hay personas ajenas al grupo, explica quiénes son y cuál será su papel. Por ejemplo, tal vez haya alguien que esté sólo para observar o para ayudarte en algunas tareas. Si lo deseas, ellas mismas pueden presentarse y decir lo que harán durante el taller.

# 2

## ***Para conocernos: qué nos gusta y qué no nos gusta***

### **Objetivo**

Que los participantes conozcan algunos aspectos de sus compañeros de taller.

### **Tiempo**

Varía según el número de participantes. Aproximadamente 3 minutos para cada uno.

### **Material**

Ninguno.



### **Desarrollo**

- ▶ Pide a cada participante que se presente. Por turnos, cada uno dirá su nombre, de dónde viene, qué hace, qué es lo que más le gusta hacer y qué es lo que menos le gusta hacer.
- ▶ Es importante motivarlos y decirles frases como:
  - *Piensa en ti, ¿qué es lo que más gozas en tu vida?*
  - *Piensa en algo que haces habitualmente pero que preferirías no hacerlo.*
- ▶ Cuando todos se hayan presentado, pregúntales qué descubren o qué ven al conocer los gustos de sus compañeros.
  - *¿Creen que al decir todos sus gustos y lo que no les gusta se pueden empezar a conocer ya un poco?*
- ▶ Puedes terminar diciendo:
  - *¿Están listos para pasar a nuestra siguiente dinámica?*

### **Puntos para la reflexión**

- ▶ En esta actividad no se abre espacio para la reflexión, sólo se comentan los puntos anteriores.

## ***Sugerencias***

- ▶ El orden de participación puede hacerse de manera voluntaria, según lo desee cada quien. Para esto puedes preguntar:
  - *¿Quién más quiere presentarse?*
- ▶ En caso de que se les dificulte hablar de manera voluntaria, puedes sugerir hacerlo en el orden en el que estén sentados.
- ▶ A lo mejor algunos participantes ya se conocen, pero seguramente descubrirán algo nuevo al escuchar ciertos gustos de sus compañeros.

## Aquí y ahora

### Objetivo

Que el grupo se concentre en el aquí y ahora, sólo en esto, lo cual permitirá que dejen a un lado distracciones, preocupaciones y pendientes que tienen en sus vidas y se concentren en el trabajo del taller.

### Tiempo

20 minutos.

### Material

Ninguno.



### Desarrollo

- ▶ Comenta con el grupo que les darás una serie de indicaciones que ellos irán siguiendo.
- ▶ Pídeles que de manera individual encuentren un lugar en donde ubicarse de pie.
- ▶ Una vez que todos se hayan colocado en el lugar que quieran, ve diciendo lo siguiente, con voz tranquila y pausada:
  - *Les voy a pedir que cierren los ojos. Concéntrense unos minutos en su respiración. Perciban cómo entra y sale el aire. Dense cuenta cómo se llenan sus pulmones, cómo después se vacían.*
- ▶ Permite que las personas se concentren uno o dos minutos en su respiración y luego continúa.
  - *Ahora céntrense en todos los sonidos que escuchen. No piensen qué son ni de dónde vienen. Sólo déjenlos pasar, una y otra vez.*
- ▶ De nuevo dales algo de tiempo para que puedan experimentar las sensaciones. Continúa diciendo:
  - *Bueno, en este momento pueden empezar a abrir sus ojos, poco a poco. Al abrirlos mantengan la vista*

*baja. Traten de no ver hacia el frente. Céntrense ahora en su cuerpo. Ahora comiencen a caminar por el espacio, cada quien a su ritmo.*

- ▶ Cuando empiecen a caminar hazles varias preguntas e indicaciones:
  - *¿Cómo es su paso?*
  - *¿Cómo está su cuerpo?*
  - *¿Hay alguna tensión en alguna parte de su cuerpo?*
  - *Si sienten alguna tensión, imaginen que mandan su respiración a esa parte del cuerpo. Sigán sintiendo cada parte de su cuerpo: los dedos de sus pies, sus plantas, sus talones y así parte por parte de todo su cuerpo hasta llegar a la coronilla.*
  - *Ahora podrán sentir a su alrededor. Manteniendo todavía la vista baja, empezarán a percibir lo que hay en su alrededor. Los pasos de sus compañeros, sus movimientos. Todos los sonidos y los olores del ambiente.*
  - *Poco a poco levanten la vista. Todavía permaneciendo en silencio van a tratar de encontrarse con la mirada de cada uno de sus compañeros. Con sólo las miradas se van a dar un saludo fraterno.*
  - *Cuando ya hayan encontrado todas las miradas y se hayan saludado pueden darse un abrazo y posteriormente los invito a sentarse en círculo.*

### **Puntos para la reflexión**

- ▶ Después de esta experiencia y ya sentados en círculo puedes hacer algunas preguntas para motivar la reflexión:
  - *¿Cómo te sentías antes de la dinámica y cómo te sientes ahora?*
  - *¿Qué te gustó y qué no de la experiencia?*
  - *¿Qué es lo que te llevas de esta experiencia?*

### **Sugerencias**

- ▶ Te recomiendo que realicen la actividad en un espacio despejado, en donde los participantes se puedan mover fácilmente.
- ▶ Al dar las indicaciones, recuerda que debes usar una voz pausada y serena. Haz un breve silencio después de cada frase para dar tiempo a que las personas se concentren en lo que les pides.
- ▶ No tienes que memorizar el texto tal cual lo escribo aquí, usa tus propias palabras siguiendo la secuencia que sugerimos.
- ▶ Puede haber muchas variantes en esta dinámica, según tu creatividad. Éste es sólo un ejemplo de lo que puedes crear para el grupo.
- ▶ Si quieres, cierra la actividad con un aplauso.

## Buscar algo como yo

### Objetivo

Reconocer algunas características personales y valorarse uno mismo a través de un objeto.

### Tiempo

40 minutos.

### Material



Se trabaja con los objetos que encuentren en su entorno.



### Desarrollo

- ▶ Como en la gran mayoría de las dinámicas, en ésta también te conviene pedir al grupo que se sienten en un círculo para poderles dar las instrucciones.
- ▶ Les dirás que para esta dinámica se convertirán en exploradores.
- ▶ Pide a los participantes que cada uno vaya en busca de un objeto con el cual se identifique. Puede ser algo que sea parte de la naturaleza, como una hoja, una flor o un puñado de tierra, o cualquier otro objeto que elijan. Puedes sugerir que elijan el primer objeto que llame mucho su atención, el que más les guste o bien el que más les atraiga.
- ▶ Indica que una vez encontrado su objeto, lo traerán consigo y regresarán al espacio de trabajo, para que les des las siguientes instrucciones.
- ▶ Da un tiempo aproximado de diez minutos para que vayan a su expedición.
- ▶ Una vez que todos hayan regresado, pide a cada uno que observe su objeto y busque todas las características que tenga que sean similares a ellos mismos.

- ▶ Puedes decir algo así como:
  - *Por alguna razón eligieron este objeto y no otro. ¿En qué se parece a ustedes?*
- ▶ Los participantes no tienen que decir lo que hayan observado, sólo dales unos minutos para que lo piensen.
- ▶ Posteriormente, indícales que ahora busquen las características de su objeto que no se parecen a ellos, es decir en qué son diferentes ellos y sus objetos.
- ▶ Si es necesario, da un ejemplo:
  - *Por ejemplo, si alguien eligió una piedra quizá dirá que él es una persona segura y firme como la piedra, pues puede llover, hacer mucho frío o calor y ella no cambia su forma. Sin embargo, la piedra (y él) también es muy sensible, pues la lluvia la penetra hasta el fondo de su ser y el calor le cambia la temperatura. De las características no afines tal vez podría decir que no es una persona que ande rodando y rodando, como dice la canción.*
- ▶ Una vez que cada uno haya pensado en las características afines y no afines, divide al grupo en equipos de cinco, y pídeles que compartan lo que pensaron y lo que descubrieron con el ejercicio.
- ▶ Para terminar, sentados en un círculo, todo el grupo compartirá sus hallazgos y si aprendió algo de sí mismo y de sus compañeros a través de esta dinámica.

### **Puntos para la reflexión**

- ▶ Algunas de las preguntas que puedes hacer durante la reflexión son:
  - *¿A través de esta dinámica descubrieron algo más de ustedes mismos o confirmaron lo que ya sabían?*
  - *¿Al compartir sus experiencias conocieron un poco más a sus compañeros?*
  - *¿Fue más fácil hablar de nosotros a través de un objeto?*

### **Sugerencias**

- ▶ Una variación que puedes hacer con esta dinámica es que dibujen su objeto elegido y que posteriormente hagan un auto retrato y que los comparen. Con frecuencia verás que el dibujo de su objeto dice mucho más de ellos mismos que su propio auto retrato. Quizá es que nos preocupamos tanto sobre cómo somos y cómo nos verán los demás, que nos olvidamos de simplemente observarnos.

# 5

## Saludos creativos

### Objetivos

Que los participantes se den la bienvenida en un ambiente de confianza y unión.

### Tiempo

25 minutos.

### Material

Ninguno.



### Desarrollo

- ▶ Pide a las personas que se pongan a caminar por el espacio de trabajo, a su ritmo acostumbrado y en silencio. Puedes agregar:
  - *Por el momento no se comuniquen con los demás. Esta experiencia es individual, traten de aprovecharla.*
- ▶ Mientras caminan, da las siguientes indicaciones, muy pausadamente:
  - *Mientras caminan perciban su cuerpo. Perciban cómo están desde sus dedos, sus plantas de los pies, sus talones, sus pantorrillas, sus rodillas, sus muslos, su sexo, sus nalgas, su vientre, su cadera, su pecho, su espalda, su cuello, sus hombros, sus brazos, sus codos, sus manos, los dedos de las manos, sus cabeza, su cara, sus orejas, su cuero cabelludo...*
- ▶ Prosigue diciendo despacio:
  - *Observen la forma en que dan cada paso, la forma en que hacen cada movimiento.*

- *Ahora van a caminar un poquitito más rápido... luego un poco más y más aprisa... y más.... ¡Corran!... ¡Corran muy fuerte!... ¡Fuertísimo!*
- ▶ De pronto, muy inesperadamente, pídeles que se detengan y que respiren profundamente.
- ▶ Comenta que la experiencia individual ha terminado y que ahora es momento de relacionarse con sus compañeros. Ahora se saludarán unos a otros, pero no de una forma común, sino de diversas maneras creativas. Comenta que irás dando las instrucciones para cada saludo y que ellos tendrán que poner toda su creatividad para hacerlo.
- ▶ A medida que vayas dando cada instrucción, dales el suficiente tiempo para que todos practiquen los diversos saludos.
- ▶ Ve dando las indicaciones, más o menos de la siguiente manera:
  - *Cada uno tendrá que saludar a cada miembro del grupo, es decir todos con todos.*
  - *En el primer saludo tendrán que hacerlo con los pies. Imaginen cómo se saludarían con los pies, en lugar de con las manos.*
  - *Ahora el saludo es con los codos. ¡Sean creativos!*
  - *Ahora con los hombros.*
  - *Esta vez saludense con la cadera.*
  - *Ahora toca hacerlo con la espalda.*
  - *Salúdense con la frente.*
  - *Usen ahora las rodillas.*
  - *Una vez más, pero con las orejas.*
  - *En esta ocasión será con la nariz.*

- *Una vez más, ahora con las manos pero de una manera no habitual.*
- *Por último, saludense como ustedes quieran.*

- ▶ Posteriormente indica a los participantes que se sienten en un círculo para que cada uno comparta su experiencia brevemente.

### **Puntos para la reflexión**

- ▶ Puedes preguntar:
  - *¿Qué descubriste al saludar de una manera no común?*
  - *¿Cuál saludo te gustó más? ¿Hubo alguno que no te gustó?*
  - *¿Sientes que pudiste comunicar algo más de lo que habitualmente dices con un saludo?*
  - *¿Cómo te sentiste al tener más cercanía corporal?*
- ▶ Si lo deseas, comenta cómo a veces no encontramos maneras de comunicarnos con los demás por el hecho de estar inmersos en lo cotidiano o por tener tabús morales.

### **Sugerencias**

- ▶ Es importante permitir que los participantes no hagan algunos de los saludos si no se tienen suficiente confianza, sobre todo aquellos que implican mayor cercanía corporal. No debes forzar a quien no lo quiera hacer.
- ▶ Si no tienes suficiente tiempo para realizar toda la dinámica, puedes escoger sólo una parte. Tal vez te convenga dividirla en dos. La primera parte es más útil en los momentos en los que el grupo necesita relajarse. En cambio, la segunda parte es mejor para crear lazos de confianza entre los miembros del grupo.

# 6

## ***Aprende a disfrutar el momento***

### ***Objetivo***

Mostrar cómo las personas pueden percibir y saborear cada momento de su vida estando en el presente.

### ***Tiempo***

15 minutos.

### ***Material***

Ninguno.



### ***Desarrollo***

- ▶ Invita a tu grupo a sentarse en círculo, con los ojos cerrados y en silencio.
- ▶ Mientras tienen los ojos cerrados, da las siguientes instrucciones:
  - *Así, estando sentados van a mantenerse en silencio. Ahora, van a abrir los ojos para fijar la vista hacia algún punto en el suelo, enfrente de ustedes.*
  - *Concéntrense sólo en ese punto y comiencen a escuchar todos los sonidos que vienen y van en este justo y único momento.*
  - *Traten de no pensar en qué son ni de dónde vienen. Simplemente escúchenlos.*
  - *Si les vienen pensamientos a su mente déjenlos pasar y vuelvan a concertarse en los sonidos, sin dejar de mirar su punto de atención.*
- ▶ Una vez que hayan concluido el ejercicio solicita a las personas que cada uno comparta su experiencia.

### ***Puntos para la reflexión***

- ▶ Una pregunta clave que puedes hacer es si sienten que aprendieron algo con este ejercicio y qué fue.
- ▶ La reflexión importante en esta dinámica es que casi nunca vivimos ni percibimos el momento presente. Por lo general pensamos en muchas cosas cuando realizamos una actividad. Por ejemplo, cuando estamos lavando los trastes no nos concentramos en gozar el agua, tallar o la sensación del plato limpio, sino que pensamos en el ayer o en el mañana, sin percatarnos ni disfrutar de esos pequeños detalles que son de lo que está hecha la vida misma.

### ***Sugerencias***

- ▶ La duración de este ejercicio puede variar, según como tú percibas al grupo. Sin embargo te recomiendo que la hagas en periodos cortos de tiempo de 3 a 5 minutos cuando mucho.
- ▶ Además de reflexionar sobre gozar el momento presente, esta dinámica te servirá cuando el grupo esté disperso y no se pueda concentrar. También te la recomiendo para abrir un día de trabajo.

## Un paseo por allí



### Objetivo

Tener una experiencia sin el sentido de la vista y confiar en uno mismo y en los compañeros para poder disfrutar.

### Tiempo

1 hora.

### Material

 Un paliacate por pareja.

### Desarrollo

- ▶ Pide a los participantes que se formen en parejas, que escojan a un compañero que no conozcan mucho y con quien quisieran convivir.
- ▶ Entrega un paliacate a cada pareja. Indica que primero uno se cubrirá los ojos con el paliacate para no ver.
  - ¡No se vale hacer trampa!
- ▶ Da instrucciones para que la persona que no tiene los ojos cubiertos guíe a su compañero. Lo llevará por un paseo maravilloso, le mostrará todo tipo de texturas y lo llevará por caminos hermosos y divertidos.
- ▶ Da la recomendación de que la persona que tiene los ojos vendados ponga su mano sobre el hombro de su compañero. Esa es la forma que prefieren los ciegos para ser guiados.
- ▶ Menciona que la persona que guía, además de proporcionar un paseo hermoso a su compañero, lo cuidará de diversos peligros, como por ejemplo escaleras, muebles, vidrios, etc. Pero también debe brindarle la libertad suficiente para que goce este paseo.

- ▶ Comenta que esta dinámica se hará en silencio. Ni el guía ni el guiado podrán hablar, sólo en casos extremadamente necesarios. El motivo por el cual se hace en silencio es para que ambos se concentren y disfruten de su paseo.
- ▶ Podrás invitarlos a que den el paseo fuera del espacio de trabajo, pueden ir a los alrededores, pero no podrán tardarse más de 15 minutos.
- ▶ Observa lo que hace cada pareja y si sientes que a alguien le falta iniciativa puedes hacer sugerencias en voz baja al guía para que lleve a su compañero a tocar los árboles, las plantas, las distintas texturas de la pared o el agua, entre muchas otras cosas.
- ▶ Un poco antes de que termine el tiempo asignado para el paseo, avisa a todos que es hora de regresar al salón, poco a poco y aún con el paliacate puesto.
- ▶ Pide a los participantes vendados que antes de quitarse el paliacate cierren sus ojos, se lo quiten y poco a poco abran los ojos para que no sea tan fuerte el impacto de la luz.
- ▶ Indica que ahora se invertirán los papeles. El que guió será guiado y el guiado será el guía. El proceso se repite de la misma manera. Sin embargo, al poco tiempo de que las parejas hayan salido al paseo, tú irás intercambiando a los guías, en silencio y sin que los guiados se den cuenta.
- ▶ Deja que disfruten así un rato de su paseo y en el momento adecuado pide que vuelvan al salón como la vez anterior.
- ▶ Pide a las personas que cuando se hayan quitado los paliacates se den un abrazo con las parejas que tuvieron, a manera de agradecimiento mutuo.

### ***Puntos para la reflexión***

- ▶ Invita a que el grupo se siente en círculo para reflexionar sobre la experiencia.
  - *¿Cómo se sintieron como guías y como guiados?*
  - *¿En su paseo qué tanto se sintieron protegidos y libres?*
  - *¿Cómo fue la experiencia de no ver?*
  - *¿Qué les deja esta experiencia?*

### ***Sugerencias***

- ▶ Insiste a las personas que el rol de quien guía es cuidar a quien no ve. En ningún momento deben de ponerlo en riesgo.



# ***Dinámicas sobre el tema central***



- 8. Lo que imaginas y lo que es***
- 9. El arco iris***
- 10. Las colas***
- 11. Un encuentro muy singular***
- 12. Características comunes y diferentes***
- 13. La niña que nació con dos ojos***
- 14. Maestros y alumnos***
- 15. De ángeles, diablos y héroes***
- 16. ¿Un cuadrado perfecto?***
- 17. De la semilla al árbol***
- 18. Un árbol muy especial***
- 19. El hilo de Ariadna***
- 20. Mi mayor limitación***

## Lo que imaginas y lo que es

### Objetivo

Eliminar las visiones y creencias erróneas que se tienen sobre las personas con discapacidad, para encontrar una visión real que las incluya desde los derechos humanos.

### Tiempo

50 minutos.

### Material

- ✎ Hojas tamaño carta (una por persona).
- ✎ Bolígrafos (uno por persona).



### Desarrollo

- ▶ Indica a los participantes que primero trabajarán individualmente. Pide que imaginen cinco deseos que tengan en ese momento y que los anoten en una hoja, por orden de importancia según ellos mismos lo consideren. Si hay personas que no sepan escribir, diles que sólo piensen en sus deseos para poderlos compartir después.
- ▶ Cuando terminen diles que ahora recuerden a alguna persona con discapacidad e imaginen cinco deseos que ella pudieran tener en ese momento. Los puedes motivar con una frase, por ejemplo:
  - *¿A ver si los conocen tan bien?*
  - *Harán lo mismo con estos cinco deseos, es decir los anotarán según crean que sería la preferencia de esa persona.*
- ▶ Puedes dar 15 minutos para que realicen sus dos listas.
- ▶ Una vez que hayan hecho esto, pídeles que se reúnan en grupos de cinco personas y que reflexionen sobre las diferencias y las similitudes que encuentren entre los diez deseos que escribieron o pensaron. Igualmente

diles que tienen 15 minutos para que comenten y saquen conclusiones por equipos.

### ***Puntos para la reflexión***

- ▶ Invita al grupo a que se sienten en círculo para reflexionar sobre sus conclusiones. Puedes comenzar pidiéndoles que compartan tanto sus conclusiones como sus puntos de vista.
- ▶ También hazles las dos siguientes preguntas que son fundamentales:
  - *¿Encuentran diferencias entre los deseos de las personas con o sin discapacidad?*
  - *¿Será que los deseos de unos y otros son realmente diferentes? ¿En qué coinciden?*
- ▶ Sobre la última pregunta, comenta algo similar a lo siguiente:
  - *Es muy importante que piensen más sobre esta última pregunta. Por ejemplo, si una chica con discapacidad no puede hablar, tal vez su deseo sea el poder hablar. Reflexionen, su deseo no es hablar por hablar, sino para poder comunicarse con los demás, poder tener amigos, realizarse en todos sentidos, entre los cuales estarían el poder tener un trabajo y una pareja dignos.*
- ▶ Para finalizar pregunta a los participantes qué se llevan de esta experiencia.

### ***Sugerencias***

- ▶ Si la mayoría de los participantes no saben escribir, es más conveniente que sólo pidas tres deseos en lugar de cinco.

## El arco iris



### Objetivo

Reflexionar acerca de tres aspectos esenciales que tienen los derechos humanos: la diversidad, el respeto y la libertad

### Tiempo

90 minutos.

### Material

 Etiquetas pequeñas auto adheribles de diferentes colores (una por participante).

Para saber la cantidad de etiquetas necesarias de cada color, te doy un ejemplo:

Imaginemos que son 19 participantes. El número de etiquetas puede distribuirse de la siguiente forma:

9 etiquetas amarillas.

5 etiquetas verdes.

2 naranjas.

2 rojas.

1 morada.

Los conjuntos pueden variar en número, lo que sí es muy importante es que sólo exista una etiqueta de un sólo color.

En el ejemplo es el morado.

## **Desarrollo**

- ▶ Pide a todos que cierren los ojos.
- ▶ Pega a cada uno una etiqueta de color en la frente sin que sepan qué color les tocó. Procura evitar poner colores iguales a las personas que estén juntas. Sólo una persona tendrá una etiqueta que no haga equipo con nadie, pero es importante que los participantes no sepan esto.
- ▶ Una vez que todos tengan pegada su etiqueta en la frente indícales que pueden abrir los ojos, pero que durante el juego no se vale hablar.
  - *Ahora pueden abrir los ojos, pero no la boca.*
- ▶ Diles que deben juntarse con los colores iguales al suyo y que tienen que lograr esto sin hablar y sin señalar objetos para indicar colores. Insiste en que los miembros de un equipo deben ser todos del mismo color. Los participantes tal vez decidan transgredir la regla de reunirse por colores e invitar al compañero que no tiene equipo, pero no debes darles esta sugerencia.
- ▶ Una vez hechos los grupos, pide a cada equipo que haga una escultura corporal. Esto quiere decir que juntos adopten posturas para formar un conjunto.
- ▶ Si el compañero que está solo pregunta qué debe hacer, dile que haga su escultura o lo que quiera. Esto es parte de la intención de la dinámica para que este compañero se sienta más aislado e ignorado.
- ▶ Posteriormente invítalos de nuevo a sentarse en círculo para reflexionar sobre la actividad.

## **Puntos para la reflexión**

- ▶ Motiva a los participantes a que digan:
  - *¿Cómo se sintieron?*
  - *¿Fue fácil hacer equipos?*
  - *¿Tuvieron u ofrecieron ayuda?*
  - *¿Cómo fue la experiencia?*
- ▶ Por ejemplo, los participantes pueden sentirse confiados, apoyados, desconcertados, excluidos, solos, desubicados. Es muy importante poner énfasis en la persona que quedó sin equipo.
  - *¿Qué sensación tuvo ella?*
  - *¿Qué hizo al sentirse sola?*
  - *¿Cómo la percibieron los demás y qué hicieron?*
- ▶ Posteriormente, invita al grupo a otra reflexión:
  - *¿Qué relación encuentran entre esta experiencia y la vida cotidiana?*
  - *¿Este ejercicio puede ser un reflejo o no de lo que pasa en nuestra comunidad? ¿Por qué?*
  - *¿Cuáles son los motivos por los que las personas nos reunimos en grupos dentro de nuestras comunidades? Se pueden dar ejemplos de cómo nos unimos por causas o características comunes como por la edad, la religión, la forma de pensar, el género, entre otras.*
  - *Muchas veces nos juntamos con gente que piensa igual que nosotros y cuando alguien opina diferente frecuentemente lo rechazamos. Entonces ¿a quiénes rechazamos en la comunidad y por qué?*
- ▶ Cuando el grupo no sabe qué decir puedes poner ejemplos como: se rechaza a la gente que tiene otra

religión o a la que no tiene, a la gente que tiene otra preferencia sexual, también por motivos de la edad o de la condición económica.

- ▶ Al final haz las siguientes preguntas, que son muy importantes:
  - *¿Qué les gusta más? ¿Que haya un sólo color o un arco iris de colores? ¿Por qué no hemos sabido construir el arco iris?*
- ▶ Una reflexión esencial que puedes hacer es la siguiente:
  - *Si el arco iris es la diversidad y es lo que más nos enriquece, ¿por qué nos cuesta tanto? Quizá no es fácil porque representa un reto para cada quien. Es un reto de respeto hacia nosotros mismos (porque en nosotros mismos existe la diversidad) y hacia los demás.*
  - *Es importante saber que no podemos cambiar a los otros, pero sí cambiarnos a nosotros mismos.*
- ▶ También puedes relacionar esto con la tolerancia:
  - *Preferimos manejar la palabra respeto porque la tolerancia se refiere a aguantar al otro. El respeto implica reconocer el derecho del otro. Cuando me respeto (es decir reconozco mis fallas y mis aciertos) puedo respetar al otro.*

## **Sugerencias**

- ▶ Si no consigues etiquetas de colores puedes pintarlas con plumones.
- ▶ Puede ser que la persona con el color único se integre a un equipo de otro color. Eso está bien, aunque tú no debes sugerirlo. En la reflexión comenta que se vale romper la regla cuando es en beneficio de todos, o de quien es más vulnerable, como en el caso de quien estaba solo.



### Objetivo

Quitar el sentido dramático y a veces solemne con el que en muchas ocasiones se ve a las personas con discapacidad.

### Tiempo

Varía según el número de participantes. Aproximadamente 1 hora y 40 minutos para un grupo de 20 personas.

### Material

- ✎ Una buena cantidad de papel periódico por participante.
- ✎ Pintura vinílica azul, amarilla, roja, blanca y negra (medio litro de cada color).
- ✎ Brochas pequeñas (una por participante).
- ✎ Bandejas de plástico o vasitos para gelatina (una por cada tres participantes).
- ✎ Recipientes para enjuagar las brochas.
- ✎ Un trapo o estopa para limpiar.
- ✎ Pegamento blanco o engrudo suficiente.

## Las colas

### Desarrollo

- ▶ Inicia la dinámica diciendo algo como esto:
  - *Se van a reír mucho de lo que les voy a pedir, pero ni modo. Vamos a trabajar con nuestras colas. Imagínense qué harían si hubieran nacido con una cola. ¿Cómo sería esa cola? ¿Qué tamaño tendría, qué color, para qué les serviría?*
- ▶ Indica al grupo que cada participante va a crear su cola con los materiales que hay.
- ▶ Si no hay dudas, invítalos a comenzar diciéndoles que echen a volar su imaginación, que no se vale copiar a los compañeros y que la cola de cada quien será única e irrepetible. Puedes comentar lo siguiente:
  - *Gocen haciendo su cola. Les apuesto que nunca antes habían hecho esto.*
- ▶ Es importante que recuerdes a los participantes que en este ejercicio, como en otras dinámicas, quedan prohibidas las frases como ‘no puedo’ o ‘no sé hacerlo’.
- ▶ Deja que las personas trabajen libremente y da un tiempo suficiente para que hagan y pinten sus colas.

- ▶ Una vez que todos hayan realizado sus colas pide a los participantes que elijan a un compañero con el que no hayan convivido mucho. Indica que primero uno va a entrevistar a su compañero. Sugiere algunas preguntas que pueden hacer en la entrevista:
  - *¿Cómo te sientes con tu cola?*
  - *¿Para qué la usas?*
  - *¿Cómo te duermes con tu cola?*
  - *¿Cuánto te pesa?*
  - *¿Te gusta?*
  - *¿Estás orgulloso de ella?*
  - *¿Cómo la limpias?*
- ▶ Motívalos para que imaginen preguntas creativas.
- ▶ Después de algunos minutos, cuando veas que ya conversaron lo suficiente sobre sus colas, indica que cambiarán de papeles, es decir que el entrevistado pasará a ser ahora el entrevistador.
- ▶ Deja pasar un tiempo similar y pídeles que se sienten de nuevo en círculo para platicar en grupo, con todo y colas.

### ***Puntos para la reflexión***

- ▶ Para iniciar la reflexión pregunta:
  - *¿Cómo les fue con su cola y con su entrevista?*  
*¿Quién nos quiere compartir cómo se sintió, qué aprendió?*
- ▶ Después de que hablen sobre la experiencia, pregunta:
  - *¿Una cola tendrá algo semejante a tener una discapacidad? ¿Hay alguna relación?*

- ▶ Como conclusión, habla un poco sobre las siguientes ideas:
  - *Ustedes eligieron sus colas, pero la discapacidad no se escoge.*
  - *El secreto de tener una vida más amena es saber asumir y aprovechar tu discapacidad.*
- ▶ Finalmente, para que los participantes saquen sus propias conclusiones, pregúntales qué es lo que se llevan de esta experiencia.

### ***Sugerencias***

- ▶ En esta actividad se trata de jugar, de reírnos de nosotros mismos. Diviértete con los participantes.
- ▶ Esta dinámica es muy eficaz con todos los grupos. En especial la recomiendo para jóvenes con discapacidad, porque pueden comenzar a asumir de un modo más amable y bondadoso su propia situación.
- ▶ Si quieres variar los materiales para elaborar las colas, con anterioridad pide a los participantes que lleven el material que se les ocurra para hacer un ejercicio plástico. Puede ser material de desecho que tengan en casa como latas, cartones de empaque, moños, listones, papeles de colores, etc.
- ▶ Si el número total de participantes es non, se puede hacer un equipo de 3 personas para la entrevista.



### **Objetivo**

Reflexionar sobre por qué existen ciertas actitudes frente las personas con discapacidad, para encontrar una nueva visión desde la perspectiva de los derechos humanos.

### **Tiempo**

1 hora 20 minutos.

### **Material**

- ✎ Papel tamaño carta.
- ✎ Bolígrafos o lápices (uno por participante).
- ✎ Dos o tres pliegos de papel bond.
- ✎ Un marcador.
- ✎ Cinta adhesiva.

## ***Un encuentro muy singular***

### **Desarrollo**

- ▶ Comenta con el grupo que ahora se hará un ejercicio de memoria.
- ▶ Pídeles que cierren los ojos y, con voz pausada, indícales que recuerden su primer encuentro con una persona con discapacidad. Esto pudo ser en cualquier momento de su vida, pero es importante que sea la primera experiencia.
- ▶ Da unos minutos para que recuerden la situación completa. Mientras lo hacen es muy importante que les digas que nadie los va a juzgar por su recuerdo porque de lo que se trata es de ser lo más sinceros que sea posible, ya que todos venimos a aprender.
- ▶ Para motivar sus encuentros con las personas con discapacidad puedes preguntar:
  - *¿Cómo te sentiste en ese encuentro?*
  - *¿Qué fue lo que hiciste?*
  - *¿Qué no hiciste?*
- ▶ Posteriormente, agrupa a los participantes en equipos de aproximadamente cinco personas. Es recomendable

que los equipos se formen entre compañeros que no hayan convivido mucho.

- ▶ Indica que en los equipos se comparta el recuerdo de cada persona.
- ▶ Después de un tiempo suficiente para que cada miembro del equipo hable, pide a todos que se sienten en círculo y que por equipo pasen a anotar, en un pliego de papel pegado en un lugar visible, los sentimientos o actitudes que encontraron en sus experiencias.
- ▶ Una vez hecho esto, pregunta de dónde creen que viene cada sentimiento y cada actitud. Puedes decir algo como:
  - *Vamos a ver de dónde viene cada uno de esos sentimientos y actitudes. ¿Por qué miedo? ¿De dónde creen que surge el miedo de ver o convivir con una persona con discapacidad?*
- ▶ Haz la misma pregunta con cada uno de los sentimientos enlistados, hasta donde alcance el tiempo.
- ▶ Durante la reflexión puedes asociar algunos de los sentimientos similares o preguntar cómo se relacionan algunos de ellos.

### ***Puntos para la reflexión***

- ▶ Las palabras que los grupos generalmente escriben son: miedo, tristeza, coraje, dolor, risa, curiosidad, admiración, rechazo, angustia, duda, entre otras.
- ▶ A continuación te doy ideas sobre la información que puedes dar acerca de cada uno de estos sentimientos.
  - ***Miedo:*** *Todo lo desconocido da miedo. Para disminuir el miedo hay que proveer información y conocimiento.*

- ***Tristeza:*** *Habría que reflexionar si ella al igual que la lástima provienen de la creencia de que a las personas con discapacidad les falta algo y no pueden ser felices. Tal vez, un tanto inconscientemente, se los ve como inferiores y no como iguales y sujetos de derechos.*
- ***Coraje:*** *A diferencia de la lástima o la tristeza que son pasivos, este sentimiento es activo. Muchas veces el coraje nos impulsa a cambiar las cosas.*
- ***Dolor:*** *El dolor difiere de la tristeza porque reconoce una realidad que nos lastima y sólo así podemos superarla. La tristeza niega la realidad, no quiere aceptarla ni reconocerla.*
- ***Risa:*** *La risa es saludable, nos ayuda a vivir. La burla es agresiva, es producto del rechazo y de la ignorancia. Sin embargo, también puede haber risa que venga del nerviosismo.*
- ***Curiosidad:*** *Gracias a la curiosidad la humanidad ha evolucionado. Con la curiosidad aprendemos. Cuando somos adultos muchas veces perdemos la curiosidad. Los niños son curiosos por naturaleza.*
- ***Admiración:*** *En muchas ocasiones se sobrevalora a las personas con discapacidad y esto también puede ser otra manera de discriminación. Hay que recordar que la discapacidad es sólo una más de las características de la persona. Cuando admiramos a una persona partiendo de su discapacidad realmente no lo estamos haciendo.*
- ***Rechazo:*** *El rechazo proviene directamente del miedo, de no respetar al otro y de creer que tenemos la única verdad.*

- **Angustia:** *Proviene del no saber qué hacer, por lo cual es necesario preguntar e informarse.*
- **Duda:** *Todos tenemos dudas acerca de lo que no conocemos. Lo importante es tener la capacidad de hacer preguntas y obtener la información que necesitamos.*
- ▶ Es también valioso decir que:
  - *Casi siempre esos sentimientos vienen de la ignorancia y la falta de información, pues todo lo desconocido da miedo.*
  - *La vida es una incertidumbre momento a momento, pero estamos acostumbrados a creer que todo lo tenemos seguro.*
  - *Para tener información y buscar soluciones nuevas sirve construir redes de apoyo.*

## **Sugerencias**

- ▶ Si decides realizar esta dinámica en el taller, es mejor que sea de las primeras, ya que las personas tendrán mayor conciencia sobre sus sentimientos y actitudes hacia las personas con discapacidad.
- ▶ El ejercicio busca que el grupo vaya encontrando las causas de cada sentimiento o actitud que anotaron en la lista. Si bien tú debes dejar que los participantes sean los que descubran esto, también es importante que los guíes para que logren tener una visión real de las personas con discapacidad. Para eso te sirve la información que te he proporcionado sobre cada sentimiento.
- ▶ Si todas las personas del grupo saben leer y escribir, puedes realizar una variante. Se trata de que en lugar de que usen el pliego grande de papel bond para escribir las palabras con los sentimientos, cada quien escriba en tarjetas tamaño media carta. Escribirán un sentimiento por tarjeta y las irán pegando en la pared. Después se acomodan las tarjetas para agrupar las que son iguales y ordenarlas por tipo de sentimiento. Las tarjetas se pueden pegar y despegar las veces que sea necesario.
- ▶ En caso de que haya personas que no sepan leer y escribir, indica que pueden dibujar los sentimientos, utilizando caras que los expresen de manera gráfica.
- ▶ Cuando no haya voluntarios para hablar, asigna un sentimiento a cada persona, de manera que reflexione sobre él en voz alta.

## Características comunes y diferentes



### Objetivo

Comprobar que sólo hay una característica que diferencia las personas con y sin discapacidad entre muchas otras que tienen en común.

Quitar mitos y prejuicios, y fomentar la inclusión y los derechos humanos de las personas con discapacidad.

### Tiempo

1 hora.

### Material

- ✎ Un bolígrafo o lápiz por participante.
- ✎ Una hoja carta por participante.
- ✎ Marcadores.
- ✎ Pliegos de papel bond o de otro tipo para pegar en las paredes.
- ✎ Cinta adhesiva.

### Desarrollo

- ▶ Pide a los participantes que piensen en alguna persona con discapacidad que conozcan. Si son padres de familia, que piensen en su hijo, si son educadores, en alguno de sus alumnos, etc.
- ▶ Reparte hojas y plumas o lápices.
- ▶ Indica que en la hoja van a hacer dos listas. En una pondrán las características que esa persona tiene en común con ellos y en la otra las características que lo hacen diferente. Refuerza la idea diciendo:
  - *Piensen en qué se parecen y en qué no. Sientan que están con ellos, que están conviviendo con esa persona.*
- ▶ Motiva al grupo para que pongan todo lo que se les ocurra y que las listas sean largas.
- ▶ Después de que terminen las listas pide que cada uno mencione sus características comunes y diferentes con la persona que eligió. Sugiere empezar de la siguiente manera:
  - *Rocío y yo nos parecemos en...*
  - *Rocío y yo no nos parecemos en...*

- ▶ Una vez que todos o la mayoría compartieron sus características, invita a la reflexión de la experiencia.

### **Puntos para la reflexión**

- ▶ Inicia la reflexión preguntando:
  - *¿Cómo se sintieron descubriendo sus características comunes y diferentes con la persona con discapacidad?*
  - *¿Cómo se sintieron al escuchar a sus compañeros?*
- ▶ Después de que hayan compartido sus emociones, continúa con la siguiente pregunta:
  - *¿Cuál de sus listas fue la más larga? ¿La de diferencias o la de similitudes?*
- ▶ Cada uno puede concluir su reflexión diciendo con una sola palabra lo que aprendió de esta dinámica. Sugiere que digan palabras que sus compañeros no hayan expresado. Escriban en un papel grande pegado a la pared las palabras que cada uno vaya mencionando.
- ▶ Para terminar, puedes exponer una o varias de las siguientes ideas:
  - *Lo que diferencia a las personas con discapacidad es sólo una característica: la discapacidad. Tenemos más características comunes que diferencias con la gente con discapacidad. Lo que pasa es que las vemos casi como extraterrestres, pero cuando reflexionamos nos damos cuenta de que sí hay diferencias porque requieren algunos apoyos para poder hacer ciertas cosas como nosotros. Pero sus necesidades y sentimientos como seres humanos son los mismos.*

- *Las características que mencionaron de las personas en las que pensaron son las que puede tener cualquier persona sin discapacidad.*
- *En estos medios se tiende a admirar a la gente con discapacidad por sus limitaciones. Se tiende a estereotipar a las personas con discapacidad y no nos damos cuenta que la discapacidad es una característica entre otras miles que tiene una persona.*
- *Me gusta que ustedes hayan resaltado el hecho de que somos iguales, que tenemos características comunes y diferentes como todo el mundo. ¡Un aplauso!*

### **Sugerencias**

- ▶ En este ejercicio, las personas tienden a describir al otro y no se describen a sí mismas. En esos casos hay que preguntar:
  - *¿Eso que describes de ella te hace igual o diferente a ella?*

## La niña que nació con dos ojos

### Objetivo

Reflexionar sobre las visiones y actitudes de la comunidad frente a la discapacidad.

### Tiempo

1 hora.

### Material

Ninguno.

### Desarrollo

- ▶ Di al grupo que les vas a contar un cuento.
  - *¿Adivinen qué? Ahora voy a contarles un cuento, ¿cómo ven?*
- ▶ Comienza a narrar la siguiente historia:
  - *Había una vez, en un planeta muy muy lejano a la Tierra, unos seres humanos muy similares a nosotros. Sólo tenían una diferencia: en lugar de tener dos ojos, ellos solamente tenían uno. Con este ojo podían ver en la oscuridad de la noche*



*todas las cosas sin necesidad de lámparas o de velas, es decir su ojo también les funcionaba como una lámpara. También con ese ojo podían ver los planetas y las estrellas más lejanas del universo, como con un telescopio. Pero un día pasó algo muy extraño, una pareja tuvo una niña ¡con dos ojos! ¡Imagínense! Era el escándalo y el chisme de todo ese planeta.*

- ▶ Interrumpe aquí el cuento y comenta que posteriormente les contarás el final.
- ▶ Pide a los participantes que se numeren del uno al dos para que hagan dos equipos. Un equipo se encargará de defender a la niña que nació con dos ojos y dará sus mejores argumentos para apoyarla. Al contrario, el otro equipo tendrá que rechazarla y creará todos los discursos en su contra.
- ▶ Es muy importante decirle al grupo que es sólo un juego, que traten de asumir lo mejor posible su papel y que no se detengan por su postura personal en la vida real.
- ▶ Para decidir cuál equipo está a favor de la niña y cuál en contra, pregunta a ambos equipos lo que desean. Si no se ponen de acuerdo decide tú con un volado.

- ▶ A continuación elige a dos personas para que representen a la mamá y al papá de la niña del cuento. Los padres son miembros también de los grupos y deberán de estar en equipos opuestos.
- ▶ Indica al grupo que se iniciará un debate sobre el caso de la niña de los dos ojos. Es necesario que digas que para hablar tienen que pedir la palabra alzando la mano, porque si no luego se calientan los ánimos y nadie se escucha.
- ▶ Para propiciar el inicio del debate puedes hacer algunas preguntas como:
  - *¿Qué opinan los doctores del planeta?*
  - *¿En qué escuela iría la niña, si acaso hubiese escuela para ella?*
  - *¿Qué opinan los papás de la niña?*
  - *¿Y los otros padres de familia, la iglesia, la comunidad?*
  - *Y además es niña, ¿sería igual si fuese niño?*
- ▶ Durante el diálogo entre los dos equipos, tú estarás muy atenta al debate. Puedes enfatizar o cuestionar algunos de los argumentos de los participantes para motivar al grupo a cuestionarse aún más, pero nunca descalificarlos.
- ▶ Deja que el debate se prolongue entre veinte o treinta minutos, según el ánimo del grupo.
- ▶ Al final pregunta cómo se sintió cada uno en su papel.
- ▶ Una vez que todos o la mayoría expresaron sus sentimientos, narra el final del cuento:
  - *Los padres de la niña comenzaron a ver con asombro que la niña tenía miles de amiguitos, que siempre estaba rodeada de niños. Un día descubrieron que la niña les contaba cuentos a los demás, pero cuentos*

*de colores, pues los niños y las personas con un ojo sólo podían ver en blanco y negro. Entonces cuando la niña fue adulta quiso ser escritora y fue feliz como las otras personas de aquel lejano, muy lejano planeta. Y colorín colorado, este cuento está acabado.*

### **Puntos para la reflexión**

- ▶ Al final pide a los participantes que digan qué les dejó esta dinámica y cuáles son sus conclusiones.

### **Sugerencias**

- ▶ Esta es una adaptación de un cuento de UNICEF sobre los derechos de los niños.<sup>1</sup> El cuento original es sobre un niño, pero aquí lo he adaptado para que el personaje principal sea una niña, de manera que no sólo se hable sobre los derechos de los niños con discapacidad sino que también se trabaje la cuestión de género.
- ▶ Puedes agregar elementos o situaciones al cuento según tu imaginación, pero ten cuidado de no modificar el sentido y la trama original.
- ▶ Usa tu intuición para elegir a la mamá y al papá. Quizá sientas que es bueno escoger a algún participante que no haya hablado mucho y por otro lado a un líder. Otra buena opción es escoger a un participante que se haya caracterizado por ser un defensor de los derechos humanos de las personas con discapacidad para que esté en el equipo que va a rechazar a la niña.

<sup>1</sup> García Sánchez, José Luis y Miguel Ángel Pacheco, *El niño que tenía dos ojos*, Altea, Madrid, 1978.

## Maestros y alumnos

### Objetivo

Expresar miedos y dudas respecto a la relación que se tiene con las personas con discapacidad y percibir la inclusión como un derecho que nos beneficia a todos.

### Tiempo

1 hora.

### Material

Ninguno.



### Desarrollo

- ▶ Pide a los participantes que formen parejas y que uno se nombre A y el otro B.
- ▶ Llama a los A y dales las siguientes instrucciones, sin que los B se enteren:
  - Cada uno de ustedes representará a un alumno con discapacidad, así que cada quien debe pensar cuál sería su discapacidad. Es conveniente que no se repitan las discapacidades.
  - Su pareja B será su maestro e intentará enseñarles algo. Es muy importante que su maestro no sepa qué discapacidad tienen ustedes. Ellos lo descubrirán al tratar de enseñarles.
  - Cada uno de ustedes deberá tratar de mantener su discapacidad durante todo el ejercicio.
- ▶ Llama al grupo de los B y dales las siguientes instrucciones, sin que los A se enteren:
  - Ustedes serán los maestros y cada uno de ustedes tendrá un alumno con discapacidad. Nadie les ha dicho a ustedes qué tipo de discapacidad tiene su alumno. En ocasiones sucede que los maestros no

*reciben la información necesaria para atender con calidad a sus alumnos.*

- *Ustedes tendrán que enseñar algo a sus alumnos, lo que se les ocurra, (leer, sumar, identificar distintas plantas, etc.) Sus alumnos no pueden decirles qué discapacidad tienen.*
- *¡Sean muy creativos!*
- ▶ Pide a los A y a los B que se reúnan con su pareja original e indica que trabajen como maestros y alumnos.
- ▶ Da al grupo unos 20 minutos para que realicen esta actividad.

### **Puntos para la reflexión**

- ▶ Invita al grupo a sentarse en círculo para compartir las siguientes reflexiones:
  - *¿Cómo te sentiste sin la información adecuada para atender a tu alumno y qué fue lo que hiciste?*
  - *¿Cómo te sentiste como alumno con discapacidad?*
  - *¿Qué recursos crees que se necesitarían para la inclusión educativa de los niños, niñas y jóvenes con discapacidad?*
  - *¿Qué opinión tienes sobre el derecho a la educación?*
  - *¿La inclusión sólo beneficia a los niños, niñas y jóvenes con discapacidad?*
- ▶ Puedes hacer los siguientes comentarios:
  - *Es muy importante ser conscientes de que la inclusión no sólo beneficia a los niños, niñas y jóvenes con discapacidad sino que ellos también aportan algo a los demás. Recordemos que la discapacidad sólo es una característica entre muchas otras. Así mismo, los niños y niñas con y sin discapacidad aprenderán*

*a asumir con naturalidad la discapacidad y buscarán a través del juego instrumentos para su plena inclusión.*

- *Más que comparar a los alumnos unos con otros, los niños, niñas y jóvenes con discapacidad deben ser evaluados frente a sí mismos. Esto es válido también para todos los niños, niñas y jóvenes, pues una educación competitiva no toma en cuenta el proceso personal de cada individuo y crea una sociedad poco solidaria.*
- *Falta mucho por hacer para lograr una educación incluyente y de calidad, pero los niños, niñas y jóvenes con discapacidad tienen el derecho de acceder a la educación que haya disponible, como cualquier niña, niño o joven.*

### **Sugerencias**

- ▶ Te aconsejo que esta dinámica sea de los primeros ejercicios de tu taller ya que los participantes podrán expresar de manera espontánea varias temáticas que se reflexionarán posteriormente.
- ▶ Conviene hacer esta dinámica sobre todo cuando se trabaja con maestros. Pero si tu grupo no es sólo de maestros, puedes escoger a los personajes de acuerdo a quienes sean los participantes. Por ejemplo, la señora de la tienda, el cura, el doctor, los niños o jóvenes sin discapacidad, etc.

## De ángeles, diablos y héroes

### Objetivo

En muchas ocasiones la gente ve a las personas con discapacidad tan diferentes a ellos, que los hace inhumanos, como ángeles, como diablos o quizá como héroes. Esta dinámica nos servirá para reflexionar sobre esto con el fin de que puedan ver y relacionarse con las personas con discapacidad como lo que son, personas como cualquiera.

### Tiempo

1 hora.

### Material

-  Pliegos de papel bond blanco o cualquier papel que sirva para dibujar (cuatro papeles por participante).
-  Pintura vinílica de los tres colores primarios, es decir amarillo, azul y rojo (otros colores se pueden obtener de la mezcla entre éstos).
-  Brochitas (una por participante).
-  Bandejas o cualquier tipo de recipiente para poner la pintura.



### Desarrollo

- ▶ Comenta con el grupo que este es un ejercicio que tiene que ver con la fantasía y que cada uno de los participantes echará a volar su imaginación porque hará cuatro autorretratos muy diferentes.
- ▶ Sugiere a los participantes formas de elaborar los autorretratos, según su creatividad y los materiales disponibles. Pueden dibujar, pegar diferentes materiales del entorno o sencillamente describirse de manera verbal o escrita.
- ▶ Espera a que acaben cada autorretrato para darles las instrucciones del siguiente.
- ▶ Para el primer autorretrato pide a los participantes que se imaginen a ellos mismos como ángeles, que piensen en todas las características que tendrían como ángeles, todos los beneficios y los obstáculos. Pueden, por ejemplo, pensar cuánto les pesarían sus alas al caminar o qué tan lejos o cerca se sentirían de las demás personas.
- ▶ Cuando acaben el primero, da las instrucciones para el segundo autorretrato. Pídeles que se piensen como si fueran diablos y que imaginen todas las características

que tendrían, todos los beneficios y los obstáculos. Por ejemplo pueden pensar con quiénes se relacionarían o simplemente de qué forma y color serían sus cuernos.

- ▶ El tercer autorretrato se trata de inventarse como héroes y para ello pensarán en todas las características que tendrían como héroes, todos los beneficios y los obstáculos. Como ejemplo puedes pedirles que piensen en las responsabilidades que tendrían que cumplir.
- ▶ Para el cuarto y último autorretrato indica a las personas que se representen tal cual como sienten y perciben que son.
- ▶ Cuando el grupo haya terminado de realizar sus autorretratos (después de entre 20 y 30 minutos), indícales que se numeren del uno al cinco para que trabajen en cinco equipos.
- ▶ En cada equipo se comentará cómo se sintieron haciendo cada uno de sus autorretratos. Para eso sugiere que cada uno comparta cuatro frases, comenzando así:
  - *Yo me sentí siendo ángel...*
  - *Yo me sentí siendo diablo...*
  - *Yo me sentí siendo héroe...*
  - *Yo me sentí siendo yo mismo...*
- ▶ Subraya que es importante que sean sólo cuatro frases breves por cada uno para que no se alargue mucho la actividad, y sobre todo para que los sentimientos queden muy concretos y claros.
- ▶ Después de los comentarios, cada equipo sacará sus propias conclusiones para que posteriormente se compartan con todo el grupo.

### ***Puntos para la reflexión***

- ▶ Una vez que cada grupo haya compartido sus conclusiones, pregunta qué tan alejados o diferentes de los humanos se percibían cuando fueron ángeles, diablos o héroes.
- ▶ Luego comenta que en muchas ocasiones las comunidades ven a las personas con discapacidad como ángeles, diablos o héroes y no como seres humanos. Pregunta a los participantes su opinión a este respecto.
- ▶ Enfatiza que mientras a las personas con discapacidad se les siga considerando como ángeles, diablos o héroes, no podrán ser plenamente incluidas en sus comunidades.
- ▶ Finalmente pregunta a los participantes qué es lo que se llevan de esta experiencia.

### ***Sugerencias***

- ▶ Los materiales que menciono en esta dinámica son sólo una sugerencia. En realidad casi cualquier material para pintar o dibujar puede ser útil. Otras opciones son papeles de color, pegamento blanco o engrudo, y todo el material de desecho que te imagines que puede ser reciclado. En resumen, para esta dinámica tú eliges el material que a ti o a los participantes les sea más fácil conseguir.

## ¿Un cuadrado perfecto?

### Objetivo

Romper esquemas y abrirse a la creatividad para resolver diversas situaciones.

### Tiempo

40 minutos.

### Material

El ejercicio puede hacerse con dos tipos de material:

- ✎ Un metro de alambre moldeable para cada participante.
- ✎ El material o los objetos que los participantes encuentren a la hora de recibir las instrucciones.



### Desarrollo

- ▶ Proporciona al grupo las siguientes instrucciones, simples y concretas:
  - *Cada uno tiene que crear un cuadrado perfecto. Eso quiere decir que los cuatro lados sean iguales.*
  - *Haz énfasis en la palabra perfecto para que los participantes pongan todo su esfuerzo en ello.*
- ▶ Según el tipo de material que hayas decidido que usarán los participantes, indícales lo siguiente:
  - *1) Deben hacer su cuadrado perfecto con el metro de alambre. Puede ser del tamaño que quieran. Sean lo más creativos posible, pero recuerden que su cuadrado perfecto tiene que medir lo mismo en los en los cuatro lados.*
  - *2) Para hacer su cuadrado perfecto pueden usar cualquier objeto o material que vean en su entorno. Sean lo más creativos posible, pero recuerden que su cuadrado perfecto tiene que medir lo mismo en los cuatro lados.*
- ▶ Advierte que sólo tienen 15 minutos para realizar su cuadrado perfecto.

- ▶ Después de los 15 minutos invita a que el grupo se siente en círculo para reflexionar sobre la experiencia.

### **Puntos para la reflexión**

- ▶ Pide a las personas que cuando hablen sobre la experiencia muestren su cuadrado perfecto.
- ▶ Para ayudar a la reflexión, haz las siguientes preguntas:
  - *¿Cómo te sentiste?*
  - *¿Fue fácil o complicado hacer tu cuadrado?*
  - *¿Te sentiste limitado por las instrucciones?*
  - *¿Qué no hiciste y qué te hubiera gustado hacer?*
  - *¿Hay algún aprendizaje para ti después de esta experiencia?*
- ▶ Tú podrás comentar y poner énfasis en las ideas siguientes:
  - *Estamos acostumbrados a realizar nuestras actividades casi siempre de una única manera y difícilmente nos imaginamos otras formas de hacer nuestra rutina. Por ejemplo, cuando regresamos a casa siempre lo hacemos por el mismo camino, no descubrimos otros nuevos y divertidos. Quizá cuando nos bañamos siempre nos lavamos primero el pelo y hasta el final los pies. ¿Qué pasaría si un día nos lavamos primero los pies?*
  - *Quizá si nos atreviéramos a vivir las pequeñas cosas de otro modo descubriríamos algo valioso.*

### **Sugerencias**

- ▶ Como en todas las dinámicas del taller, puedes usar tu propia creatividad para escoger los materiales según tus necesidades y posibilidades. Las que presento aquí son sólo sugerencias.

## De la semilla al árbol



### Objetivo

Trabajar sobre el dar y el recibir y reflexionar sobre la manera en la que apoyamos y recibimos apoyo de los demás.

### Tiempo

40 minutos.

### Material

-  CD con música suave y armoniosa.
-  Reproductor de CD.

### Desarrollo

- ▶ Pide a las personas que se dividan en parejas y que de preferencia escojan a alguien con quien no hayan convivido mucho.
- ▶ Da las siguientes instrucciones:
  - *Este será un ejercicio corporal. Primero una persona de la pareja será la semilla y la otra la cuidará, apoyándola a crecer hasta que se convierta en un árbol. Cuando ya lo hayan hecho se cambiarán los papeles, el que fue árbol será el cuidador, y el cuidador será el árbol.*
- ▶ Puedes dar un ejemplo invitando a uno de los compañeros a colocarse acurrucado en el piso, como se muestra en el dibujo. Toca suavemente a la persona ayudándola a crecer.
- ▶ Es muy importante que les digas que al hacer este ejercicio cada uno se tome su tiempo y su ritmo, de manera que realmente lo gocen. Haz énfasis en que no hay prisa por crecer.
- ▶ Indica que el ejercicio se realizará en completo silencio, nadie podrá hablar. Esto es muy importante para

que realmente se concentren y gocen el momento, escuchando la música y sintiendo lo que pasa. Incluso puedes sugerir que también cierren sus ojos.

- ▶ Cuando hayan quedado claras las indicaciones, anuncia que empezará el ejercicio y pon música suave para acompañar el proceso.
- ▶ Una vez que todas las parejas hayan terminado los dos momentos corporales, se les pide que cada pareja se dé un abrazo de agradecimiento por esta experiencia compartida.
- ▶ Para finalizar indica que es hora de que todo el grupo de nuevo se siente en círculo.

### ***Puntos para la reflexión***

- ▶ Para la reflexión haz las siguientes preguntas:
  - *¿Cómo se sintieron siendo árboles y siendo cuidadores?*
  - *¿Cuál de los dos papeles les gustó más representar?*
  - *¿Para cada uno qué es más sencillo, dar o recibir?*
- ▶ Es esencial que profundices en las ideas, preguntando al grupo cómo se sintieron cuando fueron semillas:
  - *¿Protegidos, cuidados, queridos, apoyados?*
  - *¿Con libertad o sin ella?*
- ▶ Finalmente pregúntales qué tanto se parecen o no las actitudes que tuvieron durante la dinámica con las que tienen en su vida cotidiana.
- ▶ Para cerrar, pregunta a las personas qué se llevan de esta experiencia.

## Un árbol muy especial

### Objetivo

Reflexionar y hacer conciencia sobre los apoyos y logros que han tenido las personas con discapacidad que los participantes conozcan.

### Tiempo

1 hora 40 minutos.

### Material

- ✎ Pliegos grandes de papel bond blanco (uno por participante).
- ✎ Pegamento blanco.
- ✎ Pliegos de papel de 5 colores, que no sean verde y café (más o menos dos o tres pliegos por pareja).
- ✎ Una cinta adhesiva.



### Desarrollo

- ▶ Cuando el grupo sea de madres, padres de familia o hermanos, esta dinámica es sumamente significativa pues harán el árbol de su hijo o hermano con discapacidad, según sea el caso.
- ▶ Si es un grupo de maestros, pídeles que hagan el árbol de un alumno con discapacidad. Si aún no han tenido este tipo de alumnos, entonces pueden imaginar cómo sería el árbol de una persona con discapacidad que conozcan o hayan visto.
- ▶ Da las siguientes instrucciones:
  - Cada participante hará un árbol muy singular, pues no existe otro igual. Para esto pensarán y sentirán cómo es su hijo (alumno, amigo o alguien conocido con discapacidad), y luego lo van a representar como si fuera un árbol.
  - Van a imaginar qué tronco tendría su árbol según como es la persona en la que están pensando: delgado, fuerte, alto, flexible, etc.

- *Las raíces de su árbol representarán todos los apoyos que haya tenido y aún tenga esta persona para estar viva y crecer.*
- *Las ramas serán todos los caminos que haya recorrido. En las ramas también pondremos los logros, flores o frutos que ha logrado nuestra persona-árbol.*
- ▶ Explica que lo anterior lo realizarán por medio de papeles recortados y pegados en un pliego de papel bond. Para recortar no usarán tijeras sino las manos, porque el corte y el rasgado a mano son más cálidos que con la tijera.
- ▶ Si decides incluir elementos del entorno para la elaboración de los árboles, da a los participantes el tiempo suficiente para que puedan buscar el material que usarán.
- ▶ Deja que el grupo trabaje y disfrute la elaboración de sus árboles.
- ▶ Cuando todos hayan terminado, cada uno irá presentando su árbol. Para ayudar a las personas a hacerlo puedes hacerles algunas de las siguientes preguntas:
  - *¿Quién es tu árbol, cómo se llama? Platícanos sobre él.*
  - *¿Cómo te sentiste al hacer tu árbol?*
  - *¿Cómo te sientes frente a tu árbol?*

### **Puntos para la reflexión**

- ▶ La reflexión principal en este ejercicio tiene que ver con que en muchas ocasiones no vemos ni valoramos los avances y logros de las personas y que, por pequeños que parezcan, son muy importantes.

### **Sugerencias**

- ▶ Para evitar que las personas hagan un árbol típico, con tronco café y hojas verdes, no les proporcionen papel verde ni café. Los árboles serán entonces más variados y originales.
- ▶ También se puede enriquecer el material disponible sugiriendo a los participantes que busquen opciones en sus alrededores, como materiales de la naturaleza u objetos de reuso que haya por ahí.

## El hilo de Ariadna<sup>5</sup>

### Objetivo

Conocer nuestras actitudes y metas en la vida. También nos ayuda a ver qué tanto nos respetamos a nosotros mismos y a los demás.

### Tiempo

1 hora 20 minutos.

### Material

- ✎ Una bola pequeña de estambre o cordón para cada participante, de preferencia de colores diferentes.
- ✎ Una cinta adhesiva.
- ✎ Aparato de música.
- ✎ Un CD con música tranquila.



### Desarrollo

- ▶ Esta dinámica puede dividirse en dos tiempos.
- ▶ En el primero darás instrucciones para que los participantes se desplacen a diez puntos en forma individual y en el segundo las personas tejerán una telaraña de manera colectiva.

#### PRIMER TIEMPO

- ▶ Indica a los participantes que elijan un sitio del espacio de trabajo en el que quieran comenzar el ejercicio. Una vez que cada quien esté en su sitio, pídeles que observen con atención a su alrededor y vean lo que existe en dicho lugar.
- ▶ Posteriormente diles que vayan a un segundo punto en el espacio, pero que esta vez tienen que ir hacia él saltando. De nuevo, una vez ahí, indícales que observen a su alrededor y vean lo que hay en dicho lugar.
- ▶ Repite estas instrucciones ocho veces más, de manera que los participantes se trasladen en total a diez sitios diferentes. En cada ocasión pide que avancen de una forma diferente: caminando hacia atrás, como si fueran

<sup>5</sup> Tomada del Diplomado de Educación y Creatividad de la UAM.

nadando, como si fueran enanos (es decir, chiquitos), caminando muy lentamente, preguntándole cosas al viento, con el cuerpo muy abierto (es decir, grandes), cantando, y al final como ellos elijan.

#### **SEGUNDO TIEMPO**

- ▶ Al terminar la primera parte, entrega una madeja de estambre a cada participante sin que ellos se muevan del último lugar al que llegaron.
- ▶ Diles que, en silencio, vuelvan a hacer todo el recorrido de los diez sitios, pero ahora irán extendiendo el estambre y sujetándolo con cinta adhesiva a cada uno de los puntos. Comenta que si necesitan comunicarse no lo hagan por medio de la palabra y que de preferencia cada quien se concentre en su camino.
- ▶ Indica que todos comenzarán a hacer esto al mismo tiempo y que no importa que no terminen igual o si a algunos no les alcanza el estambre.
- ▶ Si lo deseas, pon música suave para que las personas se puedan concentrar.
- ▶ Cuando todos los participantes hayan terminado, quedará entretejida una red.
- ▶ Pide a cada uno que exprese lo que significa para sí ese entrecruzamiento de hilos.
- ▶ Después de ello solicita a cada quien que vuelva a enredar su madeja para luego sentarse en círculo y reflexionar sobre su experiencia.

#### **Puntos para la reflexión**

- ▶ Entre las preguntas que puedes hacer están:
  - *¿Cómo te sentiste haciendo tu camino?*
  - *¿Cómo fue tu camino? (fácil, divertido, cansado, largo, etc.)*
  - *¿Con quién te encontrarte en tu camino?*
  - *¿Te apoyaron, te jalaron el hilo, tú apoyaste a alguien o no?*
  - *¿Te alcanzó tu hilo para terminar tu recorrido?*
  - *¿Tiene esta dinámica alguna relación con tu actitud de vida?*
- ▶ Finalmente, pregunta a los participantes qué es lo que se llevan de esta experiencia.

#### **Sugerencias**

- ▶ Procura realizar la actividad en un espacio amplio para que los participantes se desplacen con libertad.
- ▶ Es importante que ellos no sepan de antemano cuántos puntos van a recorrer.
- ▶ Puedes inventar otras maneras para que las personas se desplacen por el espacio.
- ▶ Recuerda que después de que los participantes lleguen a cada punto debes indicarles que observen a su alrededor.
- ▶ No importa lo que suceda a la hora de tejer la red, todas las situaciones pueden ser comentadas en la reflexión final.

## Mi mayor limitación

### Objetivo

Tomar conciencia de que, de alguna forma, todos tenemos impedimentos.

### Tiempo

1 hora 40 minutos.

### Material

 Barras de plastilina (una por participante).



### Desarrollo

- ▶ Sentados en círculo, pregunta al grupo sobre qué tipo de limitaciones o impedimentos tenemos los seres humanos.
- ▶ Para motivar el diálogo puedes iniciar pidiendo que piensen qué limitaciones hay. Y dar uno o dos ejemplos:
  - *Hay personas que tienen dificultad para leer, otras personas para conseguir un empleo o para adquirir un pedazo de tierra. Así mismo hay personas a las que les falta tiempo para realizar todo lo que quieren.*
- ▶ Conforme los participantes vayan dando sus ejemplos, irás preguntando a qué tipo de limitaciones pertenecerá cada uno de ellos.
- ▶ Si a los participantes no se les ocurren los tipos que existen, tú puedes decir que hay limitaciones físicas, emocionales, sociales, de tiempo, económicas, etc.
- ▶ Una vez que se ha hablado sobre esto y se han dado diversos ejemplos, da las siguientes instrucciones:
  - *Cada uno de ustedes va a sentir cuál es su mayor limitación en este momento presente. Por ahora,*

*vamos a dejar fuera tanto las limitaciones de tiempo como las económicas, así es que no elijan una limitación de ese tipo.*

- *Una vez que hayan escogido su mayor limitación, la van a representar plásticamente con los materiales que tenemos. ¡Sean lo más creativos posible! No se vale decir no puedo, esa limitación aquí no existe.*
- ▶ Da tiempo suficiente para que realicen este trabajo.
- ▶ Cuando todos hayan terminado, solicita a las personas que de nuevo se sienten en círculo para que cada uno muestre y describa su trabajo a los demás.
- ▶ Al finalizar la participación de cada persona, pregunta a todos qué desean hacer frente a su limitación.
- ▶ Si es necesario haz sugerencias como:
  - *La puedes jalar, romper, tirar, cambiar, abrazar, asumir, brincar o cualquier cosa que desees.*
- ▶ Cuando cada persona termine su participación es esencial darle un aplauso de agradecimiento y, en las ocasiones que se requiera, un abrazo de apoyo y reconocimiento.

### **Puntos para la reflexión**

- ▶ El grupo puede reflexionar alrededor de estas ideas:
  - *Si bien una discapacidad no es igual a otras limitaciones, lo importante es tener conciencia de que hay muchos tipos de limitaciones y de que todos vivimos con más de una.*
  - *Es posible tener diversas actitudes frente a nuestras limitaciones. Si nos damos cuenta de esas actitudes podremos decidir si éstas nos ayudan o no a vivir mejor.*

### **Sugerencias**

- ▶ En esta dinámica el material puede ser tan diverso como te lo imagines. Te propongo plastilina, pero puedes también usar barro o el material que los participantes puedan recopilar del entorno en ese momento, por mencionar algunas opciones.
- ▶ El hablar de nuestras limitaciones frente a un grupo requiere de mucha honestidad y valentía. Por eso es importante reconocer la aportación de cada participante.



# ***Dinámicas de cierre***



***21. El maíz***

***22. Una sola palabra***

***23. Narrar nuestra experiencia como un cuento***

***24. La flor***

***25. Los abrazos***

## El maíz

### Objetivo

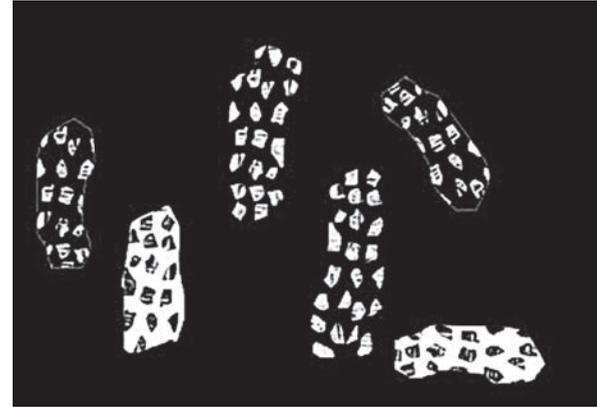
Retomar de manera íntima el proceso personal durante el taller.

### Tiempo

50 minutos.

### Material

- ✎ Una bolsa con suficientes granos de maíz (uno por participante).



### Desarrollo

- ▶ Haz circular entre los participantes la bolsa con los granos de maíz e indica que cada uno tome un grano.
- ▶ Pide a los participantes que busquen dentro del espacio de trabajo un lugar en donde estén cómodos y que ahí cierren los ojos y que no los abran hasta que se los indiques.
- ▶ Con voz suave y lenta, indica lo siguiente:
  - *Primero que nada les pido que se sienten relajados y con su granito de maíz entre las manos. Por unos minutos céntrense sólo en su respiración y en los sonidos que escuchen en este momento presente.*
- ▶ Haz una breve pausa, de 3 o 4 minutos, para que los dejes realmente experimentar lo anterior.
- ▶ Continúa diciendo:
  - *En este momento sientan ese grano de maíz dentro de sus manos. ¿Qué proporción tiene en relación con sus manos? ¿Qué temperatura tiene el granito y qué temperatura tienen sus manos? Aún cuando es pequeño ¿pueden percibir su forma, su textura, su olor?*

- ▶ Vuelve a hacer una breve pausa. Continúa:
  - *Ahora imaginen desde dónde vendrá ese maicito. ¿En donde habrá nacido? ¿Quién lo habrá cultivado? ¿Por cuántas lluvias, por cuántos soles y por cuántas lunas habrá pasado? ¿Quién lo habrá recolectado? ¿Quién lo habrá transportado, quizás a un mercado o a una tienda de abarrotes? ¿Cómo habrá llegado hasta acá? ¿Y por qué eligieron ése, precisamente ése y no otro, para que estuviera entre sus manos?*
- ▶ Haz de nuevo una breve pausa para que piensen y sientan lo que les preguntas. Continúa:
  - *Por último, imaginen que pueden conversar con ese grano de maíz. Seguramente puede ser una conversación muy entrañable. Sientan e imaginen qué le dirían a su maicito, y lo que él les diría a ustedes. Dense un momento para tener esa conversación.*
- ▶ Después de una breve pausa, finaliza diciendo:
  - *Cuando hayan terminado de hablar con su maíz pónganse las manos en los ojos para abrirlos muy lentamente y regresar al aquí y ahora con todo el grupo.*
- ▶ Espera a que todos hayan abierto los ojos y pregunta si alguien le desea dar su maíz a alguno de sus compañeros. Esto es voluntario. Si no desean hacerlo cada quien se puede quedar con el suyo.

### ***Puntos para la reflexión***

- ▶ Invita a que cada participante diga cómo se sintió en esta aventura y qué se lleva de la experiencia.
- ▶ Puedes plantear comentarios acerca de cómo los objetos y las personas adquieren un mayor valor cuando nos hemos dado la oportunidad de conocerlos.

### ***Sugerencias***

- ▶ Esta dinámica es buena cuando se ha trabajado varios días con un grupo y queremos ir cerrando el taller.

## Una sola palabra



### Objetivo

Expresar de manera breve qué fue lo más importante que experimentamos durante el taller.

### Tiempo

15 minutos.

### Material

Ninguno.

### Desarrollo

- ▶ Sentados en círculo, pide al grupo que de uno en uno digan cómo se sintieron durante la sesión o bien qué aprendieron.
- ▶ Comenta que el juego tiene dos reglas:
  - *La primera es que sólo pueden utilizar una palabra para expresar lo que quieren decir. No se vale usar más de una palabra.*
  - *La segunda es que no se vale repetir palabras. Por ejemplo, si alguien ya dijo “contento”, ya no se vale decir “contento”.*
- ▶ Indica que las personas irán diciendo sus palabras en el orden que lo deseen.

### ***Puntos para la reflexión***

- ▶ En esta dinámica no hay reflexión, sólo agradece a cada uno su participación.

### ***Sugerencias***

- ▶ Esta dinámica te puede ser muy útil incluso para cerrar todos los días tu taller. Con ella los participantes podrán ser conscientes si les fue significativo el trabajo del día y por qué. También podrán decir qué les gusto y qué no les gusto.
- ▶ Por medio de esta dinámica no sólo ellos se darán cuenta de su proceso en el taller, sino que tú tendrás información valiosa también y podrás hacer ajustes al programa del taller en base a estos resultados.
- ▶ En muchas ocasiones se alarga el taller y la gente ya se quiere ir, pero es muy valioso que hagan una pequeña reflexión antes de irse.
- ▶ El hecho de que no se valga repetir palabras es un estímulo para que los participantes se animen a hablar, ya que entre más se tarden en hacerlo más posibilidades tienen de que otros digan primero la palabra que ellos habían pensado.
- ▶ Puedes hacer infinitas variables con esta dinámica. Por ejemplo, si tú lo consideras mejor, puedes decir que digan una sola frase. O también puedes sugerirles que cada quien diga un color o un olor que exprese cómo se sintió en este día.

## *Narrar nuestra experiencia como un cuento*

### **Objetivo**

Que el grupo se vuelva consciente de su propio proceso en el taller y de sus aprendizajes significativos.

### **Tiempo**

Una hora.

### **Material**

Ninguno.



### **Desarrollo**

- ▶ Comenta con el grupo que es momento de recordar lo que hicieron en ese día y que lo harán entre todos de la siguiente manera:
  - *Cada quien dirá un detalle de lo que hizo todo el grupo hoy, pero lo que vayamos diciendo tiene que tener un orden, como en un cuento. Por ejemplo, el primer compañero que hable tiene que decir una frase sobre cómo llegó el grupo el día de hoy, el siguiente sobre algo que pasó después, y así se irá construyendo detalle por detalle nuestro cuento.*
- ▶ El orden de participación puede ser voluntario o siguiendo turnos según la manera en que estén sentados. El grupo elige.
- ▶ No se vale corregir lo que expresen sus compañeros.
- ▶ Si ya pasaron todos los compañeros y el cuento no se ha terminado, se hace otra ronda.
- ▶ Si se acaba el cuento y no han pasado todos los compañeros el cuento se volverá a contar. No importa comenzar de nuevo porque ¡siempre se contará de forma diferente!

### ***Puntos para la reflexión***

- ▶ Al terminar la narración, puedes hacer varias preguntas:
  - *¿Qué descubrieron al narrar el cuento de hoy?*
  - *¿Qué tan similares o diferentes fueron las percepciones de sus compañeros con las tuyas propias?*
  - *¿Para ustedes cuáles fueron los momentos más significativos que se narraron?*
- ▶ Es importante respetar y valorar todas las percepciones que tuvieron de los mismos hechos, pues todas son verdaderas.

### ***Sugerencias***

- ▶ Te conviene hacer esta dinámica cuando haya suficiente tiempo.
- ▶ También te recomiendo que antes de hacerla el grupo haya descansado de la dinámica anterior para que puedan participar con la mente fresca y despejada.

## La flor

### Objetivo

Reflexionar sobre las metas y los compromisos que a través del taller se hayan generado, tanto individualmente como de manera grupal.

### Tiempo

1 hora.

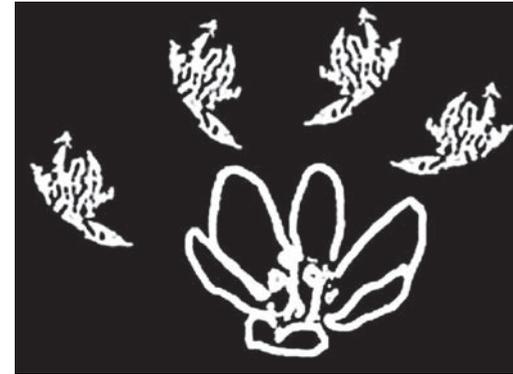
### Material

El ejercicio puede hacerse con dos tipos de material.

- ✎ Papel de diversos colores muy vivos (tres por persona).
- ✎ Pegamento blanco o engrudo (de medio a un litro dependiendo del número de participantes).
- ✎ Papel de estraza (1 metro por participante aproximadamente, pero sin cortar porque se utilizarán juntos, a manera de un mural).

O bien:

- ✎ Materiales que los participantes traigan, como cartones, envases, empaques, papeles, pedazos de tela, estambres, hilos, etc. También pueden llevar materiales de la naturaleza.



### Desarrollo

- ▶ Coloca el papel estraza sobre el piso e indica lo siguiente a los participantes:
  - *Ahora entre todos harán una gran flor, que será muy significativa porque nacerá y se cultivará en equipo.*
  - *Cada parte de esta flor significa algo:*
  - *En el **centro de la flor** pondrán sus metas comunes. Este será un trabajo que harán en equipo.*
  - ***Los pétalos** representan lo que cada uno de ustedes está dispuesto a dar para construir su flor. Este será un trabajo individual. Tienen que pensarlo bien y ser muy sinceros. Aquí cada uno puede poner cuantos pétalos quiera, del tamaño y de los colores que elijan. Pero recuerden que esto representa su compromiso. La flor puede tener los pétalos más diversos, acuérdense que la diversidad enriquece.*
  - ***El tallo y las hojas** representan otros factores, personas o circunstancias que influyan, colaboren y también estén nutriendo a nuestra flor.*
- ▶ Indica que irán cortando y pegando papeles de colores para elaborar cada parte de la flor.
- ▶ Deja que el grupo trabaje a sus anchas, dales tiempo y espacio para ello.

- ▶ A medida que trabajan, recuérdales lo que significa cada parte y cuáles harán en conjunto y cuáles de manera individual.
- ▶ Una vez que hayan terminado la flor, indica lo siguiente:
  - *Ahora los invito a que entre todos traigan tierra, tierra verdadera de nuestro entorno, para que le den sustento a nuestra flor, desde su raíz.*
- ▶ Los participantes irán colocando la tierra en donde quieran.
- ▶ Ya que haya suficiente tierra, pide a las personas que se descalcen y que con los pies o las manos presionen la tierra, como símbolo de un buen abono para su flor.
- ▶ Si lo prefieres, puedes dividir al grupo en equipos para que cada uno realice una flor.
- ▶ Si por diversas razones no consigues el papel de estraza, indica a los participantes que para hacer su flor coloquen los papeles de colores en el piso, sin pegarlos.
- ▶ Así mismo, si no cuentas con ningún material, puedes realizar el ejercicio de manera verbal. Le pedirás a cada participante que primero reflexione individualmente cómo serían todas las partes de la flor, con las características que indiqué anteriormente. Lo pueden escribir o simplemente pensarlo. Para que esto sea más simple te sugiero que primero todos hablen del centro de la flor, luego de los pétalos, y así sucesivamente.

### ***Puntos para la reflexión***

- ▶ Cuando sea el tiempo de compartir esta experiencia es muy importante centrar a los participantes en dos aspectos fundamentales, pidiéndoles que cada uno exprese su opinión sobre lo siguiente:
  - *Para ti, ¿cuál es el centro de la flor? Esto es, ¿cuál sería tu objetivo central?*
  - *Háblanos de tus pétalos. ¿Cuántos, qué forma y qué tamaño tienen? ¿Cuál es tu compromiso con la flor en este momento?*
  - *¿Nos quieres compartir algo más de cómo te sentiste en esta dinámica?*

### ***Sugerencias***

- ▶ Esta dinámica te puede funcionar muy bien para un cierre de taller, ya que en ella se establecen compromisos personales.

## Los abrazos

### Objetivo

Expresar los sentimientos hacia los demás usando maneras creativas.

### Tiempo

Una hora.

### Material

 Un paliacate.



### Desarrollo

- ▶ Pide a los participantes que se sienten en círculo y da las siguientes instrucciones:
  - *Uno por uno, a cada uno de ustedes le tocará sentarse en el centro del círculo, en silencio y con los ojos vendados.*
  - *Los demás irán pasando por turnos a expresar sus sentimientos hacia él. Por ejemplo le pueden dar un abrazo, un beso o lo que quieran, pero traten de ser imaginativos y creativos.*
  - *El orden para estar en el centro con los ojos vendados es voluntario.*
- ▶ Pregunta quién quisiera pasar primero. Una vez que esté sentado en el centro y con los ojos vendados, anima a los demás para que se acerquen por turnos y le expresen sus sentimientos de formas imaginativas.
- ▶ Cuando todos hayan pasado a compartir sus sentimientos con quien está en el centro, pide a esta persona que se quite la venda y vuelve a preguntar a quién le gustaría ser el centro ahora.
- ▶ Así, irán pasando todos los participantes.

- ▶ Para finalizar puedes pedirles que se den un gran abrazo entre todos.

### ***Puntos para la reflexión***

- ▶ Como esta dinámica se hace casi para cerrar el taller, sencillamente pregunta si alguien tiene algún comentario o si quiere expresar cómo se sintió.

### ***Sugerencias***

- ▶ Esta dinámica te servirá sobre todo cuando el grupo lleve un proceso largo de trabajo y exista mucha unión entre los participantes, ya que será una emotiva despedida para ellos.
- ▶ En el mejor de los casos, los turnos para pasar al centro son voluntarios, pero si ves que los participantes están un poco dudosos, sugiere que el grupo decida en qué orden pasarán.
- ▶ Si te gusta esta dinámica pero no tienes suficiente tiempo, puedes hacer una variante y pedirles que simultáneamente todos con todos se expresen algo que quieran a cada compañero. Esto lo harán corporalmente y en silencio.
- ▶ Recuerda que es muy importante motivarlos para que busquen formas nuevas y creativas para expresar su afecto o sentimientos a sus compañeros.



***Anexos***

## Anexo 1. Formato para elaborar un programa

Este es otro formato para elaborar el programa de tus talleres y lo podrás utilizar una vez que te familiarices con la tabla que te propuse en la sección del Resumen de la Metodología.

La ventaja de este formato es que puedes visualizar fácilmente todos los elementos del programa, de manera que cuentes con un guión general de lo que tienes planeado hacer en cada sesión.

Incluyo un ejemplo para que comprendas qué tipo de información debes incluir en cada cuadro.

### Primer día (4 horas)

<b>Tiempo / horario</b>	<b>Actividad</b>	<b>Breve descripción</b>	<b>Material</b>
<p>Opción 1: 15 min</p> <p>Opción 2: 9:00 – 9:15 am</p> <p>(puedes usar cualquiera de las dos opciones)</p>	<p>Bienvenida y presentación</p>	<p>Opción 1:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Doy la bienvenida</li> <li>▶ Me presento</li> <li>▶ Agradezco la presencia del grupo</li> <li>▶ Doy la información básica sobre el taller</li> </ul> <p>Opción 2:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ La facilitadora da la bienvenida al grupo, se presenta, agradece la presencia de los participantes y da información básica sobre el taller.</li> </ul> <p>(puedes usar cualquiera de las dos opciones)</p>	<p>Ninguno</p>
<p>1 hora 9:15 – 10:15 am</p>	<p>Un paseo por ahí</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Cada participante guía a otro que tiene los ojos vendados. Después de un tiempo se cambian los roles.</li> <li>▶ Reflexionamos acerca de cómo se sintieron al guiar y al ser guiados.</li> </ul>	<p>1 paliacate por pareja</p>

## ***Anexo 2. Fuentes de consulta de información complementaria***

- ▶ Patricia Brogna (comp.) *Visiones y revisiones de la discapacidad*, Fondo de Cultura Económica, México, 2009.
- ▶ David Werner, *El niño campesino deshabilitado*, en [www.healthwrights.org/spanish/Libros/disabled/htm](http://www.healthwrights.org/spanish/Libros/disabled/htm)
- ▶ David Werner, *Nada sobre nosotros sin nosotros*, en [www.healthwrights.org/spanish/Libros/nothing/htm](http://www.healthwrights.org/spanish/Libros/nothing/htm)
- ▶ *Revista Ararú*, en <http://www.fondomemorialeduardovargas.org>
- ▶ Molina, Alicia y Uslar, Erika de, serie de folletos dirigidos a padres de familia producidos por el equipo de Alternativas de Comunicación para Necesidades Especiales A.C.:
  - *Mi hijo tiene Síndrome de Down*  
en [http://www.discapacinet.gob.mx/wb2/eMex/eMex\\_Mi\\_hijo\\_tiene\\_Sindrome\\_de\\_Down](http://www.discapacinet.gob.mx/wb2/eMex/eMex_Mi_hijo_tiene_Sindrome_de_Down)
  - *Mi hijo tiene discapacidad intelectual*  
en [http://www.ecomunidades.gob.mx/wb2/eMex/eMex\\_Mi\\_hijo\\_tiene\\_Discapacidad\\_Intelectual?page=1](http://www.ecomunidades.gob.mx/wb2/eMex/eMex_Mi_hijo_tiene_Discapacidad_Intelectual?page=1)
  - *Mi hijo tiene autismo*  
en <http://www.e-mexico.gob.mx/work/resources/LocalContent/8893/3/Autismo.pdf>
  - *Mi hijo tiene ceguera*  
en <http://emexico.gob.mx/work/resources/LocalContent/8894/3/Ceguera.pdf>
  - *Mi hijo tiene discapacidad auditiva*  
en [http://www.educarecuador.ec/\\_upload/Mihijotieneperdidaauditiva.pdf](http://www.educarecuador.ec/_upload/Mihijotieneperdidaauditiva.pdf)
  - *Mi hijo tiene parálisis cerebral*  
en [http://www.e-mexico.gob.mx/wb2/eMex/eMex\\_Mi\\_hijo\\_tiene\\_Paralisis\\_Cerebral?page=1](http://www.e-mexico.gob.mx/wb2/eMex/eMex_Mi_hijo_tiene_Paralisis_Cerebral?page=1)

## Anexo 3.

# Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad

### Preámbulo

Los Estados Partes en la presente Convención,

- a. *Recordando* que los principios de la Carta de las Naciones Unidas que proclaman que la libertad, la justicia y la paz en el mundo tienen por base el reconocimiento de la dignidad y el valor inherentes y de los derechos iguales e inalienables de todos los miembros de la familia humana,
- b. *Reconociendo* que las Naciones Unidas, en la Declaración Universal de Derechos Humanos y en los Pactos Internacionales de Derechos Humanos, han reconocido y proclamado que toda persona tiene los derechos y libertades enunciados en esos instrumentos, sin distinción de ninguna índole,
- c. *Reafirmando* la universalidad, indivisibilidad, interdependencia e interrelación de todos los derechos humanos y libertades fundamentales, así como la necesidad de garantizar que las personas con discapacidad los ejerzan plenamente y sin discriminación,
- d. *Recordando* el Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales, el Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos, la Convención Internacional sobre la Eliminación de todas las Formas de Discriminación Racial, la Convención sobre la eliminación de todas las Formas de Discriminación contra la Mujer, la Convención contra la Tortura y Otros Tratos o Penas Crueles, Inhumanos o Degradantes, la Convención sobre

los Derechos del Niño y la Convención Internacional sobre la Protección de los Derechos de todos los Trabajadores Migratorios y de sus Familiares,

- e. *Reconociendo* que la discapacidad es un concepto que evoluciona y que resulta de la interacción entre las personas con deficiencias y las barreras debidas a la actitud y al entorno que evitan su participación plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones con las demás,
- f. *Reconociendo* la importancia que revisten los principios y las directrices de política que figuran en el Programa de Acción Mundial para los Impedidos y en las Normas Uniformes sobre la Igualdad de Oportunidades para las Personas con Discapacidad como factor en la promoción, la formulación y la evaluación de normas, planes, programas y medidas a nivel nacional, regional e internacional destinados a dar una mayor igualdad de oportunidades a las personas con discapacidad,
- g. *Destacando* la importancia de incorporar las cuestiones relativas a la discapacidad como parte integrante de las estrategias pertinentes de desarrollo sostenible,
- h. *Reconociendo también* que la discriminación contra cualquier persona por razón de su discapacidad constituye una vulneración de la dignidad y el valor inherentes del ser humano,

- i. *Reconociendo además* la diversidad de las personas con discapacidad,
- j. *Reconociendo* la necesidad de promover y proteger los derechos humanos de todas las personas con discapacidad, incluidas aquellas que necesitan un apoyo más intenso,
- k. *Observando con preocupación* que, pese a estos diversos instrumentos y actividades, las personas con discapacidad siguen encontrando barreras para participar en igualdad de condiciones con las demás en la vida social y que se siguen vulnerando sus derechos humanos en todas las partes del mundo,
- l. *Reconociendo* la importancia de la cooperación internacional para mejorar las condiciones de vida de las personas con discapacidad en todos los países, en particular en los países en desarrollo,
- m. *Reconociendo* el valor de las contribuciones que realizan y pueden realizar las personas con discapacidad al bienestar general y a la diversidad de sus comunidades, y que la promoción del pleno goce de los derechos humanos y las libertades fundamentales por las personas con discapacidad y de su plena participación tendrán como resultado un mayor sentido de pertenencia de estas personas y avances significativos en el desarrollo económico, social y humano de la sociedad y en la erradicación de la pobreza,
- n. *Reconociendo* la importancia que para las personas con discapacidad reviste su autonomía e independencia individual, incluida la libertad de tomar sus propias decisiones,
- o. *Considerando* que las personas con discapacidad deben tener la oportunidad de participar activamente en los procesos de adopción de decisiones sobre políticas y programas, incluidos los que les afectan directamente,
- p. *Preocupados* por la difícil situación en que se encuentran las personas con discapacidad que son víctimas de múltiples o agravadas formas de discriminación por motivos de raza, color, sexo, idioma, religión, opinión política o de cualquier otra índole, origen nacional, étnico, indígena o social, patrimonio, nacimiento, edad o cualquier otra condición,
- q. *Reconociendo* que las mujeres y las niñas con discapacidad suelen estar expuestas a un riesgo mayor, dentro y fuera del hogar, de violencia, lesiones o abuso, abandono o trato negligente, malos tratos o explotación,
- r. *Reconociendo también* que los niños y las niñas con discapacidad deben gozar plenamente de todos los derechos humanos y las libertades fundamentales en igualdad de condiciones con los demás niños y niñas, y recordando las obligaciones que a este respecto asumieron los Estados Partes en la Convención sobre los Derechos del Niño,
- s. *Subrayando* la necesidad de incorporar una perspectiva de género en todas las actividades destinadas a promover el pleno goce de los derechos humanos y las libertades fundamentales por las personas con discapacidad,
- t. *Destacando* el hecho de que la mayoría de las personas con discapacidad viven en condiciones de pobreza y reconociendo, a este respecto, la necesidad fundamental de mitigar los efectos negativos de la pobreza en las personas con discapacidad,
- u. *Teniendo presente* que, para lograr la plena protección de las personas con discapacidad, en particular durante los conflictos armados y la ocupación extranjera, es

indispensable que se den condiciones de paz y seguridad basadas en el pleno respeto de los propósitos y principios de la Carta de las Naciones Unidas y se respeten los instrumentos vigentes en materia de derechos humanos,

- v. *Reconociendo* la importancia de la accesibilidad al entorno físico, social, económico y cultural, a la salud y la educación y a la información y las comunicaciones, para que las personas con discapacidad puedan gozar plenamente de todos los derechos humanos y las libertades fundamentales,
- w. *Conscientes* de que las personas, que tienen obligaciones respecto a otras personas y a la comunidad a la que pertenecen, tienen la responsabilidad de procurar, por todos los medios, que se promuevan y respeten los derechos reconocidos en la Carta Internacional de Derechos Humanos,
- x. *Convencidos* de que la familia es la unidad colectiva natural y fundamental de la sociedad y tiene derecho a recibir protección de ésta y del Estado, y de que las personas con discapacidad y sus familiares deben recibir la protección y la asistencia necesarias para que las familias puedan contribuir a que las personas con discapacidad gocen de sus derechos plenamente y en igualdad de condiciones,
- y. *Convencidos* de que una convención internacional amplia e integral para promover y proteger los derechos y la dignidad de las personas con discapacidad contribuirá significativamente a paliar la profunda desventaja social de las personas con discapacidad y promoverá su participación, con igualdad de oportunidades, en los ámbitos civil, político, económico, social y cultural, tanto en los países en desarrollo como en los desarrollados,

Conviene en lo siguiente:

### **Artículo 1. Propósito**

El propósito de la presente Convención es promover, proteger y asegurar el goce pleno y en condiciones de igualdad de todos los derechos humanos y libertades fundamentales para todas las personas con discapacidad, y promover el respeto de su dignidad inherente.

Las personas con discapacidad incluyen a aquellas que tengan deficiencias físicas, mentales, intelectuales o sensoriales a largo plazo que, al interactuar con diversas barreras, puedan impedir su participación plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones con las demás.

### **Artículo 2. Definiciones**

A los fines de la presente Convención:

La «*comunicación*» incluirá los lenguajes, la visualización de textos, el Braille, la comunicación táctil, los macrotipos, los dispositivos multimedia de fácil acceso, así como el lenguaje escrito, los sistemas auditivos, el lenguaje sencillo, los medios de voz digitalizada y otros modos, medios y formatos aumentativos o alternativos de comunicación, incluida la tecnología de la información y las comunicaciones de fácil acceso;

Por «*lenguaje*» se entenderá tanto el lenguaje oral como la lengua de señas y otras formas de comunicación no verbal;

Por «*discriminación por motivos de discapacidad*» se entenderá cualquier distinción, exclusión o restricción por motivos de discapacidad que tenga el propósito o el efecto de obstaculizar o dejar sin efecto el reconocimiento, goce o ejercicio, en igualdad de condiciones, de todos los derechos humanos y libertades fundamentales en los ámbitos político,

económico, social, cultural, civil o de otro tipo. Incluye todas las formas de discriminación, entre ellas, la denegación de ajustes razonables;

Por «*ajustes razonables*» se entenderán las modificaciones y adaptaciones necesarias y adecuadas que no impongan una carga desproporcionada o indebida, cuando se requieran en un caso particular, para garantizar a las personas con discapacidad el goce o ejercicio, en igualdad de condiciones con las demás, de todos los derechos humanos y libertades fundamentales;

Por «*diseño universal*» se entenderá el diseño de productos, entornos, programas y servicios que puedan utilizar todas las personas, en la mayor medida posible, sin necesidad de adaptación ni diseño especializado. El «diseño universal» no excluirá las ayudas técnicas para grupos particulares de personas con discapacidad, cuando se necesiten.

### **Artículo 3. Principios generales**

Los principios de la presente Convención serán:

- a. El respeto de la dignidad inherente, la autonomía individual, incluida la libertad de tomar las propias decisiones, y la independencia de las personas;
- b. La no discriminación;
- c. La participación e inclusión plenas y efectivas en la sociedad;
- d. El respeto por la diferencia y la aceptación de las personas con discapacidad como parte de la diversidad y la condición humanas;
- e. La igualdad de oportunidades;
- f. La accesibilidad;
- g. La igualdad entre el hombre y la mujer;

- h. El respeto a la evolución de las facultades de los niños y las niñas con discapacidad y de su derecho a preservar su identidad.

### **Artículo 4. Obligaciones generales**

1. Los Estados Partes se comprometen a asegurar y promover el pleno ejercicio de todos los derechos humanos y las libertades fundamentales de las personas con discapacidad sin discriminación alguna por motivos de discapacidad. A tal fin, los Estados Partes se comprometen a:
  - a. Adoptar todas las medidas legislativas, administrativas y de otra índole que sean pertinentes para hacer efectivos los derechos reconocidos en la presente Convención;
  - b. Tomar todas las medidas pertinentes, incluidas medidas legislativas, para modificar o derogar leyes, reglamentos, costumbres y prácticas existentes que constituyan discriminación contra las personas con discapacidad;
  - c. Tener en cuenta, en todas las políticas y todos los programas, la protección y promoción de los derechos humanos de las personas con discapacidad;
  - d. Abstenerse de actos o prácticas que sean incompatibles con la presente Convención y velar por que las autoridades e instituciones públicas actúen conforme a lo dispuesto en ella;
  - e. Tomar todas las medidas pertinentes para que ninguna persona, organización o empresa privada discriminen por motivos de discapacidad;
  - f. Empezar o promover la investigación y el desarrollo de bienes, servicios, equipo e instalaciones de diseño

universal, con arreglo a la definición del artículo 2 de la presente Convención, que requieran la menor adaptación posible y el menor costo para satisfacer las necesidades específicas de las personas con discapacidad, promover su disponibilidad y uso, y promover el diseño universal en la elaboración de normas y directrices;

- g. Empezar o promover la investigación y el desarrollo, y promover la disponibilidad y el uso de nuevas tecnologías, incluidas las tecnologías de la información y las comunicaciones, ayudas para la movilidad, dispositivos técnicos y tecnologías de apoyo adecuadas para las personas con discapacidad, dando prioridad a las de precio asequible;
  - h. Proporcionar información que sea accesible para las personas con discapacidad sobre ayudas a la movilidad, dispositivos técnicos y tecnologías de apoyo, incluidas nuevas tecnologías, así como otras formas de asistencia y servicios e instalaciones de apoyo;
  - i. Promover la formación de los profesionales y el personal que trabajan con personas con discapacidad respecto de los derechos reconocidos en la presente Convención, a fin de prestar mejor la asistencia y los servicios garantizados por esos derechos.
2. Con respecto a los derechos económicos, sociales y culturales, los Estados Partes se comprometen a adoptar medidas hasta el máximo de sus recursos disponibles y, cuando sea necesario, en el marco de la cooperación internacional, para lograr, de manera progresiva, el pleno ejercicio de estos derechos, sin perjuicio de las obligaciones previstas en la presente Convención que

sean aplicables de inmediato en virtud del derecho internacional.

- 3. En la elaboración y aplicación de legislación y políticas para hacer efectiva la presente Convención, y en otros procesos de adopción de decisiones sobre cuestiones relacionadas con las personas con discapacidad, los Estados Partes celebrarán consultas estrechas y colaborarán activamente con las personas con discapacidad, incluidos los niños y las niñas con discapacidad, a través de las organizaciones que las representan.
- 4. Nada de lo dispuesto en la presente Convención afectará a las disposiciones que puedan facilitar, en mayor medida, el ejercicio de los derechos de las personas con discapacidad y que puedan figurar en la legislación de un Estado Parte o en el derecho internacional en vigor en dicho Estado. No se restringirán ni derogarán ninguno de los derechos humanos y las libertades fundamentales reconocidos o existentes en los Estados Partes en la presente Convención de conformidad con la ley, las convenciones y los convenios, los reglamentos o la costumbre con el pretexto de que en la presente Convención no se reconocen esos derechos o libertades o se reconocen en menor medida.
- 5. Las disposiciones de la presente Convención se aplicarán a todas las partes de los Estados federales sin limitaciones ni excepciones.

### ***Artículo 5. Igualdad y no discriminación***

- 1. Los Estados Partes reconocen que todas las personas son iguales ante la ley y en virtud de ella, y que tienen derecho a igual protección legal y a beneficiarse de la ley en igual medida sin discriminación alguna.

2. Los Estados Partes prohibirán toda discriminación por motivos de discapacidad y garantizarán a todas las personas con discapacidad protección legal igual y efectiva contra la discriminación por cualquier motivo.
3. A fin de promover la igualdad y eliminar la discriminación, los Estados Partes adoptarán todas las medidas pertinentes para asegurar la realización de ajustes razonables.
4. No se considerarán discriminatorias, en virtud de la presente Convención, las medidas específicas que sean necesarias para acelerar o lograr la igualdad de hecho de las personas con discapacidad.

#### ***Artículo 6. Mujeres con discapacidad***

1. Los Estados Partes reconocen que las mujeres y niñas con discapacidad están sujetas a múltiples formas de discriminación y, a ese respecto, adoptarán medidas para asegurar que puedan disfrutar plenamente y en igualdad de condiciones de todos los derechos humanos y libertades fundamentales.
2. Los Estados Partes tomarán todas las medidas pertinentes para asegurar el pleno desarrollo, adelanto y potenciación de la mujer, con el propósito de garantizarle el ejercicio y goce de los derechos humanos y las libertades fundamentales establecidos en la presente Convención.

#### ***Artículo 7. Niños y niñas con discapacidad***

1. Los Estados Partes tomarán todas las medidas necesarias para asegurar que todos los niños y las niñas con discapacidad gocen plenamente de todos los derechos humanos y libertades fundamentales en igualdad de condiciones con los demás niños y niñas.

2. En todas las actividades relacionadas con los niños y las niñas con discapacidad, una consideración primordial será la protección del interés superior del niño.
3. Los Estados Partes garantizarán que los niños y las niñas con discapacidad tengan derecho a expresar su opinión libremente sobre todas las cuestiones que les afecten, opinión que recibirá la debida consideración teniendo en cuenta su edad y madurez, en igualdad de condiciones con los demás niños y niñas, y a recibir asistencia apropiada con arreglo a su discapacidad y edad para poder ejercer ese derecho.

#### ***Artículo 8. Toma de conciencia***

1. Los Estados Partes se comprometen a adoptar medidas inmediatas, efectivas y pertinentes para:
  - a. Sensibilizar a la sociedad, incluso a nivel familiar, para que tome mayor conciencia respecto de las personas con discapacidad y fomentar el respeto de los derechos y la dignidad de estas personas;
  - b. Luchar contra los estereotipos, los prejuicios y las prácticas nocivas respecto de las personas con discapacidad, incluidos los que se basan en el género o la edad, en todos los ámbitos de la vida;
  - c. Promover la toma de conciencia respecto de las capacidades y aportaciones de las personas con discapacidad.
2. Las medidas a este fin incluyen:
  - a. Poner en marcha y mantener campañas efectivas de sensibilización pública destinadas a:
    - i. Fomentar actitudes receptivas respecto de los derechos de las personas con discapacidad;

- ii. Promover percepciones positivas y una mayor conciencia social respecto de las personas con discapacidad;
- iii. Promover el reconocimiento de las capacidades, los méritos y las habilidades de las personas con discapacidad y de sus aportaciones en relación con el lugar de trabajo y el mercado laboral;
- b. Fomentar en todos los niveles del sistema educativo, incluso entre todos los niños y las niñas desde una edad temprana, una actitud de respeto de los derechos de las personas con discapacidad;
- c. Alentar a todos los órganos de los medios de comunicación a que difundan una imagen de las personas con discapacidad que sea compatible con el propósito de la presente Convención;
- d. Promover programas de formación sobre sensibilización que tengan en cuenta a las personas con discapacidad y los derechos de estas personas.

### ***Artículo 9. Accesibilidad***

1. A fin de que las personas con discapacidad puedan vivir en forma independiente y participar plenamente en todos los aspectos de la vida, los Estados Partes adoptarán medidas pertinentes para asegurar el acceso de las personas con discapacidad, en igualdad de condiciones con las demás, al entorno físico, el transporte, la información y las comunicaciones, incluidos los sistemas y las tecnologías de la información y las comunicaciones, y a otros servicios e instalaciones abiertos al público o de uso público, tanto en zonas urbanas como rurales. Estas medidas, que incluirán la

identificación y eliminación de obstáculos y barreras de acceso, se aplicarán, entre otras cosas, a:

- a. Los edificios, las vías públicas, el transporte y otras instalaciones exteriores e interiores como escuelas, viviendas, instalaciones médicas y lugares de trabajo;
  - b. Los servicios de información, comunicaciones y de otro tipo, incluidos los servicios electrónicos y de emergencia.
2. Los Estados Partes también adoptarán las medidas pertinentes para:
    - a. Desarrollar, promulgar y supervisar la aplicación de normas mínimas y directrices sobre la accesibilidad de las instalaciones y los servicios abiertos al público o de uso público;
    - b. Asegurar que las entidades privadas que proporcionan instalaciones y servicios abiertos al público o de uso público tengan en cuenta todos los aspectos de su accesibilidad para las personas con discapacidad;
    - c. Ofrecer formación a todas las personas involucradas en los problemas de accesibilidad a que se enfrentan las personas con discapacidad;
    - d. Dotar a los edificios y otras instalaciones abiertas al público de señalización en Braille y en formatos de fácil lectura y comprensión;
    - e. Ofrecer formas de asistencia humana o animal e intermediarios, incluidos guías, lectores e intérpretes profesionales de la lengua de señas, para facilitar el acceso a edificios y otras instalaciones abiertas al público;

- f. Promover otras formas adecuadas de asistencia y apoyo a las personas con discapacidad para asegurar su acceso a la información;
- g. Promover el acceso de las personas con discapacidad a los nuevos sistemas y tecnologías de la información y las comunicaciones, incluida Internet;
- h. Promover el diseño, el desarrollo, la producción y la distribución de sistemas y tecnologías de la información y las comunicaciones accesibles en una etapa temprana, a fin de que estos sistemas y tecnologías sean accesibles al menor costo.

### ***Artículo 10. Derecho a la vida***

Los Estados Partes reafirman el derecho inherente a la vida de todos los seres humanos y adoptarán todas las medidas necesarias para garantizar el goce efectivo de ese derecho por las personas con discapacidad en igualdad de condiciones con las demás.

### ***Artículo 11. Situaciones de riesgo y emergencias humanitarias***

Los Estados Partes adoptarán, en virtud de las responsabilidades que les corresponden con arreglo al derecho internacional, y en concreto el derecho internacional humanitario y el derecho internacional de los derechos humanos, todas las medidas posibles para garantizar la seguridad y la protección de las personas con discapacidad en situaciones de riesgo, incluidas situaciones de conflicto armado, emergencias humanitarias y desastres naturales.

### ***Artículo 12. Igual reconocimiento como persona ante la ley***

1. Los Estados Partes reafirman que las personas con discapacidad tienen derecho en todas partes al reconocimiento de su personalidad jurídica.
2. Los Estados Partes reconocerán que las personas con discapacidad tienen capacidad jurídica en igualdad de condiciones con las demás en todos los aspectos de la vida.
3. Los Estados Partes adoptarán las medidas pertinentes para proporcionar acceso a las personas con discapacidad al apoyo que puedan necesitar en el ejercicio de su capacidad jurídica.
4. Los Estados Partes asegurarán que en todas las medidas relativas al ejercicio de la capacidad jurídica se proporcionen salvaguardias adecuadas y efectivas para impedir los abusos de conformidad con el derecho internacional en materia de derechos humanos. Esas salvaguardias asegurarán que las medidas relativas al ejercicio de la capacidad jurídica respeten los derechos, la voluntad y las preferencias de la persona, que no haya conflicto de intereses ni influencia indebida, que sean proporcionales y adaptadas a las circunstancias de la persona, que se apliquen en el plazo más corto posible y que estén sujetas a exámenes periódicos, por parte de una autoridad o un órgano judicial competente, independiente e imparcial. Las salvaguardias serán proporcionales al grado en que dichas medidas afecten a los derechos e intereses de las personas.
5. Sin perjuicio de lo dispuesto en el presente artículo, los Estados Partes tomarán todas las medidas que sean pertinentes y efectivas para garantizar el derecho de las personas con discapacidad, en igualdad de condiciones

con las demás, a ser propietarias y heredar bienes, controlar sus propios asuntos económicos y tener acceso en igualdad de condiciones a préstamos bancarios, hipotecas y otras modalidades de crédito financiero, y velarán por que las personas con discapacidad no sean privadas de sus bienes de manera arbitraria.

### ***Artículo 13. Acceso a la justicia***

1. Los Estados Partes asegurarán que las personas con discapacidad tengan acceso a la justicia en igualdad de condiciones con las demás, incluso mediante ajustes de procedimiento y adecuados a la edad, para facilitar el desempeño de las funciones efectivas de esas personas como participantes directos e indirectos, incluida la declaración como testigos, en todos los procedimientos judiciales, con inclusión de la etapa de investigación y otras etapas preliminares.
2. A fin de asegurar que las personas con discapacidad tengan acceso efectivo a la justicia, los Estados Partes promoverán la capacitación adecuada de los que trabajan en la administración de justicia, incluido el personal policial y penitenciario.

### ***Artículo 14. Libertad y seguridad de la persona***

1. Los Estados Partes asegurarán que las personas con discapacidad, en igualdad de condiciones con las demás:
  - a. Disfruten del derecho a la libertad y seguridad de la persona;
  - b. No se vean privadas de su libertad ilegal o arbitrariamente y que cualquier privación de libertad sea de conformidad con la ley, y que la existencia de una discapacidad no justifique en ningún caso una privación de la libertad.

2. Los Estados Partes asegurarán que las personas con discapacidad que se vean privadas de su libertad en razón de un proceso tengan, en igualdad de condiciones con las demás, derecho a garantías de conformidad con el derecho internacional de los derechos humanos y a ser tratadas de conformidad con los objetivos y principios de la presente Convención, incluida la realización de ajustes razonables.

### ***Artículo 15. Protección contra la tortura y otros tratos o penas crueles, inhumanos o degradantes***

1. Ninguna persona será sometida a tortura u otros tratos o penas crueles, inhumanos o degradantes. En particular, nadie será sometido a experimentos médicos o científicos sin su consentimiento libre e informado.
2. Los Estados Partes tomarán todas las medidas de carácter legislativo, administrativo, judicial o de otra índole que sean efectivas para evitar que las personas con discapacidad, en igualdad de condiciones con las demás, sean sometidas a torturas u otros tratos o penas crueles, inhumanos o degradantes.

### ***Artículo 16. Protección contra la explotación, la violencia y el abuso***

1. Los Estados Partes adoptarán todas las medidas de carácter legislativo, administrativo, social, educativo y de otra índole que sean pertinentes para proteger a las personas con discapacidad, tanto en el seno del hogar como fuera de él, contra todas las formas de explotación, violencia y abuso, incluidos los aspectos relacionados con el género.
2. Los Estados Partes también adoptarán todas las medidas pertinentes para impedir cualquier forma de explotación,

violencia y abuso asegurando, entre otras cosas, que existan formas adecuadas de asistencia y apoyo que tengan en cuenta el género y la edad para las personas con discapacidad y sus familiares y cuidadores, incluso proporcionando información y educación sobre la manera de prevenir, reconocer y denunciar los casos de explotación, violencia y abuso. Los Estados Partes asegurarán que los servicios de protección tengan en cuenta la edad, el género y la discapacidad.

3. A fin de impedir que se produzcan casos de explotación, violencia y abuso, los Estados Partes asegurarán que todos los servicios y programas diseñados para servir a las personas con discapacidad sean supervisados efectivamente por autoridades independientes.
4. Los Estados Partes tomarán todas las medidas pertinentes para promover la recuperación física, cognitiva y psicológica, la rehabilitación y la reintegración social de las personas con discapacidad que sean víctimas de cualquier forma de explotación, violencia o abuso, incluso mediante la prestación de servicios de protección. Dicha recuperación e integración tendrán lugar en un entorno que sea favorable para la salud, el bienestar, la autoestima, la dignidad y la autonomía de la persona y que tenga en cuenta las necesidades específicas del género y la edad.
5. Los Estados Partes adoptarán legislación y políticas efectivas, incluidas legislación y políticas centradas en la mujer y en la infancia, para asegurar que los casos de explotación, violencia y abuso contra personas con discapacidad sean detectados, investigados y, en su caso, juzgados.

### ***Artículo 17. Protección de la integridad personal***

Toda persona con discapacidad tiene derecho a que se respete su integridad física y mental en igualdad de condiciones con las demás.

### ***Artículo 18. Libertad de desplazamiento y nacionalidad***

1. Los Estados Partes reconocerán el derecho de las personas con discapacidad a la libertad de desplazamiento, a la libertad para elegir su residencia y a una nacionalidad, en igualdad de condiciones con las demás, incluso asegurando que las personas con discapacidad:
  - a. Tengan derecho a adquirir y cambiar una nacionalidad y a no ser privadas de la suya de manera arbitraria o por motivos de discapacidad;
  - b. No sean privadas, por motivos de discapacidad, de su capacidad para obtener, poseer y utilizar documentación relativa a su nacionalidad u otra documentación de identificación, o para utilizar procedimientos pertinentes, como el procedimiento de inmigración, que puedan ser necesarios para facilitar el ejercicio del derecho a la libertad de desplazamiento;
  - c. Tengan libertad para salir de cualquier país, incluido el propio;
  - d. No se vean privadas, arbitrariamente o por motivos de discapacidad, del derecho a entrar en su propio país.
2. Los niños y las niñas con discapacidad serán inscritos inmediatamente después de su nacimiento y tendrán desde el nacimiento derecho a un nombre, a adquirir una nacionalidad y, en la medida de lo posible, a conocer a sus padres y ser atendidos por ellos.

### ***Artículo 19. Derecho a vivir de forma independiente y a ser incluido en la comunidad***

Los Estados Partes en la presente Convención reconocen el derecho en igualdad de condiciones de todas las personas con discapacidad a vivir en la comunidad, con opciones iguales a las de las demás, y adoptarán medidas efectivas y pertinentes para facilitar el pleno goce de este derecho por las personas con discapacidad y su plena inclusión y participación en la comunidad, asegurando en especial que:

- a. Las personas con discapacidad tengan la oportunidad de elegir su lugar de residencia y dónde y con quién vivir, en igualdad de condiciones con las demás, y no se vean obligadas a vivir con arreglo a un sistema de vida específico;
- b. Las personas con discapacidad tengan acceso a una variedad de servicios de asistencia domiciliaria, residencial y otros servicios de apoyo de la comunidad, incluida la asistencia personal que sea necesaria para facilitar su existencia y su inclusión en la comunidad y para evitar su aislamiento o separación de ésta;
- c. Las instalaciones y los servicios comunitarios para la población en general estén a disposición, en igualdad de condiciones, de las personas con discapacidad y tengan en cuenta sus necesidades.

### ***Artículo 20. Movilidad personal***

Los Estados Partes adoptarán medidas efectivas para asegurar que las personas con discapacidad gocen de movilidad personal con la mayor independencia posible, entre ellas:

- a. Facilitar la movilidad personal de las personas con discapacidad en la forma y en el momento que deseen a un costo asequible;
- b. Facilitar el acceso de las personas con discapacidad a formas de asistencia humana o animal e intermediarios, tecnologías de apoyo, dispositivos técnicos y ayudas para la movilidad de calidad, incluso poniéndolos a su disposición a un costo asequible;
- c. Ofrecer a las personas con discapacidad y al personal especializado que trabaje con estas personas capacitación en habilidades relacionadas con la movilidad;
- d. Alentar a las entidades que fabrican ayudas para la movilidad, dispositivos y tecnologías de apoyo a que tengan en cuenta todos los aspectos de la movilidad de las personas con discapacidad.

### ***Artículo 21. Libertad de expresión y de opinión y acceso a la información***

Los Estados Partes adoptarán todas las medidas pertinentes para que las personas con discapacidad puedan ejercer el derecho a la libertad de expresión y opinión, incluida la libertad de recabar, recibir y facilitar información e ideas en igualdad de condiciones con las demás y mediante cualquier forma de comunicación que elijan con arreglo a la definición del artículo 2 de la presente Convención, entre ellas:

- a. Facilitar a las personas con discapacidad información dirigida al público en general, de manera oportuna y sin costo adicional, en formato accesible y con las tecnologías adecuadas a los diferentes tipos de discapacidad;

- b. Aceptar y facilitar la utilización de la lengua de señas, el Braille, los modos, medios, y formatos aumentativos y alternativos de comunicación y todos los demás modos, medios y formatos de comunicación accesibles que elijan las personas con discapacidad en sus relaciones oficiales;
- c. Alentar a las entidades privadas que presten servicios al público en general, incluso mediante Internet, a que proporcionen información y servicios en formatos que las personas con discapacidad puedan utilizar y a los que tengan acceso;
- d. Alentar a los medios de comunicación, incluidos los que suministran información a través de Internet, a que hagan que sus servicios sean accesibles para las personas con discapacidad;
- e. Reconocer y promover la utilización de lenguas de señas.

### ***Artículo 22. Respeto de la privacidad***

- 1. Ninguna persona con discapacidad, independientemente de cuál sea su lugar de residencia o su modalidad de convivencia, será objeto de injerencias arbitrarias o ilegales en su vida privada, familia, hogar, correspondencia o cualquier otro tipo de comunicación, o de agresiones ilícitas contra su honor y su reputación. Las personas con discapacidad tendrán derecho a ser protegidas por la ley frente a dichas injerencias o agresiones.
- 2. Los Estados Partes protegerán la privacidad de la información personal y relativa a la salud y a la rehabilitación de las personas con discapacidad en igualdad de condiciones con las demás.

### ***Artículo 23. Respeto del hogar y de la familia***

- 1. Los Estados Partes tomarán medidas efectivas y pertinentes para poner fin a la discriminación contra las personas con discapacidad en todas las cuestiones relacionadas con el matrimonio, la familia, la paternidad y las relaciones personales, y lograr que las personas con discapacidad estén en igualdad de condiciones con las demás, a fin de asegurar que:
  - a. Se reconozca el derecho de todas las personas con discapacidad en edad de contraer matrimonio, a casarse y fundar una familia sobre la base del consentimiento libre y pleno de los futuros cónyuges;
  - b. Se respete el derecho de las personas con discapacidad a decidir libremente y de manera responsable el número de hijos que quieren tener y el tiempo que debe transcurrir entre un nacimiento y otro, y a tener acceso a información, educación sobre reproducción y planificación familiar apropiados para su edad, y se ofrezcan los medios necesarios que les permitan ejercer esos derechos;
  - c. Las personas con discapacidad, incluidos los niños y las niñas, mantengan su fertilidad, en igualdad de condiciones con las demás.
- 2. Los Estados Partes garantizarán los derechos y obligaciones de las personas con discapacidad en lo que respecta a la custodia, la tutela, la guarda, la adopción de niños o instituciones similares, cuando esos conceptos se recojan en la legislación nacional; en todos los casos se velará al máximo por el interés superior del niño. Los Estados Partes prestarán la asistencia apropiada a las personas con discapacidad para el desempeño de sus responsabilidades en la crianza de los hijos.

3. Los Estados Partes asegurarán que los niños y las niñas con discapacidad tengan los mismos derechos con respecto a la vida en familia. Para hacer efectivos estos derechos, y a fin de prevenir la ocultación, el abandono, la negligencia y la segregación de los niños y las niñas con discapacidad, los Estados Partes velarán por que se proporcione con anticipación información, servicios y apoyo generales a los menores con discapacidad y a sus familias.
4. Los Estados Partes asegurarán que los niños y las niñas no sean separados de sus padres contra su voluntad, salvo cuando las autoridades competentes, con sujeción a un examen judicial, determinen, de conformidad con la ley y los procedimientos aplicables, que esa separación es necesaria en el interés superior del niño. En ningún caso se separará a un menor de sus padres en razón de una discapacidad del menor, de ambos padres o de uno de ellos.
5. Los Estados Partes harán todo lo posible, cuando la familia inmediata no pueda cuidar de un niño con discapacidad, por proporcionar atención alternativa dentro de la familia extensa y, de no ser esto posible, dentro de la comunidad en un entorno familiar.

#### **Artículo 24. Educación**

1. Los Estados Partes reconocen el derecho de las personas con discapacidad a la educación. Con miras a hacer efectivo este derecho sin discriminación y sobre la base de la igualdad de oportunidades, los Estados Partes asegurarán un sistema de educación inclusivo a todos los niveles así como la enseñanza a lo largo de la vida, con miras a:
  - a. Desarrollar plenamente el potencial humano y el sentido de la dignidad y la autoestima y reforzar el respeto por los derechos humanos, las libertades fundamentales y la diversidad humana;
  - b. Desarrollar al máximo la personalidad, los talentos y la creatividad de las personas con discapacidad, así como sus aptitudes mentales y físicas;
  - c. Hacer posible que las personas con discapacidad participen de manera efectiva en una sociedad libre.
2. Al hacer efectivo este derecho, los Estados Partes asegurarán que:
  - a. Las personas con discapacidad no queden excluidas del sistema general de educación por motivos de discapacidad, y que los niños y las niñas con discapacidad no queden excluidos de la enseñanza primaria gratuita y obligatoria ni de la enseñanza secundaria por motivos de discapacidad;
  - b. Las personas con discapacidad puedan acceder a una educación primaria y secundaria inclusiva, de calidad y gratuita, en igualdad de condiciones con las demás, en la comunidad en que vivan;
  - c. Se hagan ajustes razonables en función de las necesidades individuales;
  - d. Se preste el apoyo necesario a las personas con discapacidad, en el marco del sistema general de educación, para facilitar su formación efectiva;
  - e. Se faciliten medidas de apoyo personalizadas y efectivas en entornos que fomenten al máximo el desarrollo académico y social, de conformidad con el objetivo de la plena inclusión.

3. Los Estados Partes brindarán a las personas con discapacidad la posibilidad de aprender habilidades para la vida y desarrollo social, a fin de propiciar su participación plena y en igualdad de condiciones en la educación y como miembros de la comunidad. A este fin, los Estados Partes adoptarán las medidas pertinentes, entre ellas:
  - a. Facilitar el aprendizaje del Braille, la escritura alternativa, otros modos, medios y formatos de comunicación aumentativos o alternativos y habilidades de orientación y de movilidad, así como la tutoría y el apoyo entre pares;
  - b. Facilitar el aprendizaje de la lengua de señas y la promoción de la identidad lingüística de las personas sordas;
  - c. Asegurar que la educación de las personas, y en particular los niños y las niñas ciegos, sordos o sordociegos se imparta en los lenguajes y los modos y medios de comunicación más apropiados para cada persona y en entornos que permitan alcanzar su máximo desarrollo académico y social.
4. A fin de contribuir a hacer efectivo este derecho, los Estados Partes adoptarán las medidas pertinentes para emplear a maestros, incluidos maestros con discapacidad, que estén cualificados en lengua de señas o Braille y para formar a profesionales y personal que trabajen en todos los niveles educativos. Esa formación incluirá la toma de conciencia sobre la discapacidad y el uso de modos, medios y formatos de comunicación aumentativos y alternativos apropiados, y de técnicas y materiales educativos para apoyar a las personas con discapacidad.
5. Los Estados Partes asegurarán que las personas con discapacidad tengan acceso general a la educación superior, la formación profesional, la educación para adultos y el aprendizaje durante toda la vida sin discriminación y en igualdad de condiciones con las demás. A tal fin, los Estados Partes asegurarán que se realicen ajustes razonables para las personas con discapacidad.

### ***Artículo 25. Salud***

Los Estados Partes reconocen que las personas con discapacidad tienen derecho a gozar del más alto nivel posible de salud sin discriminación por motivos de discapacidad. Los Estados Partes adoptarán las medidas pertinentes para asegurar el acceso de las personas con discapacidad a servicios de salud que tengan en cuenta las cuestiones de género, incluida la rehabilitación relacionada con la salud. En particular, los Estados Partes:

- a. Proporcionarán a las personas con discapacidad programas y atención de la salud gratuitos o a precios asequibles de la misma variedad y calidad que a las demás personas, incluso en el ámbito de la salud sexual y reproductiva, y programas de salud pública dirigidos a la población;
- b. Proporcionarán los servicios de salud que necesiten las personas con discapacidad específicamente como consecuencia de su discapacidad, incluidas la pronta detección e intervención, cuando proceda, y servicios destinados a prevenir y reducir al máximo la aparición de nuevas discapacidades, incluidos los niños y las niñas y las personas mayores;

- c. Proporcionarán esos servicios lo más cerca posible de las comunidades de las personas con discapacidad, incluso en las zonas rurales;
- d. Exigirán a los profesionales de la salud que presten a las personas con discapacidad atención de la misma calidad que a las demás personas sobre la base de un consentimiento libre e informado, entre otras formas mediante la sensibilización respecto de los derechos humanos, la dignidad, la autonomía y las necesidades de las personas con discapacidad a través de la capacitación y la promulgación de normas éticas para la atención de la salud en los ámbitos público y privado;
- e. Prohibirán la discriminación contra las personas con discapacidad en la prestación de seguros de salud y de vida cuando éstos estén permitidos en la legislación nacional, y velarán por que esos seguros se presten de manera justa y razonable;
- f. Impedirán que se nieguen, de manera discriminatoria, servicios de salud o de atención de la salud o alimentos sólidos o líquidos por motivos de discapacidad.

### **Artículo 26. Habilitación y rehabilitación**

1. Los Estados Partes adoptarán medidas efectivas y pertinentes, incluso mediante el apoyo de personas que se hallen en las mismas circunstancias, para que las personas con discapacidad puedan lograr y mantener la máxima independencia, capacidad física, mental, social y vocacional, y la inclusión y participación plena en todos los aspectos de la vida. A tal fin, los Estados Partes organizarán, intensificarán y ampliarán servicios y programas generales de habilitación y rehabilitación, en particular en los ámbitos de la salud, el empleo, la

educación y los servicios sociales, de forma que esos servicios y programas:

- a. Comiencen en la etapa más temprana posible y se basen en una evaluación multidisciplinar de las necesidades y capacidades de la persona;
  - b. Apoyen la participación e inclusión en la comunidad y en todos los aspectos de la sociedad, sean voluntarios y estén a disposición de las personas con discapacidad lo más cerca posible de su propia comunidad, incluso en las zonas rurales.
2. Los Estados Partes promoverán el desarrollo de formación inicial y continua para los profesionales y el personal que trabajen en los servicios de habilitación y rehabilitación.
  3. Los Estados Partes promoverán la disponibilidad, el conocimiento y el uso de tecnologías de apoyo y dispositivos destinados a las personas con discapacidad, a efectos de habilitación y rehabilitación.

### **Artículo 27. Trabajo y empleo**

1. Los Estados Partes reconocen el derecho de las personas con discapacidad a trabajar, en igualdad de condiciones con las demás; ello incluye el derecho a tener la oportunidad de ganarse la vida mediante un trabajo libremente elegido o aceptado en un mercado y un entorno laborales que sean abiertos, inclusivos y accesibles a las personas con discapacidad. Los Estados Partes salvaguardarán y promoverán el ejercicio del derecho al trabajo, incluso para las personas que adquieran una discapacidad durante el empleo, adoptando medidas pertinentes, incluida la promulgación de legislación, entre ellas:

- a. Prohibir la discriminación por motivos de discapacidad con respecto a todas las cuestiones relativas a cualquier forma de empleo, incluidas las condiciones de selección, contratación y empleo, la continuidad en el empleo, la promoción profesional y unas condiciones de trabajo seguras y saludables;
  - b. Proteger los derechos de las personas con discapacidad, en igualdad de condiciones con las demás, a condiciones de trabajo justas y favorables, y en particular a igualdad de oportunidades y de remuneración por trabajo de igual valor, a condiciones de trabajo seguras y saludables, incluida la protección contra el acoso, y a la reparación por agravios sufridos;
  - c. Asegurar que las personas con discapacidad puedan ejercer sus derechos laborales y sindicales, en igualdad de condiciones con las demás;
  - d. Permitir que las personas con discapacidad tengan acceso efectivo a programas generales de orientación técnica y vocacional, servicios de colocación y formación profesional y continua;
  - e. Alentar las oportunidades de empleo y la promoción profesional de las personas con discapacidad en el mercado laboral, y apoyarlas para la búsqueda, obtención, mantenimiento del empleo y retorno al mismo;
  - f. Promover oportunidades empresariales, de empleo por cuenta propia, de constitución de cooperativas y de inicio de empresas propias;
  - g. Emplear a personas con discapacidad en el sector público;
  - h. Promover el empleo de personas con discapacidad en el sector privado mediante políticas y medidas pertinentes, que pueden incluir programas de acción afirmativa, incentivos y otras medidas;
  - i. Velar por que se realicen ajustes razonables para las personas con discapacidad en el lugar de trabajo;
  - j. Promover la adquisición por las personas con discapacidad de experiencia laboral en el mercado de trabajo abierto;
  - k. Promover programas de rehabilitación vocacional y profesional, mantenimiento del empleo y reincorporación al trabajo dirigidos a personas con discapacidad.
2. Los Estados Partes asegurarán que las personas con discapacidad no sean sometidas a esclavitud ni servidumbre y que estén protegidas, en igualdad de condiciones con las demás, contra el trabajo forzoso u obligatorio.

**Artículo 28. Nivel de vida adecuado y protección social**

1. Los Estados Partes reconocen el derecho de las personas con discapacidad a un nivel de vida adecuado para ellas y sus familias, lo cual incluye alimentación, vestido y vivienda adecuados, y a la mejora continua de sus condiciones de vida, y adoptarán las medidas pertinentes para salvaguardar y promover el ejercicio de este derecho sin discriminación por motivos de discapacidad.
2. Los Estados Partes reconocen el derecho de las personas con discapacidad a la protección social y a gozar de ese derecho sin discriminación por motivos de discapacidad, y adoptarán las medidas pertinentes para proteger y promover el ejercicio de ese derecho, entre ellas:

- a. Asegurar el acceso en condiciones de igualdad de las personas con discapacidad a servicios de agua potable y su acceso a servicios, dispositivos y asistencia de otra índole adecuados a precios asequibles para atender las necesidades relacionadas con su discapacidad;
- b. Asegurar el acceso de las personas con discapacidad, en particular las mujeres y niñas y las personas mayores con discapacidad, a programas de protección social y estrategias de reducción de la pobreza;
- c. Asegurar el acceso de las personas con discapacidad y de sus familias que vivan en situaciones de pobreza a asistencia del Estado para sufragar gastos relacionados con su discapacidad, incluidos capacitación, asesoramiento, asistencia financiera y servicios de cuidados temporales adecuados;
- d. Asegurar el acceso de las personas con discapacidad a programas de vivienda pública;
- e. Asegurar el acceso en igualdad de condiciones de las personas con discapacidad a programas y beneficios de jubilación.

### ***Artículo 29. Participación en la vida política y pública***

Los Estados Partes garantizarán a las personas con discapacidad los derechos políticos y la posibilidad de gozar de ellos en igualdad de condiciones con las demás y se comprometerán a:

- a. Asegurar que las personas con discapacidad puedan participar plena y efectivamente en la vida política y pública en igualdad de condiciones con las demás, directamente o a través de representantes libremente elegidos, incluidos el derecho y la posibilidad de las

personas con discapacidad a votar y ser elegidas, entre otras formas mediante:

- i. La garantía de que los procedimientos, instalaciones y materiales electorales sean adecuados, accesibles y fáciles de entender y utilizar;
  - ii. La protección del derecho de las personas con discapacidad a emitir su voto en secreto en elecciones y referéndum públicos sin intimidación, y a presentarse efectivamente como candidatas en las elecciones, ejercer cargos y desempeñar cualquier función pública a todos los niveles de gobierno, facilitando el uso de nuevas tecnologías y tecnologías de apoyo cuando proceda;
  - iii. La garantía de la libre expresión de la voluntad de las personas con discapacidad como electores y a este fin, cuando sea necesario y a petición de ellas, permitir que una persona de su elección les preste asistencia para votar;
- b. Promover activamente un entorno en el que las personas con discapacidad puedan participar plena y efectivamente en la dirección de los asuntos públicos, sin discriminación y en igualdad de condiciones con las demás, y fomentar su participación en los asuntos públicos y, entre otras cosas:
    - i. Su participación en organizaciones y asociaciones no gubernamentales relacionadas con la vida pública y política del país, incluidas las actividades y la administración de los partidos políticos;
    - ii. La constitución de organizaciones de personas con discapacidad que representen a estas personas a nivel internacional, nacional, regional y local, y su incorporación a dichas organizaciones.

**Artículo 30. Participación en la vida cultural, las actividades recreativas, el esparcimiento y el deporte**

1. Los Estados Partes reconocen el derecho de las personas con discapacidad a participar, en igualdad de condiciones con las demás, en la vida cultural y adoptarán todas las medidas pertinentes para asegurar que las personas con discapacidad:
  - a. Tengan acceso a material cultural en formatos accesibles;
  - b. Tengan acceso a programas de televisión, películas, teatro y otras actividades culturales en formatos accesibles;
  - c. Tengan acceso a lugares en donde se ofrezcan representaciones o servicios culturales tales como teatros, museos, cines, bibliotecas y servicios turísticos y, en la medida de lo posible, tengan acceso a monumentos y lugares de importancia cultural nacional.
2. Los Estados Partes adoptarán las medidas pertinentes para que las personas con discapacidad puedan desarrollar y utilizar su potencial creativo, artístico e intelectual, no sólo en su propio beneficio sino también para el enriquecimiento de la sociedad.
3. Los Estados Partes tomarán todas las medidas pertinentes, de conformidad con el derecho internacional, a fin de asegurar que las leyes de protección de los derechos de propiedad intelectual no constituyan una barrera excesiva o discriminatoria para el acceso de las personas con discapacidad a materiales culturales.
4. Las personas con discapacidad tendrán derecho, en igualdad de condiciones con las demás, al reconocimiento y el apoyo de su identidad cultural y lingüística específica, incluidas la lengua de señas y la cultura de los sordos.
5. A fin de que las personas con discapacidad puedan participar en igualdad de condiciones con las demás en actividades recreativas, de esparcimiento y deportivas, los Estados Partes adoptarán las medidas pertinentes para:
  - a. Alentar y promover la participación, en la mayor medida posible, de las personas con discapacidad en las actividades deportivas generales a todos los niveles;
  - b. Asegurar que las personas con discapacidad tengan la oportunidad de organizar y desarrollar actividades deportivas y recreativas específicas para dichas personas y de participar en dichas actividades y, a ese fin, alentar a que se les ofrezca, en igualdad de condiciones con las demás, instrucción, formación y recursos adecuados;
  - c. Asegurar que las personas con discapacidad tengan acceso a instalaciones deportivas, recreativas y turísticas;
  - d. Asegurar que los niños y las niñas con discapacidad tengan igual acceso con los demás niños y niñas a la participación en actividades lúdicas, recreativas, de esparcimiento y deportivas, incluidas las que se realicen dentro del sistema escolar;
  - e. Asegurar que las personas con discapacidad tengan acceso a los servicios de quienes participan en la organización de actividades recreativas, turísticas, de esparcimiento y deportivas.

### **Artículo 31. Recopilación de datos y estadísticas**

1. Los Estados Partes recopilarán información adecuada, incluidos datos estadísticos y de investigación, que les permita formular y aplicar políticas, a fin de dar efecto a la presente Convención. En el proceso de recopilación y mantenimiento de esta información se deberá:
  - a. Respetar las garantías legales establecidas, incluida la legislación sobre protección de datos, a fin de asegurar la confidencialidad y el respeto de la privacidad de las personas con discapacidad;
  - b. Cumplir las normas aceptadas internacionalmente para proteger los derechos humanos y las libertades fundamentales, así como los principios éticos en la recopilación y el uso de estadísticas.
2. La información recopilada de conformidad con el presente artículo se desglosará, en su caso, y se utilizará como ayuda para evaluar el cumplimiento por los Estados Partes de sus obligaciones conforme a la presente Convención, así como para identificar y eliminar las barreras con que se enfrentan las personas con discapacidad en el ejercicio de sus derechos.
3. Los Estados Partes asumirán la responsabilidad de difundir estas estadísticas y asegurar que sean accesibles para las personas con discapacidad y otras personas.

### **Artículo 32. Cooperación internacional**

1. Los Estados Partes reconocen la importancia de la cooperación internacional y su promoción, en apoyo de los esfuerzos nacionales para hacer efectivos el propósito y los objetivos de la presente Convención, y tomarán las medidas pertinentes y efectivas a este respecto, entre los Estados y, cuando corresponda, en asociación con las

organizaciones internacionales y regionales pertinentes y la sociedad civil, en particular organizaciones de personas con discapacidad. Entre esas medidas cabría incluir:

- a. Velar por que la cooperación internacional, incluidos los programas de desarrollo internacionales, sea inclusiva y accesible para las personas con discapacidad;
  - b. Facilitar y apoyar el fomento de la capacidad, incluso mediante el intercambio y la distribución de información, experiencias, programas de formación y prácticas recomendadas;
  - c. Facilitar la cooperación en la investigación y el acceso a conocimientos científicos y técnicos;
  - d. Proporcionar, según corresponda, asistencia apropiada, técnica y económica, incluso facilitando el acceso a tecnologías accesibles y de asistencia y compartiendo esas tecnologías, y mediante su transferencia.
2. Las disposiciones del presente artículo se aplicarán sin perjuicio de las obligaciones que incumban a cada Estado Parte en virtud de la presente Convención.

### **Artículo 33. Aplicación y seguimiento nacionales**

1. Los Estados Partes, de conformidad con su sistema organizativo, designarán uno o más organismos gubernamentales encargados de las cuestiones relativas a la aplicación de la presente Convención y considerarán detenidamente la posibilidad de establecer o designar un mecanismo de coordinación para facilitar la adopción de medidas al respecto en diferentes sectores y a diferentes niveles.
2. Los Estados Partes, de conformidad con sus sistemas jurídicos y administrativos, mantendrán, reforzarán,

- designarán o establecerán, a nivel nacional, un marco, que constará de uno o varios mecanismos independientes, para promover, proteger y supervisar la aplicación de la presente Convención. Cuando designen o establezcan esos mecanismos, los Estados Partes tendrán en cuenta los principios relativos a la condición jurídica y el funcionamiento de las instituciones nacionales de protección y promoción de los derechos humanos.
3. La sociedad civil, y en particular las personas con discapacidad y las organizaciones que las representan, estarán integradas y participarán plenamente en todos los niveles del proceso de seguimiento.

### ***Artículo 34. Comité sobre los derechos de las personas con discapacidad***

1. Se creará un Comité sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (en adelante, “el Comité”) que desempeñará las funciones que se enuncian a continuación.
2. El Comité constará, en el momento en que entre en vigor la presente Convención, de 12 expertos. Cuando la Convención obtenga otras 60 ratificaciones o adhesiones, la composición del Comité se incrementará en seis miembros más, con lo que alcanzará un máximo de 18 miembros.
3. Los miembros del Comité desempeñarán sus funciones a título personal y serán personas de gran integridad moral y reconocida competencia y experiencia en los temas a que se refiere la presente Convención. Se invita a los Estados Partes a que, cuando designen a sus candidatos, tomen debidamente en consideración la disposición que se enuncia en el párrafo 3 del artículo 4 de la presente Convención.
4. Los miembros del Comité serán elegidos por los Estados Partes, que tomarán en consideración una distribución geográfica equitativa, la representación de las diferentes formas de civilización y los principales ordenamientos jurídicos, una representación de género equilibrada y la participación de expertos con discapacidad.
5. Los miembros del Comité se elegirán mediante voto secreto de una lista de personas designadas por los Estados Partes de entre sus nacionales en reuniones de la Conferencia de los Estados Partes. En estas reuniones, en las que dos tercios de los Estados Partes constituirán quórum, las personas elegidas para el Comité serán las que obtengan el mayor número de votos y una mayoría absoluta de votos de los representantes de los Estados Partes presentes y votantes.
6. La elección inicial se celebrará antes de que transcurran seis meses a partir de la fecha de entrada en vigor de la presente Convención. Por lo menos cuatro meses antes de la fecha de cada elección, el Secretario General de las Naciones Unidas dirigirá una carta a los Estados Partes invitándolos a que presenten sus candidatos en un plazo de dos meses. El Secretario General preparará después una lista en la que figurarán, por orden alfabético, todas las personas así propuestas, con indicación de los Estados Partes que las hayan propuesto, y la comunicará a los Estados Partes en la presente Convención.
7. Los miembros del Comité se elegirán por un período de cuatro años. Podrán ser reelegidos si se presenta de nuevo su candidatura. Sin embargo, el mandato de seis de los miembros elegidos en la primera elección expirará al cabo de dos años; inmediatamente después de la primera elección, los nombres de esos seis miembros serán sacados a suerte por el presidente de la reunión

a que se hace referencia en el párrafo 5 del presente artículo.

8. La elección de los otros seis miembros del Comité se hará con ocasión de las elecciones ordinarias, de conformidad con las disposiciones pertinentes del presente artículo.
9. Si un miembro del Comité fallece, renuncia o declara que, por alguna otra causa, no puede seguir desempeñando sus funciones, el Estado Parte que lo propuso designará otro experto que posea las cualificaciones y reúna los requisitos previstos en las disposiciones pertinentes del presente artículo para ocupar el puesto durante el resto del mandato.
10. El Comité adoptará su propio reglamento.
11. El Secretario General de las Naciones Unidas proporcionará el personal y las instalaciones que sean necesarios para el efectivo desempeño de las funciones del Comité con arreglo a la presente Convención y convocará su reunión inicial.
12. Con la aprobación de la Asamblea General, los miembros del Comité establecido en virtud de la presente Convención percibirán emolumentos con cargo a los recursos de las Naciones Unidas en los términos y condiciones que la Asamblea General decida, tomando en consideración la importancia de las responsabilidades del Comité.
13. Los miembros del Comité tendrán derecho a las facilidades, prerrogativas e inmunidades que se conceden a los expertos que realizan misiones para las Naciones Unidas, con arreglo a lo dispuesto en las secciones pertinentes de la Convención sobre Prerrogativas e Inmunidades de las Naciones Unidas.

### ***Artículo 35. Informes presentados por los Estados Partes***

1. Los Estados Partes presentarán al Comité, por conducto del Secretario General de las Naciones Unidas, un informe exhaustivo sobre las medidas que hayan adoptado para cumplir sus obligaciones conforme a la presente Convención y sobre los progresos realizados al respecto en el plazo de dos años contado a partir de la entrada en vigor de la presente Convención en el Estado Parte de que se trate.
2. Posteriormente, los Estados Partes presentarán informes ulteriores al menos cada cuatro años y en las demás ocasiones en que el Comité se lo solicite.
3. El Comité decidirá las directrices aplicables al contenido de los informes.
4. El Estado Parte que haya presentado un informe inicial exhaustivo al Comité no tendrá que repetir, en sus informes ulteriores, la información previamente facilitada. Se invita a los Estados Partes a que, cuando preparen informes para el Comité, lo hagan mediante un procedimiento abierto y transparente y tengan en cuenta debidamente lo dispuesto en el párrafo 3 del artículo 4 de la presente Convención.
5. En los informes se podrán indicar factores y dificultades que afecten al grado de cumplimiento de las obligaciones contraídas en virtud de la presente Convención.

### ***Artículo 36. Consideración de los informes***

1. El Comité considerará todos los informes, hará las sugerencias y las recomendaciones que estime oportunas

respecto a ellos y se las remitirá al Estado Parte de que se trate. Éste podrá responder enviando al Comité cualquier información que desee. El Comité podrá solicitar a los Estados Partes más información con respecto a la aplicación de la presente Convención.

2. Cuando un Estado Parte se haya demorado considerablemente en la presentación de un informe, el Comité podrá notificarle la necesidad de examinar la aplicación de la presente Convención en dicho Estado Parte, sobre la base de información fiable que se ponga a disposición del Comité, en caso de que el informe pertinente no se presente en un plazo de tres meses desde la notificación. El Comité invitará al Estado Parte interesado a participar en dicho examen. Si el Estado Parte respondiera presentando el informe pertinente, se aplicará lo dispuesto en el párrafo 1 del presente artículo.
3. El Secretario General de las Naciones Unidas pondrá los informes a disposición de todos los Estados Partes.
4. Los Estados Partes darán amplia difusión pública a sus informes en sus propios países y facilitarán el acceso a las sugerencias y recomendaciones generales sobre esos informes.
5. El Comité transmitirá, según estime apropiado, a los organismos especializados, los fondos y los programas de las Naciones Unidas, así como a otros órganos competentes, los informes de los Estados Partes, a fin de atender una solicitud o una indicación de necesidad de asesoramiento técnico o asistencia que figure en ellos, junto con las observaciones y recomendaciones del Comité, si las hubiera, sobre esas solicitudes o indicaciones.

### **Artículo 37. Cooperación entre los Estados Partes y el Comité**

1. Los Estados Partes cooperarán con el Comité y ayudarán a sus miembros a cumplir su mandato.
2. En su relación con los Estados Partes, el Comité tomará debidamente en consideración medios y arbitrios para mejorar la capacidad nacional de aplicación de la presente Convención, incluso mediante la cooperación internacional.

### **Artículo 38. Relación del Comité con otros órganos**

A fin de fomentar la aplicación efectiva de la presente Convención y de estimular la cooperación internacional en el ámbito que abarca:

- a. Los organismos especializados y demás órganos de las Naciones Unidas tendrán derecho a estar representados en el examen de la aplicación de las disposiciones de la presente Convención que entren dentro de su mandato. El Comité podrá invitar también a los organismos especializados y a otros órganos competentes que considere apropiados a que proporcionen asesoramiento especializado sobre la aplicación de la Convención en los ámbitos que entren dentro de sus respectivos mandatos. El Comité podrá invitar a los organismos especializados y a otros órganos de las Naciones Unidas a que presenten informes sobre la aplicación de la Convención en las esferas que entren dentro de su ámbito de actividades;
- b. Al ejercer su mandato, el Comité consultará, según proceda, con otros órganos pertinentes instituidos en virtud de tratados internacionales de derechos humanos, con miras a garantizar la coherencia de sus respectivas directrices de presentación de informes, sugerencias y

recomendaciones generales y a evitar la duplicación y la superposición de tareas en el ejercicio de sus funciones.

### **Artículo 39. Informe del Comité**

El Comité informará cada dos años a la Asamblea General y al Consejo Económico y Social sobre sus actividades y podrá hacer sugerencias y recomendaciones de carácter general basadas en el examen de los informes y datos recibidos de los Estados Partes en la Convención. Esas sugerencias y recomendaciones de carácter general se incluirán en el informe del Comité, junto con los comentarios, si los hubiera, de los Estados Partes.

### **Artículo 40. Conferencia de los Estados Partes**

1. Los Estados Partes se reunirán periódicamente en una Conferencia de los Estados Partes, a fin de considerar todo asunto relativo a la aplicación de la presente Convención.
2. El Secretario General de las Naciones Unidas convocará la Conferencia de los Estados Partes en un plazo que no superará los seis meses contados a partir de la entrada en vigor de la presente Convención. Las reuniones ulteriores, con periodicidad bienal o cuando lo decida la Conferencia de los Estados Partes, serán convocadas por el Secretario General de las Naciones Unidas.

### **Artículo 41. Depositario**

El Secretario General de las Naciones Unidas será el depositario de la presente Convención.

### **Artículo 42. Firma**

La presente Convención estará abierta a la firma de todos los Estados y las organizaciones regionales de integración en la

Sede de las Naciones Unidas, en Nueva York, a partir del 30 de marzo de 2007.

### **Artículo 43. Consentimiento en obligarse**

La presente Convención estará sujeta a la ratificación de los Estados signatarios y a la confirmación oficial de las organizaciones regionales de integración signatarias. Estará abierta a la adhesión de cualquier Estado u organización regional de integración que no la haya firmado.

### **Artículo 44. Organizaciones regionales de integración**

1. Por “organización regional de integración” se entenderá una organización constituida por Estados soberanos de una región determinada a la que sus Estados miembros hayan transferido competencia respecto de las cuestiones regidas por la presente Convención. Esas organizaciones declararán, en sus instrumentos de confirmación oficial o adhesión, su grado de competencia con respecto a las cuestiones regidas por esta Convención. Posteriormente, informarán al depositario de toda modificación sustancial de su grado de competencia.
2. Las referencias a los “Estados Partes” con arreglo a la presente Convención serán aplicables a esas organizaciones dentro de los límites de su competencia.
3. A los efectos de lo dispuesto en el párrafo 1 del artículo 45 y en los párrafos 2 y 3 del artículo 47, no se tendrá en cuenta ningún instrumento depositado por una organización regional de integración.
4. Las organizaciones regionales de integración, en asuntos de su competencia, ejercerán su derecho de voto en la Conferencia de los Estados Partes, con un número de votos igual al número de sus Estados miembros que sean

Partes en la presente Convención. Dichas organizaciones no ejercerán su derecho de voto si sus Estados miembros ejercen el suyo, y viceversa.

#### **Artículo 45. Entrada en vigor**

1. La presente Convención entrará en vigor el trigésimo día a partir de la fecha en que haya sido depositado el vigésimo instrumento de ratificación o adhesión.
2. Para cada Estado y organización regional de integración que ratifique la Convención, se adhiera a ella o la confirme oficialmente una vez que haya sido depositado el vigésimo instrumento a sus efectos, la Convención entrará en vigor el trigésimo día a partir de la fecha en que haya sido depositado su propio instrumento.

#### **Artículo 46. Reservas**

1. No se permitirán reservas incompatibles con el objeto y el propósito de la presente Convención.
2. Las reservas podrán ser retiradas en cualquier momento.

#### **Artículo 47. Enmiendas**

1. Los Estados Partes podrán proponer enmiendas a la presente Convención y presentarlas al Secretario General de las Naciones Unidas. El Secretario General comunicará las enmiendas propuestas a los Estados Partes, pidiéndoles que le notifiquen si desean que se convoque una conferencia de Estados Partes con el fin de examinar la propuesta y someterla a votación. Si dentro de los cuatro meses siguientes a la fecha de esa notificación, al menos un tercio de los Estados Partes se declara a favor de tal convocatoria, el Secretario General convocará una conferencia bajo los auspicios de las Naciones Unidas. Toda enmienda adoptada por mayoría de dos tercios de

los Estados Partes presentes y votantes en la conferencia será sometida por el Secretario General a la Asamblea General para su aprobación y posteriormente a los Estados Partes para su aceptación.

2. Toda enmienda adoptada y aprobada conforme a lo dispuesto en el párrafo 1 del presente artículo entrará en vigor el trigésimo día a partir de la fecha en que el número de instrumentos de aceptación depositados alcance los dos tercios del número de Estados Partes que había en la fecha de adopción de la enmienda. Posteriormente, la enmienda entrará en vigor para todo Estado Parte el trigésimo día a partir de aquel en que hubiera depositado su propio instrumento de aceptación. Las enmiendas serán vinculantes exclusivamente para los Estados Partes que las hayan aceptado.
3. En caso de que así lo decida la Conferencia de los Estados Partes por consenso, las enmiendas adoptadas y aprobadas de conformidad con lo dispuesto en el párrafo 1 del presente artículo que guarden relación exclusivamente con los artículos 34, 38, 39 y 40 entrarán en vigor para todos los Estados Partes el trigésimo día a partir de aquel en que el número de instrumentos de aceptación depositados alcance los dos tercios del número de Estados Partes que hubiera en la fecha de adopción de la enmienda.

#### **Artículo 48. Denuncia**

Los Estados Partes podrán denunciar la presente Convención mediante notificación escrita dirigida al Secretario General de las Naciones Unidas. La denuncia tendrá efecto un año después de que el Secretario General haya recibido la notificación.

***Artículo 49. Formato accesible***

El texto de la presente Convención se difundirá en formato accesible.

***Artículo 50. Textos auténticos***

Los textos en árabe, chino, español, francés, inglés y ruso de la presente Convención serán igualmente auténticos.

En testimonio de lo cual, los plenipotenciarios abajo firmantes, debidamente autorizados por sus respectivos gobiernos, firman la presente Convención.

*Lugar común de lo diferente. Guía para facilitadoras*  
de Carmina Hernández Covarrubias  
se editó y publicó en la Ciudad de México  
en febrero de 2012.

