

RUEDA DE LA IDENTIDAD ÍNTIMA

Actividad desarrollada por Élan Intercultural basada en el ejercicio de la "rueda de la identidad" (Program on Intergroup Relations and the Spectrum Center, University of Michigan)



RESUMEN

Esta actividad invita a los participantes a tomar conciencia del impacto de las identidades sociales en su vida relacional e íntima a través de una adaptación de la actividad "rueda de la identidad" en el contexto de la intimidad.

CONTEXTO DE APRENDIZAJE

Esta actividad puede realizarse online, offline con distanciamiento social y offline con contacto físico.

DURACIÓN



45 minutos

PARTICIPANTES



De 6 a 15 participantes

MATERIALES



Una habitación lo suficientemente amplia como para permitir el movimiento

Círculos de la rueda de identidad impresos

Etiquetas de identificación impresas en papeles A4 separados

La lista de preguntas impresa

OBJETIVOS



- Tomar conciencia de cómo las diferentes facetas de nuestras identidades sociales influyen en la forma en que podemos entablar relaciones íntimas
- Comprender que las identidades son contextuales: en algunas situaciones, algunas identidades destacan más que otras
- Renunciar a la ilusión de neutralidad: algunas identidades se valoran más que otras, mientras que otras pueden ser fuentes de discriminación

PREPARACIÓN

Comprueba si la "rueda de la identidad" tiene etiquetas de identidad que tienen sentido en tu contexto. Comprueba si las "preguntas del espectro íntimo" se ajustan a tus objetivos y a tu contexto. No dudes en hacer los ajustes que sean necesarios. Encontrarás un ejemplo de la rueda de identidad en el anexo. Aquí tienes una lista de preguntas del espectro íntimo que puedes utilizar, o que pueden ayudarte a empezar:

RUEDA DE LA IDENTIDAD ÍNTIMA



- ¿Qué parte de tu identidad compartes más con tus mejores amigos/as? (es decir, las identidades que comparten tú y tus amigos/as)
- Cuando sales con tu amante, ¿de qué parte de tu identidad eres más consciente?
- ¿Qué identidad dificulta la proyección de tus relaciones sentimentales en el futuro? ¿Cuál te facilita hacerlo?
- ¿A qué parte de tu identidad se sientes más unida?
- ¿Qué parte de tu identidad te gustaría poder ocultar a los nuevas personas conocidos (si fuera posible)?
- ¿Qué parte de tu identidad crees que tiende a oprimirte en las relaciones de intimidad (relaciones sexuales o afectivas, familia, amigos/as)?
- ¿Qué parte de tu identidad crees que tiende a otorgarte privilegios en lo que respecta a las relaciones de intimidad (relaciones sexuales o afectivas, familia, amigos/as)?
- ¿Hay alguna parte de tu identidad que te haga sentir vergüenza a la hora de ligar?
- ¿Qué identidad te gusta presentar cuando quiere atraer a alguien?
- ¿Qué identidad ves como una desventaja para atraer a alguien?
- ¿Hay alguna parte de tu identidad que, si pudieras deshacerte de ella, te haría sentir "más libre" para elegir una pareja sexual o íntima?
- ¿Qué partes de tu identidad te parecen "sexy"?
- ¿Qué partes de tu identidad te causan problemas? ¿Por qué?
- ¿Qué parte de tu identidad te da fuerza?
- ¿Hay alguna parte de tu identidad que te guste mucho, pero que sientas que es vulnerable?

INSTRUCCIONES PASO A PASO



1. **RELLENAR LA RUEDA** Distribuye la "rueda de la identidad" a cada persona participante. Pídeles que la rellenen, añadiendo para cada categoría de identidad la respuesta que consideren verdadera para ellas.
2. **CREAR LA RUEDA EN EL SUELO** Cuando las ruedas de identidad estén rellenas, coloca las palabras impresas de la categoría de identidad en el suelo, formando un círculo, para recrear la rueda de identidad en el espacio.
3. **RESPONDER A LAS PREGUNTAS DEL ESPECTRO DE INTIMIDAD** Diga a las participantes que va a leer frases y que deben responder situándose cerca de la categoría de identidad que consideren verdadera para ellos. También pueden quedarse en el centro si no quieren responder a la pregunta. Antes de leer las preguntas del espectro íntimo puedes hacer una prueba: "¿Cuál es la identidad en la que piensas más a menudo?" Comprueba si las instrucciones son claras.
4. Después de cada frase, una vez que las participantes hayan encontrado su respuesta, puedes darles espacio para que compartan por qué eligieron esa identidad en particular. Sin embargo, las participantes no tienen la obligación de hablar.

También puede decir a las personas participantes que no hay respuestas correctas o incorrectas para las preguntas. También puede haber varias respuestas a una pregunta concreta, por lo que pueden elegir con qué identidad quieren responder.

RUEDA DE LA IDENTIDAD ÍNTIMA



INFORME Y DEBATES



Dependiendo de la composición del grupo, es posible que la actividad conduzca a una mayor conciencia de las diferencias importantes entre las participantes. Algunas personas pueden ser más privilegiadas en diferentes aspectos de sus identidades, y otras pueden estar en desventaja en algunos aspectos de sus identidades.

Es importante dar importancia a estas desigualdades. Al mismo tiempo, también hay que destacar que cada persona tiene una variedad de identidades, y que nadie se reduce a una sola. Es más, lo que somos y lo que podemos hacer nunca está totalmente dictado por las identidades sociales que tenemos, y cada identidad puede experimentarse o representarse de muchas maneras. La combinación única de identidades que tenemos, combinada con nuestras experiencias vitales y nuestra personalidad, crea siempre constelaciones únicas y diversas.

Aquí puedes discutir con el grupo cómo nuestras identidades relacionales y dinámicas y su combinación con nuestras experiencias vitales juegan un papel en nuestras relaciones íntimas. ¿Qué hace que una relación con alguien sea "íntima"? ¿De qué manera nuestros elementos de identidad son más o menos importantes en determinadas relaciones? Puedes relacionar este ejercicio con la Galaxia de las Intimididades y el Retrato del Cuerpo - echando un vistazo al poder / la sensibilidad / la vulnerabilidad / la sexualidad / la intimidad y cómo están conectados con los temas que exploramos aquí.

CONSEJOS



Es posible que las participantes necesiten un grado considerable de confianza y sensación de seguridad para desvelar y/o discutir aspectos de su identidad que, por alguna razón, son sensibles para ellos. Más allá de las "sensibilidades personales", esto puede estar relacionado con el estatus o el reconocimiento social de las diferentes identidades. Dependiendo del contexto, algunas identidades pueden tener una connotación negativa, incluso estigmatizada. Por lo tanto, es muy importante que demos suficiente importancia al reconocimiento de estos fenómenos, nombrando las relaciones de poder, las exclusiones y las opresiones. También debemos estar atentos para no victimizar a los miembros de grupos específicos. Recomendamos utilizar una actividad de empoderamiento después de esta secuencia.

ESTA ACTIVIDAD EN LÍNEA



Para dirigir la actividad en línea, sugerimos trabajar en Jamboard. Como preparación, incrusta la imagen de la "rueda de la identidad" en el Jamboard, crea tantas diapositivas como preguntas quieras hacer. Para cada pregunta, crea una diapositiva con la pregunta en el centro de la rueda.

Para iniciar la actividad, envía a todos la rueda de identidad (por correo electrónico o en el chat de la interfaz que utilices). Las participantes pueden copiar la imagen en un archivo ppt o simplemente tomar notas en un papel. Al igual que en la versión offline, pide a las participantes que escriban su propia respuesta para cada categoría de identidad. Esta parte no se comparte.

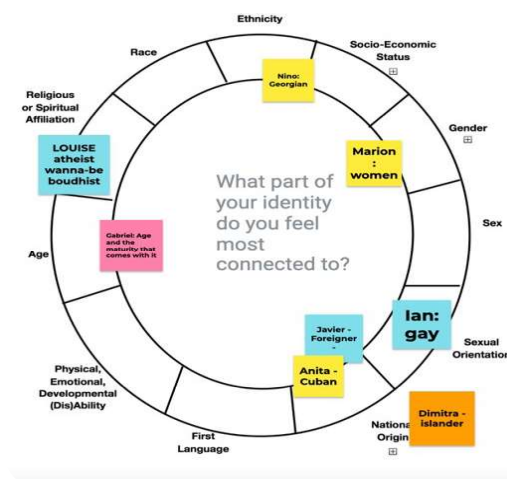
En el segundo paso, comparte el Jamboard con las participantes, asegurándote de que se comparte con la autorización para editar. De este modo, cada participante podrá acceder a la diapositiva del Jamboard y modificarla. Diga

RUEDA DE LA IDENTIDAD ÍNTIMA



a las participantes que leerá en voz alta unas preguntas a las que deberán responder con aspectos concretos de sus identidades. Pueden responder con un Post-it, escribiendo en él su nombre y también la respuesta específica a esa categoría de identidad (por ejemplo: LOUISE - Mujer). Si las participantes no han trabajado antes con Jamboard, puede ser conveniente realizar primero una actividad de prueba en la que les invites a escribir su nombre en un Post-it.

Lee la primera pregunta y espera a que todos coloquen sus post-it. Cuando hayan terminado, pregunta al grupo si alguien quiere explicar por qué ha puesto esa identidad concreta como respuesta. No es necesario que todos respondan, recoge todas las respuestas que te parezca y pasa a la siguiente pregunta.



TEORÍA



Adaptado para su uso por el Program on Intergroup Relations y el Spectrum Center, Universidad de Michigan.

Recurso alojado por la Iniciativa de Enseñanza Inclusiva de LSA, Universidad de Michigan (<http://sites.lsa.umich.edu/inclusive-teaching/>).

RUEDA DE LA IDENTIDAD ÍNTIMA



ANEXO: RUEDA DE IDENTIDAD

Rueda Social de la Identidad

(Adaptado de "Voices of Discovery", Intergroup Relations Center, Arizona State University)

