



CIBERMUJERES



**Ejercicios de cierre y
evaluación**

Flores feministas

**INSTITUTE FOR
WAR & PEACE REPORTING**



© 2019– Institute For War And Peace Reporting

<https://iwpr.net/>



Esta obra se encuentra licenciada bajo Creative Commons
Atribución-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-SA 4.0).

<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.es>

Índice general

1 Flores feministas	5
Conducir la sesión	6

Flores feministas

- **Objetivos:** Tras un día intenso de talleres de seguridad digital (especialmente los primeros días), vamos a despertar una dosis de motivación e inspiración.
- **Duración:** 10 minutos
- **Formato:** Ejercicio
- **Habilidades:** Básico
- **Conocimientos requeridos:**
 - Ninguno requerido
- **Sesiones y ejercicios relacionados:**
 - Ninguno
- **Materiales requeridos:**
 - Tiras de papeles
 - Lapicero, bolígrafo, pluma
 - Flores (reales o de plástico/papel)
- **Recomendaciones:** Este ejercicio se puede repetir a lo largo de la capacitación. si no puedes conseguir flores naturales, puedes seguir este video: <https://www.youtube.com/watch?v=eunyko9wfae>

Conducir la sesión

1. Antes de arrancar el ejercicio, necesitarás preparar algunas cosas:

Escribe mensajes cortos y alentadores en tiras de papel. Aquí van algunos ejemplos:

- Después de esta experiencia, no voy a necesitar de una “persona técnica”.
- Hay una comunidad de mujeres/feministas que me respaldan.
- Respiro hondo y hago reset.
- Puedo hacer ésto. He hecho cosas más difíciles en el pasado.
- Mis dispositivos no tienen poderes mágicos sobre mí. Yo tengo el control.
- Yo soy la única persona que puede decidir sobre cómo practico la seguridad digital.

Coloca un papel en cada flor.

2. El grupo se sienta en círculo y responde a la siguiente pregunta: “¿Con qué frecuencia te sientes frustrada o abrumada con las tecnologías? Recuerda al grupo que es totalmente normal sentirse así.
3. Entrega una flor a cada participante. No abrirán los papeles aún.
4. Cuenta una experiencia donde te sentiste frustrada desde tu rol de facilitadora o cuando estabas empezando en el ámbito de la seguridad digital. Cada quién puede remitirse a sus propias experiencias de desafíos con las tecnologías. No hay nada que no puedan superar juntas.
5. Abren sus flores y, una por una, leen en voz alta los mensajes. Invítalas a compartir cómo se han sentido en la sesión, que conclusiones han sacado, qué significa el mensaje dentro de la flor para ellas.