

## **“Manos a la obra” mis manos posibilidad corporal de sensibilidad y eroticidad**

### **Ángela Patricia Restrepo Suaza**

Magíster en psicopedagoga con énfasis en sexualidad humana, docente universitaria áreas de desarrollo humano. Miembro del grupo de investigación de cultura somática del instituto universitario de educación física Universidad de Antioquia.

### **Patricia Álvarez Zapata**

Magíster en psicopedagogía con énfasis en sexualidad humana, docente universitaria áreas de desarrollo humano. Miembro del grupo de investigación de cultura somática del instituto universitario de educación física Universidad de Antioquia.

### **Yibell Emilia Avendaño Aguirre**

Estudiante 8 semestre de la licenciatura en educación física del instituto universitario de educación física y deporte de la Universidad de Antioquia.

### **Justificación**

La presente propuesta de inclusión corporal es una de las estrategias de intervención del seminario de Educación Física y Sexualidad humana del Instituto Universitario de Educación Física de la Universidad de Antioquia y de la dimensión sexualidad que a partir de su praxis se viene sistematizando con estudiantes, maestros e investigadores del grupo de investigación Cultura Somática. Metodología taller tiene como propósito revisar algunos elementos teórico-prácticos que reflexionan el cuerpo, se orientan la construcción de una pedagogía de lo corporal y promueven prácticas favorecen el desarrollo de habilidades ciudadanas tales como: la comunicación, la solución de conflictos, la toma de decisiones, la construcción de convivencia, la pluralidad, diversidad y la equidad.

En el marco de Expomotricidad 2013, se desea orientar el taller de Manos a la Obra y compartir con los participantes ésta metodología experiencial que desde los escenarios pedagógicos en la escuela acompañan la formación de valores ciudadanos.

### **Referente teórico**

Los procesos de inclusión corporal consideran el cuerpo desde el campo de la experiencia en relación consigo mismo y con los otros a partir de las diferentes prácticas que convocan al contacto como la caricia, el masaje, el abrazo, la lúdica piel a piel, el autoerotismo y el susurro entre otras; vivencias estas que confrontan percepciones, actitudes y representaciones frente a las sensaciones generadas que posibilitan el autoconocimiento, la ampliación del mapa corporal erógeno y la comunicación.

Orientar estos procesos de interacción corporal desde la vivencia existencial y con una visión antroperótica favorece aprendizajes significativos que enriquecen la dimensión sexual de los sujetos y revisa esquemas cognitivos que cuestionan y limitan la cercanía, la equidad de género, la expresión de sentimientos y el autoconcepto reducido por los ideales estético y además inspira la reflexión crítica sobre las diferentes prácticas y discursos que revisan el cuerpo como asunto

sensible y sensual, el cuerpo desde las vivencias femeninas y masculinas, y el cuerpo como proyecto de vida en la relación cuerpo-sujeto y cultura.

Pensar en el diseño de estrategias para la construcción de una pedagogía corporal exige la argumentación científica y humanista del cuerpo como el campo de la formación, que centra su atención en el cuerpo sujeto, en la corporeidad, en el sí mismo corporal como espacio de sensaciones, descubrimiento, comunicación, goce, identidad y reconocimiento del otro.

**Cultura somática:** la reflexión crítica de la Cultura Somática, basada en los procesos de investigación sobre el cuerpo permite una comprensión integral sobre éste, identificando a partir de las dimensiones (expresiones motrices, ideal estético, salud, biopolítica, sexualidad, semiótica y emocionalidad) preguntas, supuestos, metodologías, marcos teóricos, objetivos y prácticas que desde los diferentes contextos orientan el estudio de lo corporal.

Se define en el texto: el cuerpo en boca de los adolescentes, que “la Cultura Somática hace referencia a los usos del cuerpo que pasan por lo operativo y tocan con el sistema de significaciones, las percepciones, actitudes, prácticas y representaciones individuales y colectivas del mismo en un contexto socio cultural”. En esta medida, se indaga por la relación biunívoca entre cuerpo y cultura revisando como los fenómenos sociales y culturales condicionan los procesos corporales y como el cuerpo desde sus acciones, simbolizaciones, expresiones y representaciones intervienen en la cultura.

**Antropoerotismo:** según María Lady Londoño en su texto el Problema es la Norma plantea “el antropoerotismo como un proceso en el que el ser humano siente afectiva y sexualmente como persona, no como hombre-diferente-de-como-mujer”. Todos los sujetos somos receptores, dadores, activos, pasivos, capaces de empezar, de recibir, de terminar, de negar. Entiende el erotismo como una variante individual, no sexual, y promueve, en consecuencia, el que cada persona aprenda a identificar su propio ritmo de vida y ritmo sexual, que puede ser diferente en cada momento de su existir, diferente, no como sexos, sino como personas y como instantes de una misma persona.

La presente visión abre todas las compuertas del sentir y del amor, al trascender los estereotipos socio-culturales y elimina, además la eficiencia o competición en el desempeño sexual. Identifica un potencial sexo-afectivo, renovador, alejado del papel unificador.

El enfoque antropoerótico deja sin fronteras los contactos y cercanías amorosas, al ampliar la conciencia de la piel, erotizar todas y cada una de las partes corporales y valorar el placer en cuanto satisface a las personas. Rescata el erotismo de los genitales y de las mamas, como lo ha planteado Vicent-Marques. Es un hecho que el placer y el orgasmo se alcanzan por estimulación en cualquier parte del cuerpo y que la intensidad corresponde al deseo, al afecto, al momento, no son especialidad de un sector determinado.

**Competencias Ciudadanas:** *lograr una educación de calidad significa formar ciudadanos con valores éticos, respetuosos de lo público, que ejerzan los derechos*

*humanos, cumplan sus deberes sociales y convivan en paz. Este reto implica ofrecer una educación que genere oportunidades legítimas de progreso y prosperidad, que sea competitiva y contribuya a cerrar las brechas de inequidad. Una educación, centrada en la institución educativa, que permita y comprometa la participación de toda la sociedad en un contexto diverso, multiétnico y pluricultural.*

### **Metodología**

Para el logro de los objetivos propuestos, se plantean principalmente como metodologías a utilizar: taller experiencial

Las anteriores por considerar en mayor proporción el componente participativo y propositivo de los usuarios, así como una exploración más fluida y cómoda a través de aspecto de su subjetividad.

### **Tema**

La inclusión corporal una experiencia de construcción de ciudadanía en la escuela.

### **Objetivos**

- Facilitar experiencias de ciudadanía a través de procesos de inclusión corporal que favorecen desde la interacción, la convivencia y la participación aprendizajes significativos de habilidades ciudadanas
- Proponer estrategias didácticas de inclusión corporal que orienten a través del contacto el desarrollo del ser, saber, el hacer y el sentir del cuerpo como ejercicio vivencial de pluralidad, apertura, diálogo, y democracia.
- Ampliar mapa corporal erógeno desde la caricia a nivel personal (auto-erótico) y en la interacción con el otro como experiencia sensibilizadora que posibilita la reflexión sobre el cuerpo erotizado favoreciendo el autoconocimiento, la toma de decisiones y el bienestar.

### **Plan de actividades**

- CONTEXTUALIZACIÓN TEÓRICA DEL TALLER: Mediante rótulos se revisaran los conceptos de ciudadanía, democracia, pluralidad, bienestar, diversidad, equidad, participación, Cultura Somática, Cuerpo, Sexualidad, Mapa Corporal Erógeno, Ideal Estético, Autoconcepto Y Autocuidado.
- SALUDO AFECTIVO: Teniendo como elemento lúdico una pluma se realizará un juego que permite un primer contacto en distintas partes del cuerpo a nivel personal y grupal.
- POESIA SOBRE TUS MANOS.
- CARICIA A LAS MANOS:

A. Por parejas se realiza un trabajo de asepsia a las manos de quien brindará la caricia.

B. Con la pluma se da inicio al trabajo de reconocimiento y sensibilización de las manos.

C. Con crema para manos se acaricia de manera minuciosa esta parte del cuerpo. Este proceso además rotando por 5 parejas aproximadamente.

D. Para finalizar se realizará corto masaje con pelotas plásticas relajantes.

- EVALUACIÓN

Se le entregará a cada participante un Test que le permita expresar sentimientos, sensaciones y percepciones del taller al igual que sugerencias del mismo.

#### **Recursos didácticos:**

- 1 Video beeam
- 1 Computador portátil
- 1 Grabadora
- 20 copias Convocatoria del taller
- 20 copias Test para la Evaluación
- 1 pliego de cartulina

#### **Requerimientos (espacios y elementos)**

- 20 Colchonetas
- Crema para manos
- 50 Plumas
- 1 paquete Pañitos húmedos

#### **Bibliografía**

- Aline P. Zoldbrod. (2004) *Sexo Inteligente*. Barcelona. Editorial: Paidós.
- Arboleda, R., Díaz, B., Duque, B., & Gonzalez, V. (2002). *El cuerpo en boca de los adolescentes*. Armenia: Kinesis.
- [Irvine, W.](#) (2008) *Sobre el Deseo por qué queremos lo que queremos*. Barcelona. Editorial: [Paidós](#).
- Le Bretón, D. (2002). *La sociología del cuerpo*. Buenos Aires. Ediciones: Nueva Visión.
- Londoño, M. (1995). *El Problema es la Norma*. Cali. Ediciones: Prensa Colombiana.
- Londoño, M. (1991). *Prácticas de libertad en sexualidad y derechos reproductivos*. Cali. Ediciones: Prensa Colombiana.
- López Sanchez, F. (1990). *Educación sexual*. Madrid: Fundación Universidad – Empresa.
- Shcilder, Paul. (1989). *Imagen y apariencia del cuerpo*. México: Editorial Paidós.
- Cortés, Ruth. Ortiz, José (2005) *Cartilla de cátedra ciudadana I, II, III, IV. Convivencia y paz*. Colombia. Editorial Santillana.