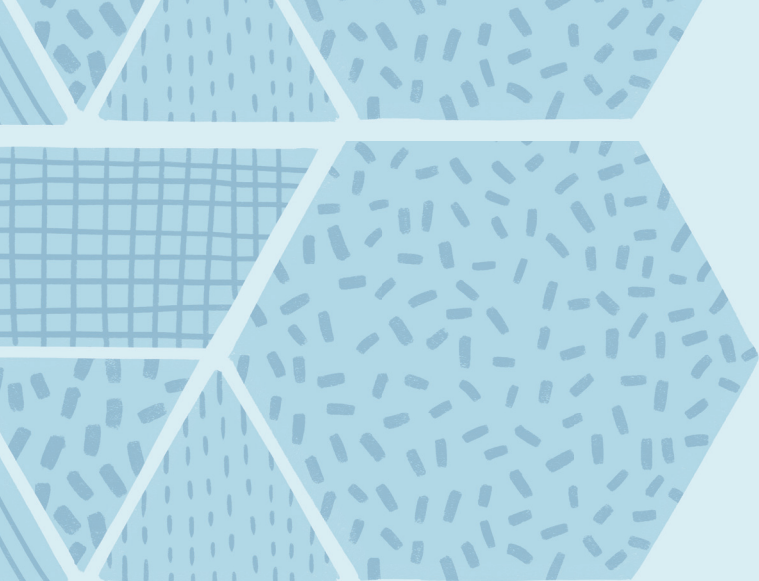




Nuestros espacios, espacios de poder:

Guía de Espacios seguros de la YWCA

Es un producto de



WorldYWCA



Sobre la YWCA Mundial

Somos una organización global de derechos de las mujeres que involucra cada año a millones de mujeres, jóvenes y niñas en todo el mundo, con diferentes culturas y creencias, para transformar vidas y lograr un mundo mejor. Estamos presentes en más de cientos de países. Nuestro trabajo se impulsa desde las bases y está arraigado en las comunidades locales y en el poder transformador de las mujeres. Brindamos apoyo y oportunidades a mujeres, jóvenes y niñas para que se conviertan en líderes y agentes de cambio, que no solo protejan sus derechos y generen impacto en sus comunidades, sino que también inspiren a sus pares a hacer lo mismo.

Nos enfocamos en construir una sólida red intergeneracional de mujeres y jóvenes líderes, con programas liderados por y para mujeres y jóvenes en respuesta a las necesidades únicas que observan en sus comunidades.

Derechos de autoría



Atribución-NoComercial-SinObraDerivada 4.0
Internacional (CC BY-NC-ND 4.0)

creativecommons.org

Esta publicación puede ser redistribuida de forma no comercial en cualquier medio, sin cambios y en su totalidad, con el debido crédito a la YWCA Mundial.

Es un producto de la YWCA Mundial 2022.

Escanea el código para contribuir con una donación.



Acércate: ¡estamos aquí para ayudarte!

Cuando uses Espacios seguros de la YWCA, no dudes en plantearnos cualquier duda o pregunta. Esta Guía es un documento vivo y está diseñado para incluir todas las capacidades, identidades y edades.

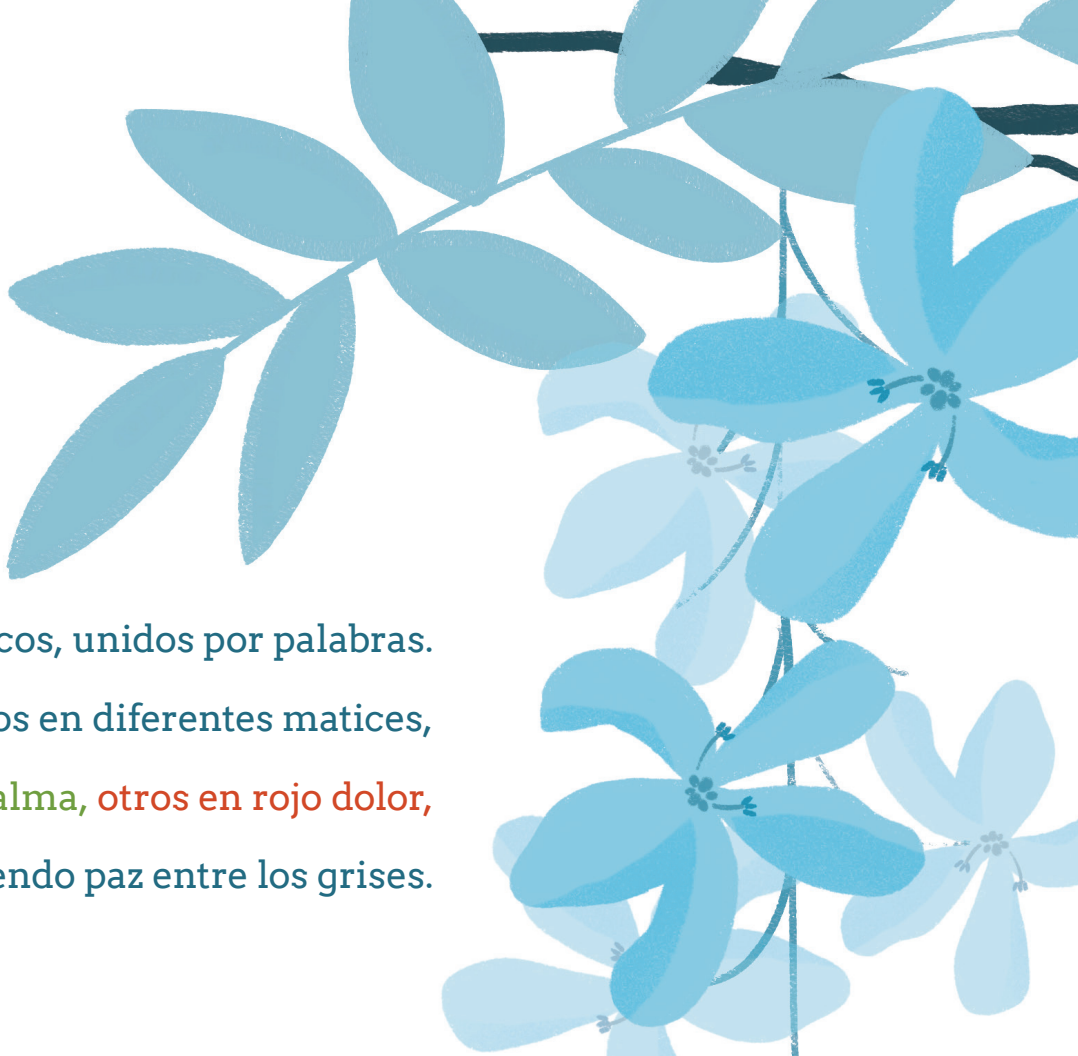
El idioma es importante para la práctica de los espacios seguros, y tener contenido en el idioma local es fundamental para fomentar dicha práctica. Nos complace apoyarte en el proceso de traducción. También reconocemos que parte del contenido de esta Guía puede ser sensible en tu país, así que pon atención cuando la practiques.

Al traducir esta Guía, los derechos de autoría (en la sección anterior) permanecen intactos y debes incluir una nota que indique que el texto original fue escrito en inglés y el nombre de la persona que lo tradujo. Sugerimos mencionar lo siguiente: "El texto original fue escrito en inglés. Esta versión fue traducida por [insertar el nombre de la persona que la tradujo]". Obtén más información sobre las traducciones en la sección [Cómo usar esta Guía](#).

Ponte en contacto con la YWCA Mundial (getinvolved@worldywca.org) si quieres asociarte, brindar opiniones, o si esta Guía no satisface tus necesidades de accesibilidad. Estamos felices de apoyar tu camino para cultivar espacios más seguros en nuestras comunidades, donde vivimos, trabajamos y jugamos.

Índice

5	Unas palabras de la YWCA Mundial	38	Nuestros estándares definitorios para espacios seguros (continuación)
7	Declaración artística		
8	Cómo usar esta Guía		
	11 Construcción de espacios seguros en acción: Isabelle	38	Enfoques integrales
12	Historia: Nuestro pasado, presente y futuro colectivo	41	Asociación y rendición de cuentas
	13 Construcción de espacios seguros en acción: Un encuentro basado en la fe	42	Información precisa y confiable
	18 Construcción de espacios seguros en acción: Daniela	44	Liderazgo y participación
19	Preparar nuestra base	45	Cooperación intergeneracional
	19 Tomar un enfoque feminista	47	Mecanismos de protección
	21 Monitoreo, evaluación y aprendizaje (MEA)	50	Cuidado restaurativo
	23 Acuerdos comunitarios	52	Elementos esenciales para tu paquete de herramientas
	24 Consentimientos	53	Espacios seguros de la YWCA
	25 Construcción de espacios seguros en acción – YWCA Kenia	54	Libro de trabajo de los Espacios seguros de la YWCA
26	Crear nuestro mosaico comunitario	70	Hacer un mosaico de un espacio seguro: Actividad
	26 Tu papel como facilitadora de espacios seguros de la YWCA	74	Preguntas orientadoras para la facilitadora de Espacios seguros de la YWCA
28	Nuestros estándares definitorios para espacios seguros	77	(Re)construir la confianza y la resiliencia
	32 Dignidad y respeto		Construcción de espacios seguros en acción
	33 Accesibilidad	11	Construcción de espacios seguros en acción – Isabelle
	34 Inclusión	13	Construcción de espacios seguros en acción – Un encuentro basado en la fe
	35 Seguridad y privacidad	18	Construcción de espacios seguros en acción – Daniela
	37 Confianza y comunidad	25	Construcción de espacios seguros en acción – YWCA Kenia
		78	Recursos de la YWCA Mundial
		78	Reconocimientos
		79	Notas finales



Somos mosaicos, unidos por palabras.
Brillamos en diferentes matices,
Unos en verde calma, otros en rojo dolor,
Tejiendo paz entre los grises.



Unas palabras de la YWCA Mundial

El Espacio seguro de la YWCA se basa en una historia y una experiencia notables, así como en tecnologías cambiantes y contextos socioeconómicos y políticos. El Espacio seguro de la YWCA sirve como un concepto importante que es escalable, personalizable y se aplica a las necesidades específicas de las personas en sus comunidades locales, abordando diferentes temas relevantes y conectándolas con recursos, información y oportunidades. Con los cambios tecnológicos, estos espacios seguros han comenzado en el mundo virtual, conectando a mujeres de todas las edades más allá de las barreras geográficas y creando juntas una comunidad compartida.

En el lugar de trabajo, en el mercado, en una sala de chat, en una aplicación o en casa... las mujeres, las jóvenes y las niñas navegan por una amplia gama de espacios a lo largo de sus vidas. Y, sin embargo, muchas veces estos espacios no son entornos acogedores para ellas. Muchos espacios, ya sean formales o informales, públicos o privados, virtuales o presenciales, envían recordatorios a las mujeres, jóvenes y niñas de que no pueden ser ellas mismas, de una manera auténtica. En pocas palabras, muchos espacios no están diseñados para mujeres, jóvenes y niñas, y no priorizan su bienestar.

Sin lugar a dudas, la humanidad ha logrado muchos avances en materia de equidad de género. Sin embargo, las estructuras patriarcales y las injusticias sistémicas siguen impactando a las mujeres, jóvenes y niñas. Alrededor del mundo, las dinámicas culturales determinan cómo se trata a las personas. En algunos casos, las mujeres se enfrentan a diario a la violencia y al trato indigno. En otros casos, las mujeres pueden parecer libres y autónomas y aun así sufrir daños. Lamentablemente, los actos de injusticia (acoso, violencia sexual y de género, discriminación y

abuso, por nombrar algunos) son comunes en las vidas de mujeres, jóvenes y niñas a medida que transitan por diferentes espacios. Las cicatrices de estas acciones pueden no ser visibles y, sin embargo, señalan una violación de la seguridad psicológica y emocional.

Es por esto que es importante crear oportunidades intencionales para el encuentro, especialmente para mujeres, jóvenes y niñas.

Para dejarlo en claro, los espacios seguros de encuentro no pretenden negar las realidades de las personas, las comunidades o el mundo. En cambio, pueden ofrecer un respiro. Pueden crear entornos tranquilos, lejos de la crítica constante. Pueden brindar oportunidades para que las personas vulnerables compartan. Pueden fomentar las condiciones para presentarnos como la versión auténtica de nosotras mismas, espacios donde continuamos practicando nuestras habilidades de liderazgo. Pueden ser lugares para formar y profundizar los lazos comunitarios. Y, para las mujeres, jóvenes y niñas, tener acceso a espacios donde sienten que pertenecen es fundamental para la salud y el bienestar.

Esta Guía, Nuestros espacios, espacios de poder, cuenta la historia de cómo y por qué la práctica de los espacios seguros puede ser transformadora. Y, en el corazón de cualquier acción transformadora, hay un profundo sentido de compromiso, aceptación y pertenencia. Con esto en mente, esta Guía es una plantilla personalizable para crear la tuya. Agregar tu contexto particular a esta Guía ayuda a que tu espacio seguro sea culturalmente relevante. Desarrollar los estándares definitorios de esta Guía te permitirá crear un entorno acogedor.

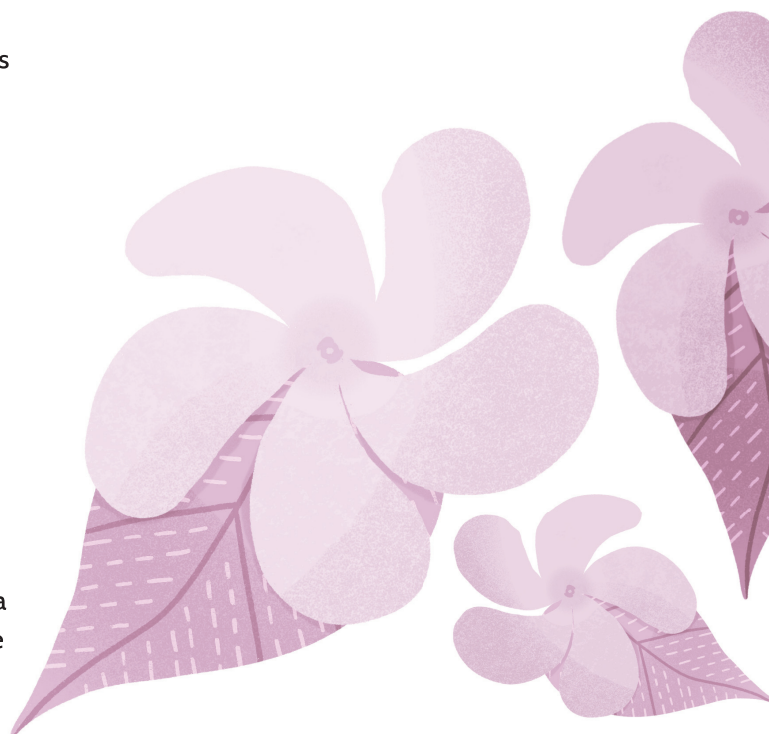
Este documento representa una actualización oportuna de la Guía de Espacios seguros de la



YWCA. Pero, ¿por qué actualizar un recurso que durante años ha apoyado a mujeres, jóvenes y niñas en su encuentro? En resumen, nuestro mundo está cambiando y necesitamos cambiar con él. A medida que los desafíos sociales se vuelven más complejos, el movimiento feminista global debe responder de maneras que amplíen los fundamentos de nuestros ancestros y ancestas. Colectivamente, podemos avanzar en la solución de los temas más urgentes del mundo basando nuestros esfuerzos en rasgos feministas, como la empatía, la compasión y la equidad. Al reflejar las realidades actuales del mundo en esta Guía actualizada, podemos seguir fomentando conexiones a nivel humano y cultivando la próxima generación de personas líderes. Como práctica, los Espacios seguros de la YWCA no buscan la salvación en ningún momento. En cambio, se trata de la transformación colectiva con aportes, rendición de cuentas y recompensas compartidos.

Cada persona tiene el poder de crear el cambio, pero primero debemos desbloquear nuestra capacidad de agencia. Es por esto que los espacios de encuentro son tan importantes. Estos espacios pueden servir para muchos propósitos. Pueden ser lugares para acceder a información, construir una red social, desarrollar confianza, practicar habilidades de liderazgo, recibir apoyo, expresar ideas, entretenerse, aprender nuevos temas o celebrar éxitos. Como espacios intergeneracionales, también podrían ser lugares para practicar la reciprocidad entre mujeres y niñas. Independientemente de qué es lo que reúne a mujeres y niñas, el acto del encuentro es poderoso. Cuando estamos en espacios dedicados, rodeadas de apoyo y seguridad constantes, sucede algo mágico. Las mujeres y las niñas comienzan a florecer como personas y a expandir su capacidad colectiva como agentes de cambio.

Es importante reconocer la realidad de que ningún espacio es 100 % seguro. Las mejores intenciones y una planificación cuidadosa aún pueden dar lugar a ocasiones de daño, estigma, juicios, estrés, violaciones o desencadenantes emocionales. Nombrar y abordar esta realidad lamentable es clave. El trabajo hacia la equidad de género es un esfuerzo colectivo. En los últimos años, las mujeres, jóvenes y niñas se han visto profundamente afectadas por los acontecimientos mundiales. A medida que las mujeres, jóvenes y niñas de todo el mundo siguen respondiendo ante el cambio climático, el conflicto, la inestabilidad económica y la COVID-19, invertir en espacios seguros es ahora más importante que nunca. Como convocantes del movimiento feminista, debemos solidarizarnos con otras personas para darle forma al futuro. Este es el camino a seguir para construir poder colectivo, influir en el cambio y celebrar el poder transformador de las mujeres, jóvenes y niñas.





Nuestro equipo siempre está aprendiendo, y nos encantaría que nos contaras cómo has aplicado estos Espacios seguros: **Contáctanos si tienes alguna pregunta (getinvolved@worldywca.org)**. Hay una red comprometida de líderes diversas, intergeneracionales y multidisciplinarias que están dispuestas a apoyarte en tu camino. Es un honor para nosotras apoyarlas en nuestro camino común de liderar un movimiento sostenible que incluya a todas las personas en todas nuestras diversidades. Comparte tus aprendizajes con nosotras.



Declaración artística

La YWCA Mundial tiene una larga trayectoria ayudando a mujeres a construir espacios. Desde su primera iteración hace más de 150 años, se ha convertido en una práctica que las mujeres, jóvenes y niñas de todas las edades pueden utilizar para crear un cambio real y con impacto en sus comunidades.

Concepto creativo

A medida que desarrollamos el concepto visual para Nuestros espacios, espacios de poder, quisimos rendirles homenaje a los coloridos e históricos patrones de mosaicos: la talavera en México y la tradición marroquí del zellige, por nombrar algunos. Al crear un patrón con los mosaicos, una persona artista puede comenzar a bocetear un diseño. Luego podría trabajar para encontrar piezas que se ajusten al diseño. Las piezas pueden ser pequeñas o grandes, brillantes u opacas, irregulares o lisas. Luego se juntan todas las piezas y se unen entre sí. Cada pieza es única. Algunas pueden estar intactas y otras, agrietadas. Pero cuando se unen, cambian para formar algo fuerte y hermoso. Este es el mismo concepto que abrazamos con los encuentros de Espacios seguros de la YWCA. Mujeres, jóvenes y niñas en todas sus diversidades se reúnen. Cada una necesitaba, en su plena autenticidad, crear el cambio transformador que sucede en estos encuentros. Algunas, radiantes de esperanza e ideas. Otras, con la necesidad de que las personas den fe de sus verdades. Cualquiera que busque una comunidad para discutir temas que culturalmente



son tabú o sensibles. Y quizás, aquellas personas que quieran colaborar en el avance de la equidad de género. Estos encuentros ayudan a liberar el potencial de las mujeres, jóvenes y niñas al unirse y reconocer la interdependencia y la incertidumbre del camino a seguir para impactar sus vidas, familias y comunidades. A medida que navegas por esta Guía, esperamos que la fluidez de las imágenes te inspire a adoptar ideas nuevas y frescas para crear Espacios seguros de la YWCA organizados y exclusivos para las necesidades de tu comunidad.

Así como los mosaicos se extienden unos sobre otros para crear hermosos patrones, los espacios seguros impulsan el movimiento feminista. A medida que uses esta Guía, encontrarás oportunidades para lograr cambios impactantes en tu comunidad: un encuentro a la vez. Las participantes comparten sus experiencias, conocimientos y perspectivas con el grupo. Imagínate colocando tus propios mosaicos, donde la confianza, la conexión y la empatía son el cemento que nos une. Considera cada encuentro, punto de contacto o intercambio de diálogo como una oportunidad para agregar tu propio mosaico al movimiento, para cocrear en sororidad.

Cómo usar esta Guía

La Guía de Espacios seguros de la YWCA es para las comunidades globales de mujeres, jóvenes y niñas con un deseo colectivo para discutir temas, compartir experiencias, elaborar estrategias, celebrar y mucho más. Está destinada a personas que se reúnen en función de identidades compartidas y a personas que desean reunirse a pesar de las diferencias raciales, de género, religiosas, nacionales, étnicas, sexuales y etarias.



Llamamos a los encuentros Nuestros espacios, espacios de poder, pero te alentamos a que tengas creatividad con el lugar donde organizas las reuniones y con el nombre que les pones. Siempre que se cumplan los estándares definitorios, tu encuentro será un espacio seguro. Algunas personas evitan llamar a sus reuniones un espacio seguro. La elección de un nombre para el encuentro refuerza la base de la identidad del grupo e introduce un sentido de pertenencia, aumenta la rendición de cuentas y mejora la motivación entre las participantes. Si bien elegir un nombre puede no generar estos beneficios de inmediato, es un buen punto de partida.

Traducciones

Las personas que estén traduciendo esta guía deben tener en cuenta que el significado de ciertas palabras y frases puede cambiar al traducirlas. Por ejemplo, si en su comunidad está prohibido tener ciertas discusiones (es decir, sobre sexo, sexualidad o género, etc.), recomendamos eliminar ese contenido específico o dejar la página vacía, pero indicando que refleja contenido que fue eliminado debido a las leyes de censura locales. Mantener la página del documento donde estaba el contenido original es un acto de activismo en sí mismo.

Nuestros espacios, espacios de poder se traducirá a varios idiomas para que las mujeres, jóvenes y niñas tengan impacto en sus comunidades alrededor del mundo. Sin embargo, es posible que ciertas palabras o frases no se traduzcan bien. Es importante trabajar con una persona traductora capacitada en edición y corrección de textos desde una perspectiva feminista y que comprenda conceptos de patriarcado, poder colectivo y liderazgo compartido. Cuando creamos espacios seguros, participamos en diálogo con otras personas de una manera que sea respetuosa e invite a todas las personas a la conversación.

A lo largo de esta guía, cuando decimos "mujeres", nos referimos a una categoría general de personas, en toda su diversidad, como una categoría no biológica. Esto significa que incluimos a todas las personas que se identifican como mujeres o no binarias, de todas las edades, ya que creemos en el poder de las voces intergeneracionales e intrageneracionales en estos espacios compartidos.

Espacio seguro

Lugares, ya sea presenciales o en línea, creados para proporcionar un entorno en donde todas las personas se sientan seguras y cómodas, y puedan compartir sus experiencias, opiniones y puntos de vista sin miedo o amenaza de un daño político, económico o personal.

Encuentro

Una reunión o una unión entre personas para un fin específico, que puede variar en duración y formato.

Agencia

Describe la capacidad de una persona o de un grupo de personas para actuar independientemente y tomar sus propias decisiones libres. La agencia puede estar limitada o influenciada por discriminación basada en género, etnia, raza, discapacidad, clase social, etc.

¿Por qué nosotras? ¿Por qué ahora?

Existe una necesidad cada vez mayor de que nosotras, como mujeres, jóvenes y niñas, tengamos espacios dedicados. En entornos de confianza, podemos interactuar libremente, compartir nuestras historias y explorar nuevas ideas. Si bien es importante involucrar a hombres y niños, los espacios específicos de género pueden brindar entornos para conversaciones críticas que de otra manera no podrían suceder. Reconocemos la importancia de incluir diversas perspectivas (agnósticas de género) para la inclusión, la innovación y el cambio. Sin embargo, las mujeres, jóvenes y niñas (muchas ya enfrentamos múltiples formas interrelacionadas de opresión) tenemos necesidades únicas cuando se trata de compartir nuestra voz. Lamentablemente, a menudo somos menos propensas a expresar nuestras opiniones, hacer preguntas y ocupar espacio cuando los sistemas en los que vivimos promueven creencias de que nuestras voces no importan.

Excluir las voces de las mujeres, jóvenes y niñas es una pérdida para todas las personas. Necesitamos un respiro de los espacios donde nuestras contribuciones no están puestas en el centro, ¡y debemos aprovechar las oportunidades para compartir nuestras experiencias, ideas y preguntas! Los **Espacios seguros** de la YWCA prestan recursos vitales e información para las mujeres, jóvenes y niñas al motivarnos a explorar críticamente lo que queremos para nosotras mismas y para nuestras comunidades junto a otras personas. Estos espacios brindan apoyo para discutir temas sensibles, desafiar normas sociales y explorar acciones valientes.

A lo largo de la historia y alrededor del mundo, han existido espacios exclusivos para mujeres y se siguen ofreciendo entornos dedicados para este fin. En definitiva, la intención de los Espacios seguros de la YWCA depende de las participantes. Queremos que las participantes hagan de estos **encuentros** y de los rituales que ocurran allí algo exclusivamente propio. Algunos espacios pueden apoyar el bienestar, mientras que otros se centran en la acción política. Algunos pueden abordar un nuevo tema en cada encuentro, mientras que otros se desarrollan en base a discusiones anteriores. Independientemente del espacio, nuestra intención es que las participantes de los Espacios seguros de la YWCA experimenten encuentros que las empoderen a ser su versión auténtica y enciendan la **agencia** dentro de todas nosotras. El impacto de estos encuentros ha sido profundo. Los espacios dedicados a mujeres, jóvenes y niñas contienen un tipo de magia que nos motiva a actuar y transformar nuestras vidas y las vidas de quienes nos rodean.

Feminista

Describe un enfoque que sitúa la transformación de las relaciones de poder, y especialmente de las relaciones de poder entre los géneros, en el centro de todos los análisis y procesos de cambio social. Las intervenciones feministas para lograr el cambio se centran en el empoderamiento de las mujeres y de otros géneros marginados, la transformación de las relaciones de poder entre los géneros y el progreso de la igualdad de género. Las intervenciones feministas para lograr el cambio a menudo se perciben a través de una “perspectiva de género”, es decir, planteándose si el proceso de cambio aborda conscientemente la igualdad de género y los derechos de las mujeres y si el proceso de cambio consigue avances en estas dos áreas.

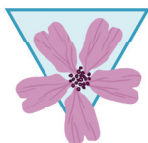
Cambio transformador

Va más allá del cambio incremental, hacia cambios que alteran el contexto en el que tienen lugar. El cambio incluye el proceso de aprendizaje y las experiencias que contribuyen a un cambio para hacer las cosas o pensar de manera diferente. Altera lo que se hace, no cómo se hacen las cosas, y nos ayuda a comprender el mundo en el que vivimos.

Una meta central de los Espacios seguros de la YWCA es que las participantes se sientan psicológicamente seguras al compartir ideas, experiencias, preguntas y sueños. Esto significa que las participantes no sean castigadas, humilladas o ignoradas por compartir, sino que sean recibidas con curiosidad, reciprocidad, cuidado y celebración. Para algunas mujeres, jóvenes y niñas, es natural abstenerse de compartir sus propias ideas u ofrecer un punto de vista diferente en respuesta a la idea de otra persona. Esto es cierto sobre todo cuando no sentimos comodidad en nuestro entorno. Cuando nos falta un sentido de seguridad psicológica, se desencadena una respuesta de estrés que limita las funciones cognitivas. Esto significa que funcionamos desde la zona de trauma de nuestro cerebro, en lugar de desde la parte de funcionamiento ejecutivo que nos permite tomar mejores decisiones.¹ Dentro de los Espacios seguros de la YWCA, la franqueza y la vulnerabilidad están normalizadas. Nuestra esperanza es que, a medida que las participantes avancen en esta Guía y participen en Espacios seguros, adquieran confianza al comprender que sus ideas y voces no solo son importantes, sino que es necesario compartirlas para lograr el cambio transformador individual y colectivo deseado.

El fin de esta guía es compartir recursos probados y orientación para cultivar y mantener los Espacios seguros de la YWCA. Se espera que sea práctica y fácil de usar para comunidades de mujeres, jóvenes y niñas de todo el mundo. Brinda una guía paso a paso sobre cómo desarrollar encuentros utilizando las prácticas de Espacios seguros de la YWCA. Los estándares definitorios se basan en principios **feministas** y fomentan el desarrollo del liderazgo y la colaboración de las participantes. Dependiendo del contexto, la práctica de los espacios seguros puede ser una herramienta para el cambio, el impacto y la autoexpresión. Los recursos de esta Guía están diseñados para ayudar a las facilitadoras y participantes a desarrollar programas de Espacios seguros de la YWCA personalizados con monitoreo, evaluación y aprendizaje (MEA) en apoyo de mujeres, jóvenes y niñas, con la meta final de lograr mejores resultados individuales y comunitarios.

Nuestra meta con esta guía es guiar a las personas lectoras a través de nuestras recomendaciones para estructurar un encuentro de Espacios seguros eficiente. Creemos que al incorporar los estándares definitorios en estos espacios, las participantes pueden participar en actividades y conversaciones que conducen al cambio transformador individual y colectivo. "Cambio transformador" significa cambiar la manera en que vemos, entendemos, respondemos y logramos las cosas. No se trata sólo de hacer un poco más o menos de algo que ya estamos haciendo, sino de un cambio significativo. Un **cambio transformador** suele empezar como algo pequeño, pero es estratégico. Los Espacios seguros de la YWCA no solo tienen interacciones transformadoras con las participantes, sino que también las participantes están capacitadas para compartir sus aprendizajes y comprensiones con otras en sus familias y comunidades. Esto conduce a facilitar cambios en las normas sociales.



Construcción de espacios seguros en acción: Isabelle

Isabelle creció en una parte de Camerún donde las personas no discriminaban entre niños y niñas. A los 16, su familia se trasladó al norte de Camerún. A las niñas y los niños no se les permitía relacionarse entre sí; las niñas eran obligadas a faltar a la escuela durante la menstruación y se casaban a los 13 años. Para protestar contra esta desigualdad, Isabelle comenzó a crear espacios seguros para las mujeres jóvenes y sus personas tutoras. Habló con ellas sobre la violencia de género, los matrimonios infantiles y los estereotipos en torno a la menstruación, y abordó sus puntos de vista y perspectivas de una manera culturalmente sensible.

Se convirtió en una reconocida activista de los derechos de las mujeres en la región. Las madres jóvenes se acercaban para comprender más sobre la salud y los derechos sexuales y reproductivos (SDSR) y le decían: “Deseo que nuestra hija sea como tú cuando crezca”. Un año después, algunas personas la motivaron a unirse al movimiento de la YWCA, y así lo hizo.

Como mujer joven y líder, Isabelle facilita conversaciones y capacitaciones sobre espacios seguros para mujeres jóvenes y niñas. Moviliza a infancias de 10 a 14 años para que comprendan la salud y los órganos reproductivos, el primer período y las supersticiones sobre la menstruación. Con juventudes de 15 a 25 años, propone soluciones para abordar sus desafíos en torno a la

planificación familiar, la salud mental, las oportunidades de subsistencia y las habilidades de liderazgo.

En Camerún, algunas niñas se ven obligadas a abandonar la escuela y casarse jóvenes, lo que da lugar a embarazos precoces. La falta de educación y, en consecuencia, de una fuente individual de ingresos las hace dependientes de sus maridos. Todos estos factores tienen un impacto significativo en su salud física y mental.

“No es fácil cambiar la mentalidad, especialmente la de responsables parentales”, se lamenta Isabelle, haciendo énfasis en la necesidad de tener conversaciones intergeneracionales.

Ella puede ver la influencia de su trabajo en la creación de una poderosa comunidad de mujeres jóvenes que se inscriben en las escuelas para desarrollar sus habilidades, inician pequeños negocios locales o aprovechan nuevas oportunidades laborales. Hoy, docentes locales quieren que sus estudiantes escuchen a Isabelle. Adolescentes de 13 años aspiran a convertirse en líderes como ella.

Las madres jóvenes reconocen sus incansables esfuerzos por el empoderamiento de las mujeres, y la alcaldía local cree que “es una mujer joven que está floreciendo. Y una vez que lo haga, será conocida en todo el mundo”.

Empoderamiento

El proceso de delegar poder en una persona o un grupo de personas o de restituirse. El empoderamiento a menudo ayuda a las personas a hacerse más fuertes, tener más confianza en sí mismas y ejercer un mayor sentido de agencia y un mayor control sobre sus vidas, sus derechos y sus decisiones.

Historia: Nuestro pasado, presente y futuro colectivo

Basado en la fe

Describe algo (como una organización, un movimiento o un enfoque) cuyos valores o cuya misión se basan en alguna fe o sistema de creencias.

En 1855, la YWCA (una de las organizaciones feministas **basadas en la fe** más grandes y antiguas) proporcionó por primera vez alojamiento seguro a mujeres jóvenes que llegaban a Londres en busca de empleo. Esto marcó la primera idea de los Espacios seguros de la YWCA. Hoy en día, las YWCA de comunidades locales de más de 100 países alrededor del mundo siguen brindando espacios seguros, sirviendo a más de 25 millones de mujeres, jóvenes y niñas de todas las edades. Mientras que la idea detrás de los Espacios seguros primero surgió como un espacio físico real, la práctica ha evolucionado hacia cualquier espacio donde mujeres, jóvenes y niñas se reúnan. A lo largo de los años, los Espacios seguros de la YWCA han significado muchas cosas y han tenido varios fines: refugios de emergencia para personas sobrevivientes, grupos de apoyo para mujeres que viven con VIH, encuentros para conversaciones e inspiración ecuménicas abiertas, y celebraciones de nacimientos, por nombrar algunos. Estos espacios están muy arraigados en los movimientos de justicia social. Los Espacios seguros de la YWCA les brindan a las participantes un entorno solidario y controlado para compartir sus verdades, dar testimonio de historias, aprender, practicar nuevas habilidades, tomar la iniciativa y crear un cambio real.

Cabe señalar que, si bien la YWCA es una organización basada en la fe, la práctica de espacios seguros es agnóstica a cualquier religión. Las tradiciones basadas en la fe, de todo tipo, han sustentado la riqueza de muchas creencias y valores comunitarios en todo el mundo. Estas tradiciones apoyan la creación de oportunidades de crecimiento, liderazgo y poder para alcanzar una visión común: paz, justicia, libertad y dignidad para todas las personas. Al pensar en espacios seguros, para algunas personas, puede ser reconfortante tener un santuario basado en la fe para la oración y las prácticas espirituales. Para otras, los espacios espirituales pueden ser desencadenantes de emociones complejas o daños pasados. Es importante poner en práctica los espacios seguros de maneras que reconozcan y respalden las necesidades únicas tuyas y de las participantes.





Construcción de espacios seguros en acción: Un encuentro basado en la fe

Durante un encuentro de 100 personas jóvenes con visiones ecuménicas, nueve mujeres jóvenes del movimiento de la YWCA dirigieron un taller basado en los principios del espacio seguro destinado a contextualizar el concepto de inclusión y explorar los espacios seguros y su potencial como una herramienta poderosa para el liderazgo transformador y la justicia dentro del espacio de fe. El taller de diseño de espacios seguros reunió entre 10 y 20 participantes de diferentes partes del mundo, todas reunidas físicamente en una sala para participar y sumergirse en conjunto en el concepto de espacios seguros. Se alentó a todas las participantes a compartir sus puntos de vista y experiencias sobre cómo construir, facilitar y practicar espacios seguros, fortaleciendo al mismo tiempo la confianza, el aprendizaje, el intercambio, la rendición de cuentas y la movilización como comunidad. El espacio seguro exploró el significado

de “seguro” e invitó a la reflexión colectiva sobre cómo habilitar un espacio donde todas las personas se sintieran incluidas y donde la dignidad y el respeto prevalecieran en todo momento. Uno de los principales aportes fue repensar el concepto de espacios seguros. Todas las personas podemos convertirnos en un espacio seguro para una misma y para las demás personas. Presentarse de esta manera puede ser una herramienta que respalde conversaciones colectivas muy necesarias sobre las juventudes y sus derechos humanos. Se mostró cómo los espacios seguros pueden utilizarse como herramienta para facilitar conversaciones entre personas integrantes del equipo recientemente reunidas para entablar debates sobre temas críticos, como el papel de la fe y las organizaciones y personas ecuménicas para facilitar conversaciones más seguras.

Espacios seguros de la YWCA

Las ideas sobre la “seguridad” han crecido y cambiado con el tiempo y en las distintas culturas. En algún punto del camino, se arraigó una definición predominante de seguridad. La sociedad comenzó a normalizar la idea de que la seguridad debe verse y sentirse igual para todas las personas, independientemente de las identidades cruzadas. De manera similar, la sociedad empezó a aceptar la idea de que la seguridad se puede dar por sentada, o, en otras palabras, la creencia errónea de que la seguridad existirá automáticamente si se cumplen ciertas condiciones. No es sorprendente que estas ideas sobre la seguridad limiten la capacidad de las personas de reunirse de manera significativa. En realidad, los contextos sociales y culturales determinan en gran medida cómo una persona experimenta la seguridad. La seguridad no puede existir sin una comprensión profunda de las necesidades de las personas en todas sus diversidades, sin mencionar el reconocimiento de las formas complejas en las que la cultura interactúa con los sistemas de opresión. Y sin seguridad, las personas se ven limitadas en sus esfuerzos por compartir colectivamente sus experiencias, explorar nuevas formas de ser y combatir temas que les importan.

Un Espacio seguro de la YWCA busca crear un entorno accesible e inclusivo donde las participantes se sientan seguras, valoradas, apoyadas y empoderadas. Es un encuentro en el que personas de todos los orígenes, especialmente mujeres, jóvenes y niñas, que a menudo enfrentan mayores barreras para acceder a oportunidades y recursos, pueden reunirse para conectarse, aprender y participar. Es un espacio donde las participantes pueden compartir libremente sus opiniones, experiencias e información, sin miedo o amenazas de daño o abuso. Es un espacio arraigado en el poder transformador y colectivo del feminismo, donde, como mujeres, jóvenes y niñas, estamos en el centro de nuestro empoderamiento y podemos crear cambios duraderos en las vidas de las demás personas y en nuestras comunidades.

Los Espacios seguros de la YWCA son una práctica que es personalizable, escalable y adaptable para satisfacer las necesidades y el fin de un espacio o comunidad en particular. Están guiados por un conjunto de estándares definitorios arraigados en los principios feministas. Un espacio seguro puede ser cualquier lugar donde las participantes se reúnan según normas y comportamientos culturales. Estos encuentros pueden cobrar vida en un centro comunitario, en el sótano de un lugar de reunión basado en la fe, junto al río donde se lava la ropa, en una sala de chat o en una aplicación móvil. Independientemente de la ubicación, los espacios seguros brindan lugares de apoyo para practicar nuevas habilidades, discutir temas importantes que no siempre se abordan públicamente (p. ej., salud y derechos sexuales y reproductivos, abuso, planificación familiar, salud mental, etc.), enfrentar desafíos, tomar la iniciativa, construir una comunidad, así como convertirse en personas líderes y creadoras de cambios.



Poder

La capacidad o la habilidad para influir en el comportamiento de otras personas o en el curso de los acontecimientos, a través de la acción individual y al contribuir a los esfuerzos colectivos.

Por qué los espacios seguros son importantes y necesarios

Los espacios seguros pueden ser refugios donde las conversaciones en confianza son la moneda para el bienestar social, emocional y mental. Independientemente de cómo se presenten, los espacios seguros son lugares donde las mujeres, jóvenes y niñas se reúnen, construyen sistemas de apoyo y validan sus experiencias. Todos estos son elementos cruciales para promover la pertenencia, fortalecer la resiliencia y desarrollar el liderazgo. Los Espacios seguros de la YWCA permiten que las participantes sean ellas mismas. Brindan oportunidades para que las participantes compartan sus deseos para el futuro, reconozcan el dolor de otras personas y celebren los éxitos individuales y colectivos. Estos encuentros pueden variar desde reuniones comunitarias para conversaciones políticas a fiestas de baile para la expresión personal.

Los espacios seguros son espacios valientes

La valentía es un valor compartido en espacios entre organizaciones humanitarias feministas que modelan y debaten sobre el **poder** positivo. En esencia, los espacios valientes son espacios físicos y dialógicos donde la comunicación se involucra activamente frente al riesgo, donde el desacuerdo tiene valor y donde nos comprometemos a afrontar la incomodidad.² Demostrar valentía dentro de un espacio seguro es esencial para apoyar a las mujeres, jóvenes y niñas mientras cuestionan, descubren y transforman el poder de manera individual y colectiva. Fomentar el liderazgo y la participación entre las participantes es una parte clave de la práctica de los Espacios seguros de la YWCA.

Los espacios valientes y los espacios seguros pueden parecer estar en lados opuestos del espectro (uno de incomodidad y otro de seguridad), pero esto no es cierto. Ambos defienden un entorno de seguridad psicológica y reconocen el valor de las opiniones de las demás personas. Sin embargo, aunque la seguridad psicológica y la seguridad física están estrechamente relacionadas, los espacios seguros no siempre implican una seguridad física literal frente a la violencia. A veces son un lugar de refugio, descanso o celebración.

La tecnología y los espacios seguros

Cada vez más participantes utilizan espacios seguros y aprenden cómo implementarlos en sus casas, lugares de trabajo, comunidades y relaciones personales. Con los avances tecnológicos, los cambiantes panoramas de comunicación, y los variables contextos sociopolíticos, económicos y culturales, no resulta sorprendente que los espacios seguros también cambien. Estos cambios continúan evolucionando la forma en la que se crean espacios seguros y a quiénes se llega a través de nuevos niveles de participación. Por ejemplo, los cambios producidos durante la pandemia por COVID-19 reforzaron la adaptación de espacios seguros para el ámbito virtual. Las mujeres continuaron apoyándose entre sí construyendo comunidades y comprometiéndose con ellas a través de espacios seguros, utilizando herramientas tecnológicas. Un cambio del mundo físico al virtual implica que los espacios seguros pueden existir en cualquier lugar y conectarnos más allá de las barreras geográficas. Depende de cada grupo decidir qué tipo de encuentro funciona mejor: presencial, en línea o móvil. Algunos grupos pueden ceñirse a una forma, mientras que otros pueden elegir un enfoque híbrido para sus encuentros. Independientemente de cómo se presenten estos espacios seguros, es importante que sean accesibles e inclusivos. Los aspectos comunes entre todos los espacios seguros son las sensaciones de seguridad, apoyo y empoderamiento que entrelazan a las personas en una comunidad de unidad.



Advertencia

Incluso con las mejores intenciones, es importante señalar que no todas las desigualdades y formas de opresión pueden abordarse en todos los espacios. Por lo tanto, ningún espacio puede ser 100 % seguro. Dado que ningún espacio seguro puede anticipar y planificar todos los factores desencadenantes, es esencial prepararse identificando formas de abordar los desafíos y ofrecer apoyo concreto para reducir el daño potencial. Consulta las secciones de **Mecanismos de protección** y **Cuidado restaurativo** para obtener más información sobre cómo proteger el espacio y promover la sanación y el aprendizaje en caso de que ocurra algún daño.



Identities intersecadas y espacios seguros

La desigualdad basada en el género afecta a las mujeres, jóvenes y niñas en comunidades de todo el mundo. Sin embargo, no todas las desigualdades se experimentan de la misma manera. Las experiencias de desigualdad se componen por nuestras identidades intersecadas que pueden incluir raza, género, sexualidad, religión, clase, etnia, nacionalidad y discapacidad. Reconocer y comprender cómo nuestras identidades se intersecan es crítico para romper las barreras que impiden que sintamos seguridad. Hacerlo honra y reconoce nuestra humanidad. Pone de relieve la verdad de que, para algunas personas, la idea de los espacios seguros y valientes niega las realidades cotidianas que las personas racializadas, queer y marginadas de alguna otra forma enfrentan en las intersecciones que son inherentemente hostiles a sus identidades centrales. Para algunas personas, los términos “espacios valientes y seguros” pueden desencadenar sentimientos que niegan sus experiencias vividas. Es fundamental recordar esto al diseñar y darle vida a un espacio seguro, y hacer lo necesario para ayudar a las personas a sentirse apoyadas y valoradas. Esta Guía te ayudará a anticiparte y abordar los desencadenantes individuales y colectivos.

Las normas culturales y los espacios seguros

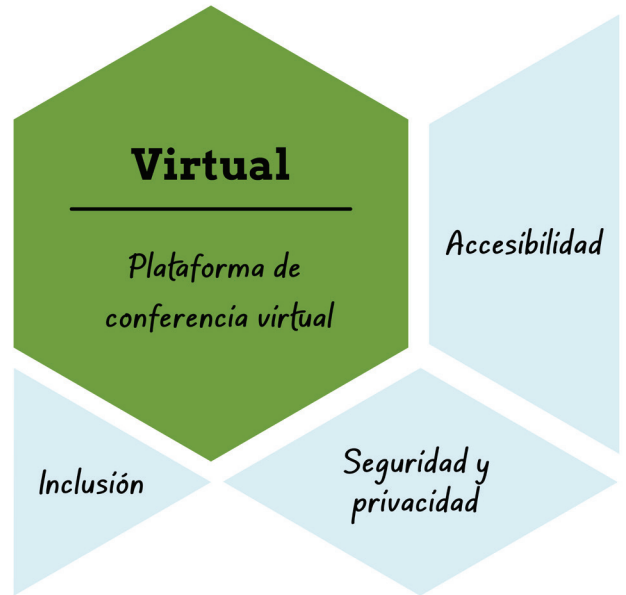
Para cultivar un espacio seguro, debemos también considerar cómo algunas de nuestras conductas pueden estar basadas en prácticas colonizadas. Es importante que los Espacios seguros de la YWCA sean lugares culturalmente seguros para resaltar la comunidad, las relaciones y las conexiones culturales. Al utilizar un enfoque culturalmente adecuado, reconocemos, validamos y honramos las normas sociales y comunitarias. Comprender las creencias, los valores y las actitudes culturales ayuda a las participantes a ejercer respeto, empatía y consideración por el bienestar de las demás personas presentes en el encuentro. Necesitamos interrogarnos intencionalmente sobre cómo mantenemos conductas y rituales que no promueven la inclusión. Por ejemplo, puede haber cosas compartidas durante un encuentro que no comprendamos. En estos momentos, cada una de las personas debe hacerse responsable de cómo podemos sentirnos afectadas y de nuestras reacciones subsiguientes. A veces, podemos sentir el impulso de atacar verbalmente o intentar ejercer control sobre la situación. En cambio, es importante recordar que no siempre necesitamos saber o tener respuestas. Al tomarnos un momento para detenernos y entender por qué nos sentimos afectadas, podemos comenzar a desaprender cómo los sistemas de opresión influyen en nuestra conducta.

Ejemplos de Espacios seguros de la YWCA:

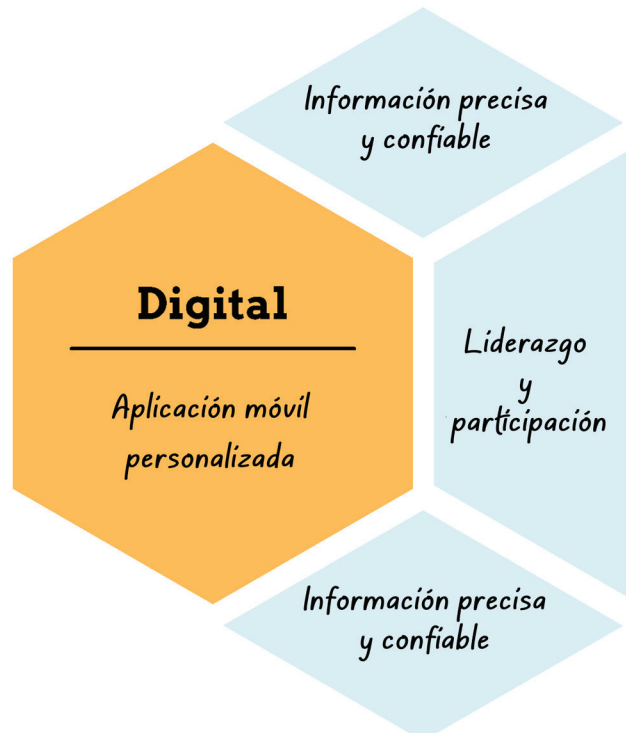
- Una sala física en un centro comunitario donde las mujeres pueden acudir para discutir y compartir discretamente recursos sobre salud y derechos sexuales y reproductivos.

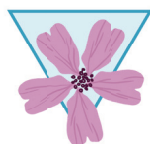


- Un espacio virtual seguro donde las mujeres se reúnen mensualmente en línea para hablar sobre los desafíos relacionados con la salud mental y dónde buscar apoyo.



- Una plataforma digital moderada que permite a las mujeres diseñar estrategias para acciones políticas sin revelar completamente su identidad.





Construcción de espacios seguros en acción: Daniela

En abril de 2020, si bien Daniela reconoció la necesidad de distanciarse socialmente, notó las formas en las que la pandemia aumentaba aún más las dificultades que enfrentaban las mujeres. Se sintió frustrada por la incapacidad de los gobiernos de todo el mundo para abordar la COVID-19 desde una perspectiva de género. En respuesta, implementó espacios virtuales para generar solidaridad feminista. “Creo sinceramente que es importante crear un sistema de apoyo en línea y que la conversación sobre la igualdad de género no debe quedar silenciada durante este tiempo. Al contrario, hay que amplificarla y hacerla más fuerte”. Pudo participar en un espacio virtual seguro donde fue vista y se dio cuenta de que proporcionaba la conexión que ella y otras mujeres buscaban. Al tener espacio para discutir una variedad de temas con mujeres en situaciones similares y con

experiencias parecidas, encontró el consuelo que necesitaba. Descubrió que estos espacios brindaban la oportunidad de reunirse para encontrar formas de apoyar activamente a las mujeres en nuestras comunidades, mientras continuamos la lucha por la igualdad. “Escuchar las soluciones que propusieron las participantes durante el espacio virtual seguro al que asistí confirmó que hay mucho poder cuando se intercambian ideas y se trabaja en equipo en línea, siempre que sea posible y de manera segura”. Daniela sabía que las mujeres de todo el mundo no podían esperar la respuesta del gobierno a los temas que las afectaban. Por eso, alentó continuamente a las mujeres a crear o participar en un espacio virtual seguro, creyendo que estos espacios pueden brindar apoyo que va desde el confort hasta la revitalización del activismo.



Preparar nuestra base

Un resultado clave de los Espacios seguros de la YWCA es inspirar un cambio transformador individual y colectivo. Con el tiempo, la magia que crece dentro de un espacio seguro puede tener un impacto significativo tanto en las participantes como en la comunidad en general. Dicho esto, sabemos que la transformación es un proceso que requiere tiempo y un esfuerzo reflexivo. Cuando nos reunimos con la meta de sentar las bases para un cambio transformador, es importante aclarar primero el propósito y el objetivo del encuentro. Para descubrir estas intenciones, podríamos hacernos preguntas como: ¿Qué queremos lograr durante estos encuentros? ¿Cómo queremos que las personas se sientan? ¿Qué esperamos que las personas hagan una vez que finalice el encuentro? Aclarar el motivo del encuentro promueve el respeto hacia las participantes.

Si bien el cambio individual y colectivo es la meta final de un Espacio seguro de la YWCA, primero debemos crear las condiciones para una conexión y un diálogo significativos. En otras palabras, debemos crear un espacio seguro. Pero los espacios seguros no surgen por casualidad. Requieren una planificación minuciosa y atención a las participantes. Para que un espacio sea seguro, es necesario que estén presentes los pilares fundamentales de la práctica de Espacios seguros de la YWCA. Esto significa que el encuentro (1) aplica un enfoque feminista, (2) incorpora un sistema de monitoreo, evaluación y aprendizaje, (3) se adhiere a un conjunto de acuerdos comunitarios y (4) practica el consentimiento.

Tomar un enfoque feminista

Para la YWCA, es esencial que se creen espacios seguros utilizando un enfoque feminista. Como uno de los pilares fundamentales para los espacios seguros, esto significa poner en el centro a las mujeres, jóvenes y niñas. De este modo, los espacios se convierten en contenedores confiables donde las participantes pueden compartir sus experiencias vividas, involucrarse críticamente, dismantlar sistemas rotos y deconstruir

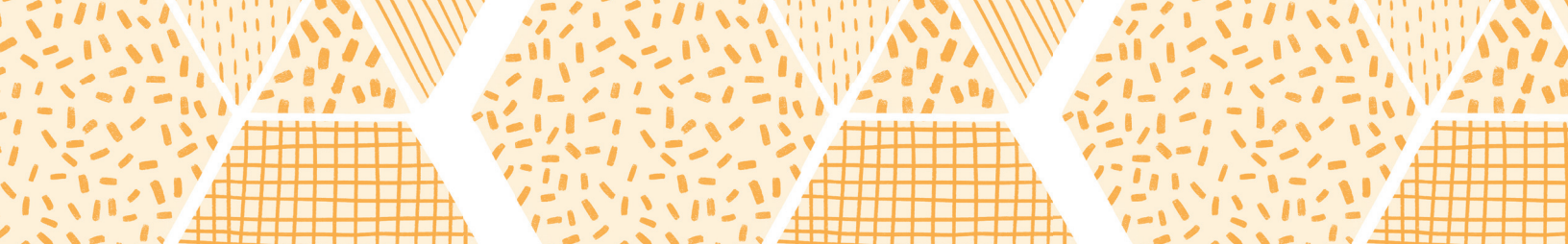
ideas patriarcales. Para defender activamente las ideologías feministas en espacios seguros, esta Guía sigue un enfoque feminista basado en estos principios fundamentales:

El poder del lenguaje

Las palabras tienen el poder tanto de fortalecer como de destruir a las personas. Teniendo esto en mente, es fundamental que las participantes de espacios seguros comprendan y se comprometan a utilizar un lenguaje acogedor y respetuoso. A lo largo del encuentro, considera el rol del lenguaje y la terminología para hacer que el espacio sea más inclusivo y accesible para las personas participantes, independientemente de su identidad, origen o experiencia. Motiva a las participantes a defender el valor de un espacio seguro utilizando un lenguaje no jerárquico ni discriminatorio y empleando una terminología neutral en cuanto al género.

Se puede demostrar respeto usando el lenguaje que las personas piden que se use y dirigiéndose a ellas como les gustaría que las llamen. Por ejemplo, reconocer a las personas por los pronombres que utilizan puede ser la primera señal de respeto por la identidad de una persona. Las personas facilitadoras pueden iniciar conversaciones en un espacio seguro compartiendo sus pronombres e invitando a las personas participantes a compartir cómo les gustaría que se dirigieran a ellas. Dicho esto, es importante señalar que esta y otras peticiones similares son siempre invitaciones. Muchas personas queer enfrentan violencia y riesgo de daño físico y psicológico al compartir sus identidades. Recuerda que el lenguaje describe a la vez que genera la realidad.

Es importante que un espacio seguro utilice los idiomas locales de sus participantes. El uso de idiomas locales ayuda a mejorar la comprensión e incide en la capacidad de las participantes para involucrarse. Los idiomas locales también pueden expresar ciertos sentimientos, conceptos y emociones que no se pueden traducir a los idiomas principales y pueden favorecer una comunicación más profunda.



No es raro que en cualquier encuentro en espacios seguros las participantes hablen distintos idiomas. Es importante entender cómo comunicarse eficazmente, especialmente cuando el idioma principal en el que se lleva a cabo el encuentro no es el primer idioma de una o más participantes. Podemos lograr esto siendo prudentes con el ritmo y el tono de nuestra conversación. Sin embargo, es fácil parecer condescendiente cuando se habla lentamente. Ten en cuenta cómo tu ritmo y tono son recibidos. Además, recuerda limitar la complejidad de tu vocabulario y utilizar un lenguaje sencillo, que evite el uso de palabras o frases complejas, términos de jerga y acrónimos. Haz que sea lo más fácil posible para todas las participantes comprender y participar en la conversación.

Obtén más información sobre cómo lograr un [Diseño para el lenguaje claro](#)³ en la [Metodología de consulta feminista](#) de la YWCA Mundial.⁴

Equilibrio de poder

El poder es una construcción social y la dinámica del poder puede surgir en muchos espacios. Se pueden diseñar espacios seguros donde las participantes experimenten su propio poder y el de las demás de manera equitativa. Los Espacios seguros de la YWCA funcionan mejor con un modelo de liderazgo participativo. Esto significa que todas las participantes comparten el poder y desempeñan un papel en el proceso de toma de decisiones. Para equilibrar el poder y crear transparencia, se alienta a los grupos a generar consenso en lugar de darle a una persona o grupo de personas la autoridad exclusiva para tomar decisiones. ¡Esto incluye a las facilitadoras! Se puede lograr garantizando que las participantes tengan voz y voto sobre dónde se realizarán los encuentros, qué temas se discutirán, así como estableciendo acuerdos comunitarios. Compartir el poder puede servir para amplificar voces y ayudar a compartir experiencias, ofrecer información vital y precisa y estimular acciones individuales y colectivas.

Promover la colaboración

Los espacios seguros son tan fuertes como el esfuerzo colaborativo que ofrecen sus participantes. De hecho, el impacto de un espacio seguro puede depender de la voluntad de las participantes de compartir la responsabilidad de cumplir las metas de cada encuentro. Una colaboración sólida requiere comunicación y un compromiso para lograr resultados compartidos. Un espacio seguro puede fomentar la colaboración al garantizar que todas las personas tengan la oportunidad de contribuir, rotar los roles de facilitación y compartir la propiedad de la creación, la sostenibilidad, los éxitos, los fracasos y los impactos de los encuentros. Los encuentros de colaboración sólidos tienen impactos positivos de largo alcance en las metas más amplias de los Espacios seguros de la YWCA. La colaboración fortalece las conexiones, la comunicación y el aprendizaje que conducen a un cambio transformador significativo.

Practicar la rendición de cuentas

Si bien nuestra visión del mundo está determinada por nuestras experiencias y perspectivas, debemos esforzarnos por ser personas reflexivas, presentes y responsables. Todas las personas estamos en un viaje hacia la mejora, y ese viaje inevitablemente implica cometer algunos errores en el camino. Cuando esos errores dañan a otras personas, es importante aceptar la responsabilidad y tomar la iniciativa para enmendarlo. En un espacio seguro, las participantes pueden responsabilizarse a sí mismas y a las demás hablando, reconociendo sus errores, aceptando las críticas y cumpliendo sus compromisos. Asumir la responsabilidad de la intención y el impacto de las acciones individuales y colectivas ayuda a desarrollar la confianza y fomentar relaciones significativas. Practicar la rendición de cuentas no es una cuestión de vergüenza, sino de aprendizaje. Puede haber cierta incomodidad al navegar el proceso, pero recuerda que es una oportunidad para crecer.

Practicar el cuidado personal y colectivo

En un mundo que a menudo explota el trabajo emocional, mental y físico de las mujeres, el acto de cuidado personal y colectivo es esencial para la preservación. Cuidar de una misma y del colectivo ayuda a construir resiliencia personal y garantiza la sostenibilidad del espacio seguro. ¡Esta es una oportunidad para experimentar y reimaginar lo que puede ser un espacio seguro! Diseña un espacio que contrarreste el agotamiento y el cansancio que experimentan muchas mujeres y niñas. Esto podría implicar compartir conocimientos, validar las experiencias de las demás personas, tomar descansos, ofrecer apoyo, proporcionar comida, bailar, cantar, reír y celebrarse unas a otras.

Monitoreo, evaluación y aprendizaje (MEA)

Como proceso, el monitoreo, la evaluación y el aprendizaje (MEA) ayudan a dar sentido a las actividades y al impacto de un programa. En otras palabras, el MEA proporciona un marco para comprender la eficacia de un programa y si está logrando o no los resultados deseados. Desde el principio, los encuentros deben incluir al menos un marco de MEA básico al seguir la práctica de los Espacios seguros de la YWCA. Esto no tiene por qué ser demasiado complicado. El proceso comienza con la comprensión y la definición clara de las metas de los encuentros. Para algunos encuentros, una meta podría ser proporcionar un espacio culturalmente apropiado y accesible para discutir temas de salud reproductiva. En otros, una meta podría ser dotar a las participantes de un sentido de empoderamiento propio y colectivo para usar sus voces. Sin medición y evaluación, es imposible saber si un encuentro o una serie de encuentros están teniendo el impacto transformador previsto. A menudo se observa que tener un solo encuentro no es transformador. Invertir tiempo y energía en MEA ayuda a determinar la eficacia del encuentro y garantiza el crecimiento y las devoluciones sociales positivas.

Monitoreo

El monitoreo consiste en recopilar información para comprobar si los encuentros están generando el impacto previsto. Es importante establecer metas mensurables para el impacto que deseas generar y realizar un seguimiento de esas metas mientras trabajas para lograrlas. Las métricas que puedes utilizar en tu evaluación de seguimiento incluyen: ¿Cuántas participantes se han unido a múltiples reuniones? ¿Qué edades tienen las participantes? ¿Cuántas personas dicen tener un sentido de pertenencia? ¿Cuántas participantes informan que utilizan técnicas de los encuentros en su vida diaria? ¿Cuántas participantes reportan mayor confianza en la toma de decisiones? ¿Cuántas participantes comparten recursos de los encuentros con otras personas en sus vidas? Con permiso, esta información se puede recopilar observando y tomando notas durante las reuniones, así como en grupos focales, encuestas y entrevistas individuales.

Evaluación

La evaluación explora la calidad de los encuentros y cómo las participantes están creciendo y aprendiendo. La fase de evaluación responde si los Espacios seguros de la YWCA están logrando las metas deseadas y explora los resultados previstos y no previstos de los encuentros. Esto es una oportunidad para reflexionar sobre los datos recopilados en la fase de monitoreo. Durante la evaluación, es importante dar sentido a la información de forma colaborativa, evaluar el progreso y desarrollar un entendimiento compartido sobre cómo seguir adelante.

Aprendizaje

La fase de aprendizaje consiste en cambiar y mejorar en función de la nueva información. Una vez que hayas monitoreado y evaluado los datos sobre tus encuentros, el último paso es reafirmar e incorporar aprendizajes para hacer que los Espacios seguros de la YWCA tengan mayor impacto. Es importante realizar cambios a medida que obtengas información útil, recordando siempre que algunos cambios pueden requerir discusión grupal,

consenso o recursos adicionales. Ser transparente acerca de por qué se están produciendo los cambios y cómo apoyan los objetivos de aprendizaje es crucial a la hora de poner en práctica los Espacios seguros de la YWCA.

Retroalimentación durante la sesión

La retroalimentación es un factor clave para generar confianza en el proceso de espacios seguros y fortalecer la confianza entre las participantes. Es un proceso de mejora continua y permite a las participantes cocrear y reimaginar la experiencia. Muchas facilitadoras de los Espacios seguros de la YWCA piden retroalimentación al final de cada sesión. Reservarse de 5 a 10 minutos al final de cada sesión para preguntar: “¿Qué salió bien?” y “¿Qué podemos mejorar?” es una forma rápida y eficaz de recopilar retroalimentación. Cuando se trata de recopilar retroalimentación, todas las opiniones son igualmente bienvenidas y válidas. Descartar la retroalimentación puede disuadir a las personas de hablar. Los ejemplos de retroalimentación pueden variar desde comentarios positivos como, “El encuentro tuvo excelentes conversaciones y todas las personas pudieron compartir”, hasta comentarios más críticos como, “Esta sala es ruidosa y hay demasiadas distracciones externas”. Las personas facilitadoras pueden usar la retroalimentación para cambiar la forma en la que conducen las sesiones futuras, manteniendo las actividades que funcionaron bien y realizando cambios basados en las sugerencias. Al igual que ocurre con la fase de aprendizaje en el proceso de MEA, algunas sugerencias pueden ser fáciles de incluir en los próximos encuentros, mientras que otras pueden necesitar más discusión o tiempo para incorporarlas.

Nos encantaría conocer cómo has aplicado los espacios seguros y cualquier idea que surja a medida que integras el monitoreo, la evaluación y el aprendizaje. Cada una de ustedes está generando un impacto y un cambio transformador en sus comunidades. **Comparte tus aprendizajes con nosotras:** getinvolved@worldywca.org

Algunos ejemplos de métricas de MEA podrían incluir:

- ¿Cuántos espacios seguros se planificaron y cuántos se llevaron a cabo?
- ¿Cuántas participantes asistieron regularmente a los espacios seguros? ¿Cuántas personas en total?
- ¿Cuántas horas de espacios seguros se realizan? ¿Son virtuales o presenciales?
- ¿Cuál es nuestro plan al organizar estos espacios seguros como parte de nuestra misión más amplia? ¿Cómo haremos seguimiento del cambio? ¿Aumentar el número de personas que asisten? ¿Consistencia? ¿Algún entregable?
- ¿Cuál ha sido el seguimiento después de las sesiones?
- ¿Estamos llegando a nuestro público meta?

Si los espacios seguros son parte de un programa más amplio, conectarse con la teoría del cambio es fundamental para garantizar que los espacios seguros sean vistos como un vehículo o una plataforma para el cambio. Algunos indicadores clave que pueden ayudar a mapear el cambio pueden ser los siguientes:

- ¿Cuáles son los aspectos más importantes que se necesitan para crear un espacio seguro para mujeres, jóvenes y niñas?
- ¿Cómo ha creado el programa espacios seguros para mujeres, jóvenes y niñas?
- ¿Qué te gustaría cambiar sobre la manera en la que el programa crea espacios seguros para las mujeres jóvenes? ¿Para cuándo? ¿Cómo haremos un seguimiento de esto a lo largo del programa?
- ¿Cómo ha ayudado el tener espacios seguros a las participantes a crecer? ¿Aumento del conocimiento? Cambios en: resolución de problemas, aprendizaje temático, vida, habilidades, red de apoyo, etc.

Acuerdos comunitarios

Los acuerdos comunitarios (a veces denominados “normas comunitarias” o “directrices”) crean un entendimiento mutuo entre las participantes sobre cómo interactuar de manera abierta e inclusiva. Proporcionan orientación para que todas las personas desempeñen un papel en el fomento de la participación, el diálogo, el respeto y la creación de confianza dentro de un espacio. Estos acuerdos guían las interacciones en el espacio, estableciendo límites y responsabilizando a las participantes de su comportamiento, además de estar dispuestos para compartir y recibir retroalimentación. Estos acuerdos proporcionan un conjunto de directrices sobre cómo las participantes interactúan entre sí mientras trabajan para emprender acciones transformadoras colectivas.

Los acuerdos comunitarios ayudan a:

- Establecer confianza para garantizar que las participantes se sientan cómodas al compartir honestamente. Puede llevar tiempo generar y establecer confianza entre las participantes, especialmente cuando se trata de compartir temas delicados. Sugerimos dedicar los primeros encuentros a conectar y construir relaciones antes de lanzarse a conversaciones complejas o delicadas.
- Encontrar puntos comunes para acordar trabajar de manera conjunta, eficaz y respetuosa.
- Garantizar la longevidad y sostenibilidad de los espacios seguros creando una cultura que defienda las necesidades de las participantes.
- Reforzar el compromiso de invitar a realizar observaciones sobre nuestro comportamiento cuando las participantes estén dispuestas a ser llamadas a participar.
- Permitirles a las participantes apropiarse plenamente de su experiencia haciéndose responsables de sus acciones individuales.

Los acuerdos comunitarios generalmente son compartidos o cocreados por un grupo. La creación

conjunta de acuerdos comunitarios da poder a las participantes, ya que es más probable que se sientan responsables de la implementación y el cumplimiento de los acuerdos (en contraposición a las reglas impuestas por la facilitadora).

Las conversaciones en espacios seguros a veces pueden ser emotivas o dolorosas de iniciar y revelar. Recuerda que las personas pueden tener perspectivas distintas y creencias firmemente arraigadas. Los acuerdos comunitarios ayudan a definir límites y brindar pautas para interactuar con otras personas. Los resultados deseados de las conversaciones en el espacio seguro pueden lograrse más fácilmente cuando todas las personas participan de maneras que respetan los límites y las necesidades. Estos acuerdos se aplican a todas las personas que participan en cualquier encuentro, incluidas las invitadas. Por ejemplo, si se programa un encuentro para discutir temas de salud reproductiva y se invita a una profesional de la salud a brindar información y responder preguntas, antes de ingresar al espacio, esta persona debe aceptar los acuerdos comunitarios establecidos.

Explora los [Acuerdos comunitarios](#) para respaldar tu espacio seguro.

Notas

Consentimiento

El consentimiento es un componente fundamental para cultivar espacios seguros. En lugar de hacer suposiciones en nombre de otra persona, el consentimiento consiste en preguntar. Para practicar el consentimiento en un espacio seguro, es esencial hacer preguntas, solicitar más información cuando sea necesario y pedir permiso antes de ofrecer retroalimentación o sugerencias.

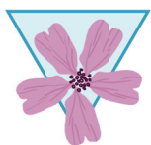
Existen diferentes tipos de consentimiento:

- consentimiento explícito es el consentimiento expreso o directo cuando una persona acepta o no acepta una actividad, como participar en una determinada conversación o que su información sea recopilada, utilizada o divulgada. Un ejemplo podría ser preguntarle a una participante: “¿Quieres que te escuchen o buscas un consejo?”. Si la participante rechaza el consejo, las demás personas en el encuentro deben abstenerse de dárselo.
- consentimiento implícito es el consentimiento inferido o indirecto basado en la acción voluntaria y las circunstancias. Un ejemplo de esto podría ser si una participante pregunta: “¿Qué harían ustedes en esta situación?”. En este caso, se presupone que la participante desea recibir asesoramiento para tomar una decisión y el grupo puede dárselo.
- consentimiento de exclusión voluntaria es cuando una persona debe tomar medidas para retirar su consentimiento. Un ejemplo de esto puede ser si una participante acepta tomarse una fotografía grupal y luego decide que no quiere que se comparta en las redes sociales. En este caso, es importante que todas las participantes comprendan que la fotografía es solo para uso personal y no debe compartirse públicamente.

En espacios seguros, es imperativo obtener el consentimiento de las participantes. Solicitar el consentimiento es una forma pequeña pero poderosa de empoderar a las participantes al demostrar su capacidad a la hora de decidir cómo participar.

Algunos espacios seguros están abiertos a cualquier persona que quiera unirse y acepte cumplir los acuerdos de la comunidad. Otros están cerrados a un grupo selecto de personas. Si un grupo está cerrado y una nueva participante desea unirse al encuentro, se debe obtener el consentimiento explícito de cada participante antes de que la nueva participante se una.





Construcción de espacios seguros en acción: YWCA Kenia

Las personas integrantes de YWCA Kenia sabían que muchas personas jóvenes se sentían tristes, estresadas y enojadas durante la COVID-19. El aislamiento de la familia, las amistades y la comunidad, junto con la falta de empleo, provocaron un mayor riesgo y exposición a la violencia sexual y de género, al embarazo adolescente y a la mutilación genital femenina, como resultado del miedo y la ansiedad. En su investigación se descubrió que, en Kenia, 1 de cada 4 personas (11,5 millones de personas kenianas) sufre una enfermedad mental en algún momento de su vida. Dada la falta de personal capacitado de servicios de salud mental, YWCA Kenia creó una aplicación móvil para brindar conocimientos e información personalizados sobre salud mental a las personas integrantes y a las juventudes vulnerables para vincularlas con los servicios de salud. La aplicación ayuda a las personas a

identificar sus desencadenantes de problemas de salud mental, les permite realizar una prueba de diagnóstico anónima, revisa la puntuación y evalúa el estado de salud mental. Después de la evaluación, la aplicación conecta a las personas usuarias con profesionales o centros de salud mental autorizados. De esta manera se abordó una brecha al ofrecer a las personas usuarias un espacio seguro para permanecer anónimas y recibir recursos muy necesarios.

Obtén más detalles sobre la aplicación en [Google Play Store](#).⁵



Crear nuestro mosaico comunitario

En esta Guía, compartimos las habilidades, los procesos y la información que necesitas para un encuentro de Espacios seguros de la YWCA. Cuando las participantes entran al espacio, lo hacen sabiendo que su tiempo es respetado y que la comprensión del propósito del encuentro es compartida por todas las personas. Esta claridad crea un vínculo invisible para que las participantes interactúen de manera solidaria y posiciona el encuentro como una herramienta tangible para impulsar un cambio transformador. Esta Guía te llevará a través de un proceso de principio a fin utilizando una serie de instrucciones paso a paso. Algunos pasos pueden ser simples, otros, más complejos. Las imágenes reflejadas en esta Guía simbolizan un concepto importante: la transformación. Los mosaicos unidos entre sí representan muchas piezas que se convierten en una para formar un patrón. Así como algunos mosaicos son de distintos tamaños, formas y colores, las personas participantes de los Espacios seguros de la YWCA son diversas en edad, raza, clase, religión, género, origen étnico y nacionalidad. Si bien esta guía es una herramienta para estructurar un encuentro de Espacios seguros, cada encuentro será diferente. Cada espacio tendrá en cuenta las normas culturales, las necesidades de las participantes, los temas discutidos y las metas generales de los encuentros.

Si bien parte del contenido de esta Guía es bastante intenso, ten presente que no todos los encuentros tienen por qué ser pesados. En todo el mundo, los Espacios seguros de la YWCA han sido lugares de refugio, sanación, aprendizaje, crecimiento y celebración. Nuestras participantes se reúnen para compartir conocimientos, inquietudes, experiencias, además de bailes, risas y comida. A menudo se realizan en espacios amplios y tranquilos donde las personas pueden comenzar a explorar ideas que van más allá de sus sueños más locos. ¡Te animamos a divertirte cultivando espacios seguros! Busca oportunidades para adoptar las prácticas en tu vida diaria. Aprovecha el impacto que se produce cuando las mujeres, jóvenes y niñas se reúnen. Recuerda que esta Guía está aquí para brindarte apoyo, ya sea para el cambio sistémico, el crecimiento personal o el compromiso comunitario.



Tu papel como facilitadora de Espacios seguros de la YWCA

Ya sea que hayas facilitado un encuentro anteriormente o que esta sea tu primera vez, ¡no te preocupes! Puedes ser una gran facilitadora de un espacio seguro si conoces los objetivos del espacio, además de comprender el papel de una persona facilitadora y el impacto que puedes generar. Una persona facilitadora es aquella que guía a un grupo en el debate y colabora con las personas participantes para alcanzar metas y defender principios que fomenten un espacio seguro. Las facilitadoras designadas pueden tener un impacto significativo en la creación y el mantenimiento de un entorno seguro al defender los acuerdos, las metas y los objetivos del espacio.

Las facilitadoras de Espacios seguros de la YWCA se esfuerzan por ser compasivas y empáticas con todas las mujeres, jóvenes y niñas en todas sus diversidades. Las facilitadoras generan constantemente seguridad y confianza dentro de un encuentro al ser accesibles y estar disponibles para todas las participantes. En colaboración con las participantes, las facilitadoras fomentan sentimientos de plenitud y comunidad para apoyar a las mujeres en los Espacios seguros de la YWCA para enfrentar la adversidad con tenacidad y servir a las demás personas con amor.



Ser facilitadora de Espacios seguros de la YWCA es un rol importante. A continuación se ofrecen algunos consejos para ser una facilitadora interesante y eficiente:

Practica la equidad

Asegúrate de que todas las personas que deseen compartir tengan la oportunidad de hacerlo. Como facilitadora, ayudas a guiar el flujo de las conversaciones apoyando a las participantes que puedan dudar en hablar, así como limitando cuidadosamente a aquellas que ocupan demasiado espacio.

Pregunta en lugar de decir

En lugar de dar un sermón, asegúrate de invitar al debate, hacer preguntas e involucrar a las participantes en la conversación. Anima a las participantes a proponer sus propias respuestas y soluciones. Perfecciona el arte del diseño de conversaciones haciendo preguntas abiertas en lugar de decirles a las participantes qué pensar o creer.

Sé inclusiva

El espacio debe ser inclusivo para todas aquellas personas que deseen unirse, independientemente de su fe, nacionalidad, raza, género, sexualidad o capacidad. Como facilitadora, tu función es garantizar que todas las personas tengan las mismas oportunidades de participar y compartir. Recuerda que cada persona contribuye a su manera, así que asegúrate de crear oportunidades para que todas las participantes compartan si lo desean.

Escucha activamente

Pon en práctica una escucha activa utilizando señales para que la persona oradora sepa que estás presente y escuchando. Hacerlo ayuda a la persona oradora a comprender que escuchaste lo que compartió y a honrar sus sentimientos y experiencias.

Mantente flexible

Gran parte de lo que se discute, revela y aprende en los Espacios seguros de la YWCA no está planificado. Cada espacio seguro es diferente e implica distintos sentimientos y niveles de participación. La facilitación de Espacios seguros de la YWCA no es una estrategia única para todas las personas. Pon atención y reconoce lo que necesitan las participantes para poder adaptarlos o reestructurarlos para brindarles apoyo.

Observa con atención

Está atenta a pequeños gestos, miradas y expresiones entre las participantes que ayuden a mostrar lo que sienten en el encuentro. Hacer esto te ayudará a encontrar formas de abordar inquietudes como conflictos o factores desencadenantes que puedan haber surgido en la conversación.

Pide retroalimentación

Consulta con las participantes para obtener retroalimentación sobre cómo mejorar el espacio seguro y la facilitación. Para algunas personas, recibir comentarios constructivos puede resultar doloroso, pero recuerda que es una oportunidad para aprender y crecer en tus habilidades de liderazgo.

Ponte creativa

Algunos de los temas discutidos en espacios seguros son intensos. Involucra a las participantes con frecuencia en actividades divertidas y energizantes para desarrollar la identidad grupal, crear un sentido de pertenencia y liberar tensiones.



Si durante el encuentro te topas con un aprendizaje o una historia impactante, te invitamos a que nos la compartas para ayudar a evolucionar esta Guía. Esta Guía es un camino de aprendizaje continuo para todas nosotras y fue creada por mujeres jóvenes para mujeres jóvenes.

¡Recuerda que no tienes que saberlo todo! Si hay una situación que no sabes cómo manejar, pide ayuda al grupo para pensar en soluciones. El papel de la facilitadora es ayudar a guiar al grupo a través del encuentro, no actuar como una experta en ninguno de los temas discutidos. Piensa en tu rol como centrado en cómo se involucran las participantes, no en qué se logra. Además de ser una persona facilitadora, también eres una plena participante del espacio seguro. Es importante explorar formas de facilitar objetivamente mientras compartes tus propias ideas y experiencias.

Algunos grupos pueden beneficiarse de facilitadoras rotativas o de múltiples facilitadoras para cada encuentro que compartan el rol y sus responsabilidades. La rotación de facilitadoras como estrategia es beneficiosa para ayudar a las participantes a desarrollar nuevas habilidades, compartir la rendición de cuentas del espacio seguro y reducir el agotamiento de la facilitadora. Incluso sin facilitadoras rotativas, la responsabilidad de mantener el espacio recae en todas las participantes.

Nuestros estándares definitorios para espacios seguros

Como práctica, los Espacios seguros de la YWCA proporcionan orientación para abordar espacios seguros con pasos concretos para apoyar la conversación, la comunidad, la conexión y la acción colectiva. En el corazón de todos los Espacios seguros de la YWCA hay diez estándares definitorios. Estos estándares son esenciales para cultivar espacios seguros y deben estar presentes para mantener los valores y las mejores prácticas de lo que significa estar en un Espacio seguro de la YWCA. Se recomienda que estos estándares se personalicen y adapten en respuesta a las necesidades y los contextos de las participantes.

Los estándares definitorios provienen de los muchos años de experiencia de la YWCA trabajando en comunidades locales para generar cambios en apoyo de los derechos de las mujeres, el liderazgo y la igualdad de género. Al comprometernos a practicar estos estándares, podemos ser parte de espacios seguros donde podemos mostrarnos como nosotras mismas y expresar nuestras emociones, pensamientos y deseos. Estos estándares definitorios son la base de los encuentros de Espacios seguros de la YWCA. Cada estándar se representa con un mosaico diferente. Si bien cada uno por sí solo es importante, todos ellos utilizados en conjunto crean un espacio para la transformación. Como ocurre con cualquier diseño de mosaico, es el pegamento el que une cada pieza. En un encuentro de Espacios seguros de la YWCA, las relaciones construidas y las conexiones creadas entre las participantes son el pegamento que une. Creemos que estos estándares definitorios, cuando se fusionan, ayudan a solidificar el entorno que crea el espacio para la transformación.

Equidad de género e igualdad de género

La equidad de género y la igualdad de género corresponden a una situación en la que existe igualdad de derechos, trato, responsabilidades y oportunidades para mujeres, hombres, niñas, niños y personas de todos los géneros. La igualdad de género no implica uniformidad. Aunque la igualdad de género pretende garantizar igualdad de derechos y oportunidades para las personas de todos los géneros, no aborda las barreras sistémicas a las que las mujeres y las minorías de género se pueden enfrentar debido a otros factores como la edad, la etnia, la raza, la capacidad, la orientación sexual, etc.

La equidad de género pretende garantizar la justicia y la equidad con el objetivo de que los grupos marginados puedan acceder a estas oportunidades y beneficiarse de estos derechos.

Los estándares definitorios de los Espacios seguros de la YWCA son:

1. Dignidad y respeto

Los espacios seguros mantienen una cultura de respeto mutuo y dignidad. Estos espacios fomentan la confianza entre las participantes y sirven como espacios donde las personas pueden apoyarse, inspirarse, animarse y validarse unas a otras sin temor a juicios o discriminación.

2. Accesibilidad

Los espacios seguros tienen lugar en áreas, ubicaciones o plataformas accesibles, céntricas y convenientes. Estos espacios garantizan la seguridad y la privacidad, y ofrecen adaptaciones o herramientas necesarias para garantizar que todas las participantes tengan acceso. Los espacios seguros accesibles priorizan el alcance a áreas remotas y comunidades aisladas mediante programas de extensión móvil y redes rurales, y utilizan plataformas virtuales que sean accesibles, fáciles de usar, confidenciales y libres de violencia.

3. Inclusión

Los espacios seguros brindan apoyo a todas las participantes para que se sientan libres para compartir abiertamente y ser respetadas, sin importar su identidad. Estos espacios abrazan y les dan la bienvenida a las participantes en toda su diversidad.

4. Seguridad y privacidad

Los espacios seguros garantizan la seguridad y la privacidad de las participantes. Estos espacios mantienen la confidencialidad de las conversaciones que tienen lugar y buscan el consentimiento de las

participantes si alguna información o contenido del espacio seguro se va a compartir externamente.

5. Confianza y comunidad

Los espacios seguros crean las condiciones para que las participantes se reúnan, compartan abiertamente sus experiencias y discutan sus pensamientos, desafíos y traumas. Estos espacios fomentan la solidaridad y la confianza entre las participantes manteniendo la confidencialidad y garantizando que todas se sientan validadas y apoyadas.

6. Enfoque integral

Los espacios seguros tienen en cuenta los múltiples aspectos y contextos que afectan la vida de las participantes. Proporcionan información y servicios que son receptivos y responden a las necesidades reales de las participantes.

El papel de la persona espectadora

Al observar acoso o el mal uso de un espacio, es responsabilidad colectiva de todas las personas en ese espacio tomar medidas. Todas las personas desempeñamos un papel a la hora de denunciar el comportamiento, tener una conversación sincera sobre la situación y explorar qué podría ser una acción reparadora.



7. Asociación y rendición de cuentas

Los espacios seguros sirven como un lugar para que las personas practiquen el sentido de comunidad y el liderazgo, y para ser responsables de sí mismas y de las demás, especialmente de la comunidad en general. Estos espacios existen para encender los cambios positivos en apoyo de la igualdad de género y los derechos de las mujeres.

8. Información precisa y confiable

Los espacios seguros comparten y promueven información fáctica y basada en evidencia que empodera a las participantes para acceder a los recursos necesarios y tomar decisiones informadas.

9. Liderazgo y participación

Los espacios seguros liderados por mujeres, jóvenes y niñas ofrecen entornos seguros, inclusivos y empoderadores para participantes de todas las edades y en toda su diversidad. Estos espacios se enfocan en el desarrollo del liderazgo y la participación inclusiva como ingredientes esenciales para empoderar a las participantes para que sean agentes de cambio.

10. Cooperación intergeneracional

Los espacios seguros fomentan y crean dinámicas de relaciones de apoyo, como el diálogo intergeneracional, el compartir, la tutoría, la colaboración y la cooperación. Estos espacios priorizan el respeto y la igualdad entre

los diferentes grupos etarios, con el foco puesto en desarrollar habilidades de liderazgo.

Así como los mosaicos son piezas de materiales que se prensan juntas para formar una creación distinta, los Espacios seguros de la YWCA son encuentros de personas que se unen para formar una unidad única. Las experiencias vividas, el conocimiento y las perspectivas de cada participante son lo que las une. Cada estándar definitorio es un fragmento de un mosaico. Si bien todos los estándares son importantes para mantener un espacio seguro, dependiendo del espacio del que formes parte, algunos pueden tener mayor peso que otros. El tamaño de los fragmentos es dinámico dependiendo de las necesidades de las participantes, la sensibilidad o las normas culturales. Algunos estándares pueden tener más importancia que otros. En estos casos, el fragmento se representará como una pieza más grande.

Por ejemplo, si la intención de ciertos encuentros es discutir temas de salud sexual y reproductiva en una comunidad donde esos temas se consideran tabú o ilícitos, los estándares de Seguridad y privacidad, Confianza y comunidad e Información precisa y confiable tienen prioridad. Estas conversaciones pueden ser particularmente delicadas, por lo que garantizar la confidencialidad, la seguridad y que las participantes reciban información precisa es de suma importancia. No hacerlo puede poner a las participantes en peligro físico o emocional.

Para otro grupo, la meta puede ser educar a una comunidad sobre la importancia de la participación política. Para estas reuniones, los estándares de Liderazgo y participación y Cooperación intergeneracional podrán tener prioridad.



Construye tu propio mosaico

Al planificar los espacios que estás facilitando, te invitamos a utilizar estos recortes de mosaico para obtener claridad sobre lo que las participantes pueden necesitar del espacio. Por ejemplo, si el tema del encuentro se centra en la salud femenina, se pueden priorizar los siguientes estándares: información precisa y confiable, cooperación intergeneracional, liderazgo y participación, así como aspectos de dignidad y respeto. Puedes seleccionar el tamaño de los recortes de los mosaicos según sea necesario para representar la cantidad proporcional del estándar necesario en el espacio.

Algunos aspectos a tener en cuenta:

- Los espacios evolucionan con el tiempo para satisfacer las necesidades de las participantes. Esto significa que es posible que debamos cambiar nuestro enfoque o priorizar ciertos estándares para satisfacer una necesidad específica o alcanzar una meta.
- Las normas y diferencias culturales pueden influir en qué estándares se priorizan.
- Puedes considerar involucrar a las participantes para cocrear el mosaico en un esfuerzo colectivo.

Consulta los [Elementos esenciales para tu paquete de herramientas](#) para acceder a una actividad.

Al planificar los espacios que estás facilitando, te invitamos a utilizar estos recortes de mosaico para obtener claridad sobre lo que las participantes pueden necesitar del espacio. La atención que se preste a los estándares definitorios determinará la experiencia que tendrán las participantes. Ten en cuenta que resaltar los estándares definitorios específicos que aborden los temas del encuentro puede ayudar a aliviar conflictos, aumentar la participación y crear resultados más impactantes. Por ejemplo, si el tema del encuentro se centra en la salud femenina, se pueden priorizar los siguientes estándares: información precisa y confiable, cooperación intergeneracional, liderazgo y participación, así como aspectos de dignidad y respeto. Puedes seleccionar el tamaño de los recortes de los mosaicos según sea necesario para representar la cantidad proporcional del estándar necesario en el espacio.

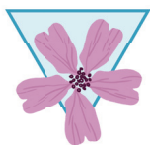
Algunos aspectos a tener en cuenta:

- Los espacios deben evolucionar con el tiempo para satisfacer las necesidades de las participantes. Esto significa que es posible que debamos cambiar nuestro enfoque o priorizar ciertos estándares para satisfacer una necesidad específica o alcanzar una meta.
- La cultura y las normas y diferencias culturales pueden influir en qué estándares se priorizan.
- Puedes considerar involucrar a las participantes para cocrear el mosaico en un esfuerzo colectivo.



Dignidad y respeto

Cuando las participantes ingresan a un Espacio seguro de la YWCA, la expectativa es que siempre serán tratadas con dignidad y respeto. Los Espacios seguros de la YWCA son tan buenos como las personas en ellos. Esto significa que las formas en las que las participantes interactúan entre sí son elementos fundamentales para crear y mantener la inclusión y la pertenencia. Para que las interacciones sean auténticas, es importante que el espacio sea uno donde las personas se traten con dignidad y respeto, y que al mismo tiempo se apoye el intercambio abierto de ideas. La dignidad es la creencia de que todas las personas son dignas de honor y respeto. El respeto se refiere a la profunda admiración por las propias habilidades, cualidades o logros. Las expectativas del espacio se pueden discutir y delinear como parte de los [Acuerdos comunitarios](#), independientemente de si el encuentro es físico, virtual o digital.



Dignidad y respeto en acción

Recientemente, nuestra organización llevó a cabo una cumbre juvenil enfocada en las jóvenes rurales. Sin embargo, las participantes que se unieron no solo eran jóvenes rurales, sino jóvenes rurales diversas. Tuvimos jóvenes de diferentes religiones, identidades sexuales, ubicaciones geográficas, grupos étnicos y niveles de experiencia. Fue un evento revelador para conocer los distintos temas que afectan a las jóvenes. Aunque la cumbre originalmente estaba destinada a centrarse en un grupo, la organización anfitriona aceptó a todos los demás grupos de mujeres jóvenes y sintió curiosidad por sus vidas y experiencias. Esto creó una experiencia de aprendizaje positiva para todas las participantes de la cumbre.

Promueve la dignidad y el respeto mediante las siguientes acciones:

- Crea un ambiente acogedor estableciendo que todas las personas en el espacio pertenecen allí y que sus contribuciones son valoradas, buscadas e importantes.
- Participa en un diálogo abierto para discutir cómo el grupo define la dignidad, el respeto, la inclusión y la accesibilidad, y luego establece expectativas basadas en esas definiciones.
- Recuerda a todas las personas que utilicen un lenguaje afirmativo y una comunicación que sea respetuosa, clara y sin juicios.
- Promueve actitudes y comportamientos respetuosos.
- Motiva a todas las personas para compartir recursos e información precisa y confiable.
- Promueve la seguridad psicológica demostrando valor y aprecio por las ideas.
- Evita términos que refuercen estereotipos, estigmas o jerarquías de género.
- Usa un lenguaje que sea inclusivo, no discriminatorio y que refleje el valor de un espacio seguro.
- Escucha los puntos de vista de otras personas y reconoce que puede haber desacuerdos.
- Prohíbe los gritos y el uso de lenguaje ofensivo o incendiario. Sé consciente con el tono y discurso al hablar.
- Garantiza que los [Acuerdos comunitarios](#) se respeten y se apliquen por igual a todas las personas.

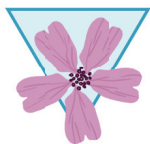
Accesibilidad

Tradicionalmente, los Espacios seguros de la YWCA se realizaban en ubicaciones físicas y la accesibilidad solo se refería a garantizar que el espacio fuera conveniente, céntrico y seguro para la mayor cantidad de participantes. Con la disrupción digital y los avances tecnológicos, la accesibilidad ha adquirido un significado diferente. Hoy en día, la accesibilidad consiste en ofrecer a personas de todo el mundo (que de otro modo no podrían acceder a reuniones físicas tradicionales) oportunidades de reunirse, compartir e interactuar, además de brindarles acceso a la información y el apoyo que necesitan. Si bien los espacios virtuales seguros promueven una mayor flexibilidad, alcance e inclusión, es importante recordar que hay muchas partes del mundo que carecen de acceso a electricidad, conectividad confiable y dispositivos. Al mismo tiempo, la pandemia de COVID-19 continúa afectando la capacidad de las personas para acceder a espacios físicos y ha agregado nuevas consideraciones sobre la accesibilidad física básica y la seguridad.

La accesibilidad también significa asegurarse de que los espacios sean accesibles para personas con diferentes capacidades físicas y mentales. Hacerlo es esencial para garantizar el nivel de comodidad y la capacidad de interactuar de las participantes. Dicho esto, recuerda que no importa qué tanto te esfuerces para hacer que los encuentros sean accesibles, es posible que esos esfuerzos no abarquen a todas las personas. Sin embargo, al crear una cultura de autopromoción dentro del espacio, las participantes pueden pedir lo que necesitan y el grupo puede trabajar en conjunto para proporcionar más adaptaciones.

Promueve la accesibilidad mediante las siguientes acciones:

- Organiza el encuentro en un espacio que sea accesible, céntrico y conveniente para todas las participantes.
- Para espacios seguros físicos, considera las limitaciones o restricciones físicas de las participantes, el tiempo y los costos financieros involucrados para llegar y acceder al espacio. ¿Las participantes se beneficiarían de participar en zonas rurales, de difícil acceso o en asentamientos humanos informales?
- Para espacios virtuales seguros, proporciona instrucciones de acceso sencillas para cualquier persona que tenga menos experiencia o familiaridad con la plataforma o el sistema. Recuerda que no todas las participantes con capacidades tecnológicas tienen un espacio seguro o tranquilo para participar.
- Garantiza que las instrucciones para acceder al espacio seguro se comuniquen de forma clara y coherente a las participantes.
- Ten en cuenta las limitaciones tecnológicas (ancho de banda de internet, requisitos de descarga, etc.) al seleccionar una plataforma y configurar un espacio seguro virtual, especialmente para personas en áreas rurales o de difícil acceso.
- Consulta el horario y el cronograma para garantizar que el encuentro se realice en un horario conveniente para las participantes.
- Ofrece múltiples horarios para que se pueda unir la mayor cantidad de participantes.
- Proporciona servicios o apoyo, como cuidado infantil, transporte o dispositivos para reducir las barreras a la participación.
- Ten en cuenta el tamaño del espacio seguro o la cantidad de participantes, así como la duración del encuentro, para comprender cómo esto podría afectar el encuentro.
- Asegúrate de que haya suficiente tiempo en el cronograma para que las conversaciones no se apresuren ni se interrumpan.
- Pregunta a las participantes sobre sus necesidades de accesibilidad y cualquier adaptación para apoyar su participación, como interpretación de idiomas, subtítulos y descripciones de imágenes o textos alternativos en elementos visuales y gráficos.
- Programa descansos durante los encuentros más largos. Esto puede ser especialmente importante para personas embarazadas, personas con dolor crónico, introvertidas, etc.



Accesibilidad en acción

Una organización local tenía un programa de liderazgo para mujeres jóvenes y niñas. El lugar del programa estaba lejos de la comunidad donde vivían las participantes. Las mujeres jóvenes y las niñas tenían que tomar al menos dos autobuses y cruzar un terreno difícil para llegar al lugar del programa. Para ayudarlas, la YWCA proporcionó un subsidio de transporte diario, pero aun así a las participantes les resultaba bastante difícil desplazarse, ya que no podían regresar a casa durante el día. Después de que las participantes compartieran su retroalimentación sobre el viaje, la organización se comprometió a mejorar los programas futuros. De ahí en adelante, los lugares del programa debían ser de fácil acceso para las participantes y se proporcionarían adaptaciones para garantizar alojamiento y comidas seguros. Estos cambios permitirían a las participantes participar plenamente sin preocupaciones sobre el viaje, la seguridad y el tiempo empleado en desplazarse hasta el programa.

Inclusión

Los Espacios seguros de la YWCA permiten que todas las personas, independientemente de su identidad de género, orientación sexual, raza, origen étnico, nacionalidad, edad, fe, capacidad o clase, se unan y se sientan cómodas, respetadas y libres de compartir abiertamente. Los espacios seguros abrazan y les dan la bienvenida a las personas en toda su diversidad. Sin embargo, esta inclusión no ocurre por accidente. De hecho, los espacios seguros no son fundamentalmente inclusivos. En cambio, los espacios se vuelven seguros e inclusivos como resultado de la intencionalidad y

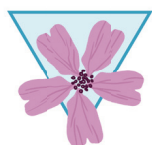
el compromiso colectivo de defender los [Acuerdos comunitarios](#).

Como organización feminista basada en la fe, la YWCA se basa en principios progresistas, incluidos los valores de inclusión y diversidad. Como movimiento global que forma parte de un sector humanitario más amplio, la YWCA está comprometida a centrar las necesidades de las personas y comunidades tradicionalmente marginadas y subrepresentadas. Con esto en mente, los Espacios seguros de la YWCA ejemplifican y abogan por la inclusión en todo lo que hacen.

Promueve la inclusión mediante las siguientes acciones:

- Crea un ambiente libre de prejuicios asegurándote de que las participantes interactúen, se sientan dueñas del espacio y sientan que sus necesidades y preocupaciones se reflejan.
- Establece y mantiene un espacio que sea empático, comprensivo y libre de juicios.
- Promover una cultura en la que todas las personas se sientan cómodas al hablar sin temor a sufrir represalias, ser excluidas, ridiculizadas o marginadas.
- Aprende a tolerar la incomodidad y el desacuerdo de manera productiva, como escuchar otros puntos de vista antes de responder, repetir puntos clave durante las respuestas para demostrar que escuchaste y explicar por qué no estás de acuerdo.
- Recuerda que podemos estar en desacuerdo sobre muchas cosas. Sin embargo, nunca deberían darse discusiones que nieguen las experiencias vividas o la humanidad de las demás personas.
- Establece un entendimiento de base (durante el desarrollo de los [Acuerdos comunitarios](#)) sobre cómo ingresar al espacio y el tipo de lenguaje o creencias que pueden o no ser objeto de discusión.

- Garantiza que cada participante sea responsable de crear un espacio inclusivo. Participa en el proceso de definición y desarrollo de la cultura del encuentro del espacio seguro apoya la inclusión y la pertenencia entre las participantes. Esto se puede lograr incorporando rituales como un registro grupal, una canción o una práctica de meditación.
- Pon en el centro las necesidades de aquellas personas más marginadas o que enfrentan múltiples sistemas de opresión y desigualdad.
- Utiliza un lenguaje que empodere a las personas en cuanto al género (en lugar de terminología, frases y descripciones discriminatorias o de género) para reflejar verdaderamente las necesidades de las personas que acuden al espacio seguro.
- Demuestra igualdad y respeto a todas las participantes, independientemente de su identidad, origen o experiencia.
- Empodera a las participantes para que participen directamente en los diversos elementos del espacio seguro, incluidas las metas, la planificación, la programación y más.



Inclusión en acción

Una joven invitó a su amiga a unirse a ella en la reunión de una ONG local. Estaban llevando a cabo un nuevo programa de capacitación sobre

liderazgo juvenil femenino, y ella estaba segura de que a su amiga le gustaría. Su amiga estaba nerviosa porque no conocía a nadie más allí. Efectivamente, cuando llegó al evento, no solo estaba vestida de manera muy diferente, ¡sino que todas miraban su cabello azul con puntas! Cuando le tocó presentarse, se sintió tímida y murmuró su nombre, sin agregar ninguna información sobre sí misma. Una de las otras jóvenes participantes la invitó a contarle al grupo sobre su hermoso color de cabello y otra joven le preguntó emocionada cómo mantenía las puntas tan bien. La amiga levantó la mirada y se dio cuenta de que las demás estaban ansiosas por conocerla. Esto le permitió relajarse y, en poco tiempo, estaba riendo y disfrutando de la capacitación con las demás participantes.

Seguridad y privacidad

Los Espacios seguros de la YWCA priorizan la seguridad y la privacidad de las participantes al crear un entorno donde sientan que pueden participar, contribuir y hablar abiertamente. Todas las personas tienen derecho a la privacidad y confidencialidad sobre su participación en un espacio. Esto incluye cualquier idea discutida en el espacio, así como detalles compartidos sobre experiencias, preguntas o inquietudes. En pocas palabras, todo lo que se comparte en el espacio, permanece en el espacio. Las historias o experiencias compartidas en un espacio seguro entre las participantes nunca deben transmitirse fuera del espacio sin antes recibir el [consentimiento](#). Si se va a compartir externamente alguna información o contenido del espacio seguro, esta intención debe revelarse explícitamente al comienzo del encuentro, junto con la opción de que las participantes ejerzan su autonomía de elección. Esto también incluye conversaciones que tienen lugar fuera del encuentro entre las participantes sobre cosas compartidas durante la reunión. Piensa en los Espacios seguros de la YWCA como un contenedor de conversaciones. Dentro de ese contenedor, una participante puede sentirse cómoda compartiendo una experiencia particular con el grupo. Fuera de ese contenedor, es posible que las mismas participantes no quieran continuar la discusión o incluso interactuar con otras participantes del encuentro. Cualquier discusión que tenga lugar fuera del encuentro sobre ideas compartidas durante este solo debe ocurrir una vez que se obtenga el consentimiento.

Para espacios seguros en el ámbito virtual, se deben aplicar consideraciones adicionales de seguridad y privacidad. La meta es proteger a las personas de ser atacadas o acosadas, o de que su información o datos personales confidenciales sean mal utilizados o explotados. Según los [Principios de protección de datos](#), los acuerdos de confidencialidad y privacidad son características importantes para promover una cultura de respeto, empoderamiento y autonomía, al tiempo que se garantiza la seguridad de las participantes.

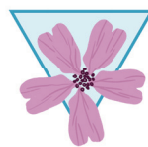
Para que un espacio seguro permita un diálogo significativo y una transformación, la seguridad psicológica de las participantes es fundamental. La seguridad psicológica ocurre cuando existe un entendimiento compartido entre las participantes de que pueden abrirse y ser honestas. Se basa en la idea de que el conocimiento y las experiencias de cada participante añaden valor al espacio. En discusiones donde hay seguridad psicológica, las participantes no dudan ni tienen miedo de hablar y compartir sus perspectivas. Inevitablemente, al discutir ciertos temas, pueden surgir desacuerdos y tensiones. Los espacios psicológicamente seguros no evitan las diferentes opiniones. En cambio, alientan a las participantes a ser reflexivas y consideradas al debatir y a tratar de comprender diferentes perspectivas. La creación de un espacio psicológicamente seguro da como resultado un entorno en el que las participantes pueden mostrar vulnerabilidad y ser curiosas, ¡y esto es clave para que un espacio esté a la altura de su potencial transformador!

Promueve la seguridad y la privacidad mediante las siguientes acciones:

- Comparte información sobre las mejores prácticas digitales (como seguridad digital, higiene digital, privacidad y protección de datos, ciberseguridad y prevención del ciberdelito) para ayudar a las participantes a protegerse de los ciberataques, la intimidación y el acoso en línea.
- Establece la seguridad básica del espacio ya sea en persona, remoto, híbrido o digital.
- Garantiza que los [Acuerdos comunitarios](#) establezcan explícitamente que los pensamientos y las experiencias que se comparten en el espacio seguro “no saldrán de la sala”.
- Desarrolla el hábito de pedir el consentimiento antes de conversar lo que se compartió en el espacio con otras participantes cuando no estaban en el espacio.
- Solicita el consentimiento de las participantes antes de iniciar debates sobre el encuentro una vez que este haya finalizado.

Obtén más información sobre seguridad y protección en la [Metodología de consulta feminista](#).⁶

- Comunica explícitamente cómo se utilizará cualquier información o datos recopilados (incluidas grabaciones o imágenes del encuentro). Aclara también que no se utilizarán contra las participantes de ninguna manera.
- Comparte cómo y qué datos se recopilarán durante el encuentro, cómo se utilizarán, quién puede acceder a ellos, etc.
- Protege la información o los datos compartidos por las participantes para garantizar que no puedan ser utilizados indebidamente.
- Considera formas de proteger el entorno y mitigar las posibilidades de que el encuentro sea atacado o interrumpido por trolés en línea y actores maliciosos, como ajustar la configuración para que sea privada o solo para personas invitadas, o deshabilitar los comentarios.



Seguridad y privacidad en acción

Una ONG local estaba realizando talleres con mujeres jóvenes de la comunidad local sobre el reconocimiento y prevención de la violencia doméstica. Durante una de las sesiones de intercambio, una joven compartió su experiencia personal y se quebró mientras lo hacía. Luego se dio cuenta de que varias de sus vecinas estaban escuchando una historia profundamente personal que nunca había contado a nadie antes. Una de las integrantes del personal comprendió esto y recordó al grupo que la joven había compartido su historia con la garantía de confidencialidad, y

esperaba que quienes estaban presentes la apoyaran en este difícil camino emocional. También recordó que cualquiera podía acercarse a ella o a otras integrantes del equipo para obtener más claridad y apoyo. Todas las demás participantes aseguraron a la joven que su historia estaba segura con ellas, e incluso varias ofrecieron hacer un seguimiento regular para asegurarse de que estuviera bien. La joven que compartió su experiencia se sintió aliviada. No solo tenía un espacio para compartir sus vivencias, sino también amistades que la entendían y apoyaban.

Confianza y comunidad

Los Espacios seguros de la YWCA fomentan un entorno donde las participantes pueden reunirse, compartir sus experiencias y discutir sus ideas, desafíos, preguntas y experiencias. Estos espacios son un lugar para buscar ayuda y consejos, compartir recursos, acceder a información y aprender y crecer mientras te sientes validada y apoyada. Un ambiente de confianza es vital para que las participantes se sientan cómodas y seguras para tener conversaciones abiertas y honestas. Esto es especialmente cierto cuando se trata de alguna persona nueva o cuando la conversación es sobre temas privados o delicados. Se necesita coraje para abrirse y ser vulnerable, especialmente cuando la experiencia es dolorosa o vergonzosa. La garantía de confidencialidad y la solidaridad que surge al conectarse con otras personas pueden ayudar a construir la confianza necesaria para compartir abiertamente.

Muchos espacios seguros siguen una política de “no dar consejos” a menos que se soliciten específicamente. Se agradecen los consejos cuando se piden, pero en caso contrario se anima a las participantes a hacer preguntas para comprender mejor. Esto ayuda a superar las diferencias y promover la pertenencia. Cuando los grupos confían entre sí, las participantes están más abiertas a compartir sus experiencias y apoyarse mutuamente. La sinergia se produce cuando hay confianza comunitaria y todas se sienten valoradas. La confianza y la comunidad no se construyen por accidente. Se necesita tiempo, intención y constancia.

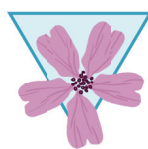
Como dice el proverbio africano: “Si quieres ir rápido, ve sola. Si quieres ir lejos, ve acompañada”. Cuando las mujeres se unen en comunidad, suceden cosas increíbles. Las mujeres que construyen e invierten en comunidad han contribuido a importantes cambios y resultados individuales y sociales. La comunidad se construye fomentando conexiones entre las participantes para discutir experiencias vividas compartidas y diferentes. El resultado es un grupo de personas que salen con el conocimiento y el apoyo de que no están solas. Los espacios seguros se autorregulan y autoestructuran, lo que significa que es responsabilidad de cada participante agregar valor y ayudar a construir la comunidad. Uno de los factores clave para generar confianza es tener autenticidad. ¡Muéstrate tal como eres! Se necesitan todo tipo de personas, opiniones e ideas para crear un espacio fuerte y seguro. Quién eres es suficiente, y en los Espacios seguros de la YWCA queremos verte tal y como eres.

Promueve la confianza y comunidad mediante las siguientes acciones:

- Reconoce que todas estamos aprendiendo y desaprendiendo. Con esto, se producirán errores. Cuando ocurra un daño, es importante que asumamos la responsabilidad de admitirlo, corregirlo y repararlo. No te centres en ti misma ni en tus errores mientras trabajas para reparar el daño en algún momento dado, y en cambio, escucha las necesidades de aquellas que fueron dañadas.
- Para enfrentar nuestros propios sesgos es necesario aceptar el hecho de que somos personas imperfectas y que, como todas las demás, internalizamos sesgos y estereotipos dañinos sobre comunidades e identidades marginadas.
- Garantiza que las facilitadoras de espacios seguros estén capacitadas y preparadas para establecer un entorno libre de prejuicios y respetuoso.

- Facilita y desarrolla la confianza mutua entre las participantes para ayudarlas a sentirse cómodas para compartir, hacer preguntas y participar en debates sobre cualquier variedad de temas, así como ayudarlas a ver que hay otras personas que pueden identificarse con sus experiencias.
- Fomenta la participación directa y la apropiación del espacio seguro por parte de todas las participantes. Esto puede incluir retroalimentación, planificación, implementación y tener en cuenta sus propias necesidades y preocupaciones.
- Permite los debates abiertos a través de una base de consentimiento y apertura.
- Empodera a las participantes para que comprendan mejor sus derechos mientras forjan conexiones con otras para construir una comunidad.
- Invita a las participantes a hacer preguntas para obtener mayor claridad, como: “¿puedes contarnos más sobre esa experiencia?”, “¿cómo podemos apoyarte?” o “¿por qué dices eso?”.
- Ofrece y recibe gratitud por lo que cada una comparte. Hay muchas formas de manifestar rituales de gratitud en estos espacios, que pueden incluir expresar gratitud por las acciones individuales antes de responder o dedicar tiempo para que las participantes compartan comentarios de gratitud individual o colectiva antes de cerrar el espacio.
- Comparte y sé transparente sobre el propósito del espacio seguro y las motivaciones de la YWCA como organización humanitaria.
- Honra la confianza y la comunidad asumiendo la responsabilidad de rectificar el daño cuando ocurre.

- Muéstrate como tú misma, plena y auténtica.



Confianza y comunidad en acción

Una joven visitó la YWCA local, donde fue recibida por otras mujeres. Cuando le preguntaron el motivo de su visita, se puso tímida y no supo cómo responder; no dijo ni una palabra. Las otras jóvenes en la YWCA la atendieron y la invitaron a sentarse en un área tranquila. Una de las jóvenes que la acompañaba compartió información sobre el trabajo de la YWCA y ofreció su apoyo. Entonces, la joven se dio cuenta de que podía hablar sin miedo en la YWCA, porque es un espacio para mujeres y niñas. Sin embargo, no lo hubiese sabido si la otra joven no la hubiera animado.

Enfoque integral

Un enfoque integral de los Espacios seguros de la YWCA toma en consideración que cada persona es única. Como seres humanos, todas las personas nos vemos afectadas por una gran cantidad de factores de diferentes maneras. Tenemos vidas diferentes, realidades vividas diferentes y necesidades diferentes. Los espacios seguros abordan una amplia gama de temas que afectan a las participantes, incluidos diversos aspectos de la salud, la educación, los derechos y más. Para abordar y resolver estos temas de manera eficaz, no funciona un único enfoque: un espacio seguro debe aplicar un enfoque multifacético o integral.

Con ese fin, algunos espacios están pensados para el aprendizaje, el crecimiento y la transformación, mientras que otros son más adecuados para la sanación y el cuidado colectivos. Esto puede significar que, en espacios donde se centra el aprendizaje, todos los temas están abiertos a discusión, incluidos aquellos que pueden considerarse tabú o sensibles. Es importante señalar que, si bien la confidencialidad y la privacidad son primordiales en cualquier espacio seguro, se debe tener especial precaución y cuidado cuando se discuten temas que pueden conducir a persecución social. En espacios donde se centran la sanación y el cuidado colectivos, las metas



del espacio podrían ser brindar alivio, apoyo y conexión. También es importante recordar que el procesamiento de factores desencadenantes y experiencias dañinas puede adoptar diversas formas. Hay ocasiones en las que la comunicación verbal no es la mejor práctica para la expresión o la comprensión. Un enfoque integral tiene en cuenta otras formas de involucrar y apoyar a las participantes; por ejemplo, alentándolas a incorporar actividades no verbales, como llevar un diario, actividades artísticas, meditación o movimiento durante estos momentos.

Una habilidad importante para seguir un enfoque integral es la capacidad de comprender cómo mantener el espacio para una misma y para las demás. Reservar espacio para una misma requiere la capacidad de centrarse en las necesidades presentes. Sentarse con las emociones, pensamientos y sensaciones que surgen puede ofrecer una oportunidad para comprender las propias necesidades y desarrollar la autocompasión y la autoconciencia. Esto es útil en espacios seguros para saber cuándo es necesario cuidarse, tomar un descanso o poner límites personales. Puede haber instancias en espacios seguros en las que necesites autorregularte para manejar tus reacciones y emociones, como cuando reservas espacio para experiencias o ideas difíciles o inquietantes. Para otras personas, reservar el espacio significa crear un entorno en el que las participantes puedan ser vulnerables. Se requiere empatía y compasión para centrarse en las necesidades de otra persona y aceptar sus verdades, experiencias y decisiones.

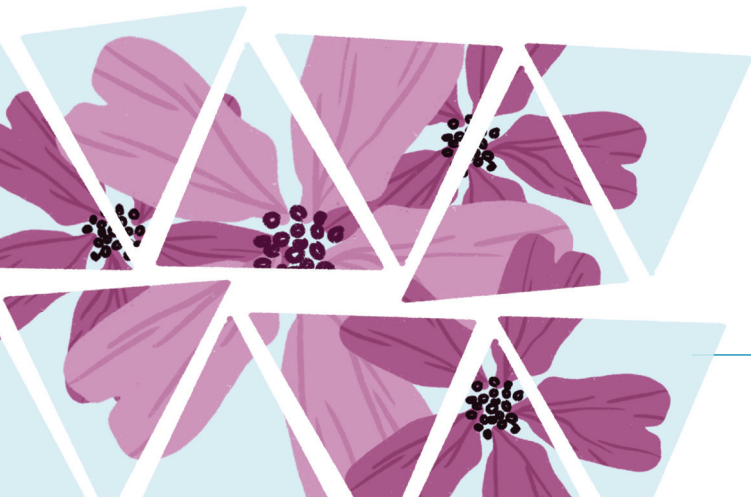
Reservar un espacio:

- Es una práctica de estar física, emocional y mentalmente presente en las experiencias de una misma y de las demás personas.
- No es una salvación ni una oportunidad para resolver problemas ni para aprender para tu propio beneficio. Si bien puede ser difícil acompañar el dolor, el sufrimiento o la tristeza de otra persona, el acto de dar testimonio de su experiencia puede ayudarla a sentirse comprendida y apoyada.
- Es una responsabilidad comunitaria del grupo donde ninguna persona (incluida la facilitadora) es responsable de lo que sucede.

Al adoptar un enfoque integral, hemos visto a las mujeres adaptar la práctica de los Espacios seguros de la YWCA para convertirse en un espacio seguro para las demás. Por ejemplo, una anciana de la comunidad brinda apoyo en materia de salud menstrual y sexual a un grupo de mujeres jóvenes que aprecian su sabiduría y buscan su consejo. O bien, un par de mujeres jóvenes del grupo desarrollan un vínculo entre sí y forman una relación profunda basada en la confianza y el respeto, basándose en la hermandad.

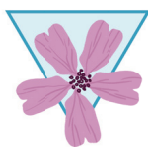
Promueve los enfoques integrales mediante las siguientes acciones:

- Evita hacer suposiciones sobre las demás participantes. Ya sea sobre su orientación sexual, identidad de género o cualquier otro aspecto relacionado con su identidad o experiencias.
- Ten en cuenta los distintos antecedentes, contextos y necesidades de las participantes y garantiza que esto se refleje en las metas, la planificación y la programación pertinentes del espacio seguro.
- Establece la intención de abordar diversos aspectos que afectan la vida de las participantes, y no te centres solo en uno.





- Brinda apoyo integral a las participantes considerando los diversos aspectos de sus vidas.
- Garantiza que los recursos, el apoyo y los servicios estén preparados, planificados y disponibles para que las participantes puedan acceder a ellos, como información precisa, atención de salud sexual y reproductiva, desarrollo de habilidades, apoyo emocional y más.
- Considera formas de alentar a las participantes a interactuar, vincularse y entablar un diálogo y una reflexión entre ellas para fomentar las conexiones y el crecimiento.
- Sé consciente de los nuevos temas que pueden afectar a las participantes, especialmente durante períodos de lucha, trauma y desafíos. Por ejemplo, los problemas de salud mental que han surgido o se han visto exacerbados por la pandemia en curso y los períodos de distanciamiento físico o aislamiento que la acompañan.
- Permite que las participantes hablen sin interrupciones y comprométete a escuchar activamente sin necesidad de responder o resolver problemas.
- Hónrate a ti misma aceptando que la forma en la que te muestras es como debes mostrarte.
- Sé amable con ti misma y está presente con tus emociones practicando la amabilidad y la autocompasión.
- Honra a las participantes en el espacio sin desestimar sus experiencias.
- Sabe cuándo ceder espacio (salir del propio camino) según sea necesario.
- Permite espacio para sentarte con la experiencia, tus acciones, tus pensamientos y tus sentimientos.
- Crea espacio para el crecimiento y el aprendizaje expansivos.
- Aprende a no tomar las reglas en serio cuando eso conduce a la inacción.
- En el caso de reuniones con participantes de fe, establecer una conexión con esos valores y tradiciones puede ser un motivador poderoso que impulse la misión de las reuniones.



Enfoque integral en acción

Como organización local, ofrecemos diferentes programas para satisfacer las necesidades de todas las mujeres, jóvenes y niñas. Ofrecemos habilidades para la vida dentro del programa de empoderamiento económico para nuestras vendedoras informales, brindamos programas de liderazgo a nuestras jóvenes e incluso tenemos programas de alfabetización para personas de todas las edades destinados a quienes no pueden permitirse asistir a una escuela formal. Si solo ofreciéramos un tipo de programa, no podríamos llegar a todas las personas de nuestra comunidad.

Asociación y rendición de cuentas

Los espacios seguros son un lugar para que las personas practiquen el sentido de comunidad y el liderazgo, y para ser responsables de sí mismas y de las demás. Las alianzas son un elemento esencial de los Espacios seguros de la YWCA. Las YWCA no solo son parte de las comunidades a las que sirven, sino que también interactúan y se asocian con organizaciones, instituciones y personas expertas alineadas con valores a nivel local, regional y global para alcanzar metas compartidas. Estas alianzas son importantes para permitir que las YWCA ofrezcan apoyo y recursos integrales, así como oportunidades para el desarrollo de habilidades, el crecimiento y la conexión con las mujeres y las niñas.

La noción de alianza también es central en la relación entre la YWCA y las participantes de un espacio seguro. La verdadera alianza solo puede existir a través de una relación no jerárquica basada en la confianza. Un espacio seguro de la YWCA debe adaptarse para reflejar las necesidades de las mujeres, jóvenes y niñas involucradas, y esto solo se puede lograr escuchando y consultando a las participantes y a la comunidad local. Las personas involucradas pueden y deben estar capacitadas para

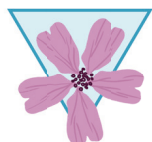
tomar decisiones, implementar cambios y contribuir a la creación conjunta de un espacio seguro. Después de todo, los Espacios seguros de la YWCA tienen como objetivo alentar a las participantes a convertirse en líderes y agentes de cambios en sus propias vidas, sus comunidades y el mundo.

Como movimiento global, la YWCA está en una posición única por su capacidad de defender los derechos y las libertades de las mujeres, jóvenes y niñas. Los Espacios seguros de la YWCA son un terreno fértil para cultivar un cambio positivo en apoyo de la igualdad de género y los derechos de las mujeres. Un fuerte compromiso con la rendición de cuentas es clave para crear impacto, ser eficaz y mantener la confianza de quienes interactúan con la YWCA. Esta rendición de cuentas se hace realidad a través de la transparencia y la gestión precisa y confiable de la información, la apertura a la retroalimentación y la capacidad de respuesta.

Promueve las alianzas y la rendición de cuentas mediante las siguientes acciones:

- Colabora y comparte la propiedad del espacio con las participantes para garantizar que se sientan agentes activas, cocreadoras y líderes en el espacio.
- Habla si sucede algo que te haga sentir incómoda o si ves que otra participante se siente incómoda. Si te sientes segura de abordar el asunto tú misma, hazlo; pero si no, comunícate con otra participante en quien te sientas segura de confiar para obtener apoyo.
- Garantiza que las declaraciones, la visión, los lineamientos, los planes estratégicos, etc. de la YWCA estén fácilmente disponibles y accesibles para las participantes y el público.
- Sé receptiva y proporciona mecanismos para recibir comentarios y críticas sobre cualquier elemento del espacio seguro (por ejemplo, la facilitadora, el espacio, la organización, etc.).

- Solicita opiniones escuchando e incluyendo las perspectivas de las participantes, así como de tu comunidad local.
- Garantiza que el espacio se adapte a las necesidades reales de las participantes (por ejemplo, teniendo en cuenta sus contextos socioeconómicos, accesibilidad, comodidad, etc.).
- Promueve la rendición de cuentas colectiva frente a la personal.
- Invita a las participantes a involucrarse directamente en todos y cada uno de los elementos del espacio seguro, en la medida y el rol que elijan. Esto puede incluir la creación, planificación, configuración e implementación del espacio, como la fecha y la hora, la plataforma o ubicación, las áreas temáticas y los tipos de actividades.
- Considera formas de fomentar conversaciones sobre la rendición de cuentas entre las participantes y facilita debates y acuerdos que ayuden a las participantes a rendir cuentas entre sí.



Asociación y rendición de cuentas en acción

Una joven llegó a nuestra oficina de la YWCA local buscando ayuda por un problema de salud. Explicó que se sentía avergonzada de ir al hospital y que no quería pedirles ayuda, así que decidió venir aquí. Debido a que nuestra organización tiene una buena relación de trabajo con una clínica cercana, le preguntamos a la joven si estaría dispuesta a hablar con una enfermera y una médica si venían a nuestra organización. Ella aceptó porque se sentía cómoda en el espacio. La joven recibió la ayuda que necesitaba y estaba recuperándose. Incluso volvió a la comunidad e informó a otras mujeres, jóvenes y niñas sobre lo que habíamos hecho. Hoy, hemos establecido una pequeña clínica en nuestra organización para ayudar a las mujeres, jóvenes y niñas de la comunidad que se sienten avergonzadas de ir al hospital.

Información precisa y confiable

Los Espacios seguros de la YWCA fomentan el debate abierto y reflexivo como una forma de construir una comunidad y fomentar importantes habilidades de pensamiento crítico. Al compartir y promover información fáctica y basada en evidencia, las participantes pueden acceder a recursos muy necesarios y tomar decisiones informadas. Las consecuencias de difundir información errónea pueden ser trágicas y fomentar prácticas e ideas nocivas que acarreen consecuencias importantes para las participantes.

Ha surgido una proliferación de información errónea, desinformación y discursos de odio que se han acelerado junto con la transición al ámbito virtual. Los niveles sin precedentes de participación e interconexión a través de la tecnología y las redes sociales hacen que sea cada vez más fácil que la información falsa o los mensajes dañinos se vuelvan “virales”. Esta desinformación crea incertidumbre en las personas y afecta su toma de decisiones. La solución general a todas las infodemias (es decir, cuando es difícil distinguir entre información real y falsa) es fortalecer las habilidades de lectura crítica y la educación. [La OMS comparte detalles sobre cuatro áreas principales de intervención](#)⁷ para la gestión de la infodemia y cómo reducir su impacto:

1. Escuchar las inquietudes y preguntas de la comunidad
2. Fomentar la comprensión de los riesgos y el asesoramiento de personas expertas en salud
3. Desarrollar resiliencia frente a la desinformación
4. Involucrar y empoderar a las comunidades para que adopten medidas positivas

En este contexto, es fundamental que toda la información compartida con las participantes sea objetivamente correcta y esté basada en ciencia comprobada. Esto es especialmente cierto en el caso de información sobre

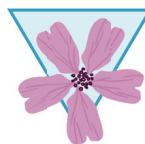
temas considerados tabú, vergonzosos, controvertidos o politizados en algunas comunidades (como la salud sexual y reproductiva). Los espacios seguros brindan a las participantes un entorno de aprendizaje para discutir libremente temas que de otro modo no podrían abordarse. En los espacios seguros, las participantes mantienen conversaciones abiertas e intercambian información y conocimientos. Proporcionar información basada en la evidencia es crucial para alentar y apoyar a las participantes a tomar decisiones informadas, especialmente cuando esas decisiones las afectan a ellas mismas, a las personas que las rodean y a sus comunidades.

Al tratar con información controversial o falsa, las facilitadoras de los espacios seguros deben abordar y corregir el rumbo de la conversación compartiendo información relevante y precisa. La información precisa debe comunicarse de manera que garantice la dignidad de todas las participantes. Esto podría parecer como si la facilitadora ejerciera la paciencia, modelara una profunda empatía y mantuviera una atmósfera de respeto. Para ayudarte a recorrer estos momentos, incluimos [Preguntas orientadoras para la facilitadora](#). Estas preguntas generativas utilizan un enfoque basado en las fortalezas para ayudar a las participantes a desbloquearse o “neutralizar” el espacio durante conversaciones delicadas o desafiantes.

Promueve la información precisa y confiable mediante las siguientes acciones:

- Asegúrate de que las facilitadoras cuenten con los conocimientos y las habilidades necesarias para guiar y desafiar cualquier mensaje dañino o falso.
- Mantén altos estándares de precisión de la información, basados en la ciencia y arraigados en hechos, y subraya los beneficios de compartir acciones antes que opiniones.
- Permanece como observadora crítica de cualquier información que se presente y aborda directamente la desinformación o la información errónea.

- Capta a las participantes con materiales fáciles de entender.
- Proporciona datos relevantes y precisos respaldados por evidencia, especialmente cuando se tratan temas como la salud sexual y reproductiva, la violencia de género y la pandemia.
- Reconoce que también está bien no tener respuestas y, en cambio, simplemente quedarse con las preguntas.
- Promueve un entendimiento colectivo sin la obligación de enseñar o realizar trabajo emocional.
- Establece formas de reconocer, fortalecer y valorar las habilidades de pensamiento crítico de las participantes, incluido el examen de fuentes de información, la detección de inconsistencias y otros sesgos potenciales.
- Fomenta un debate reflexivo y abierto de forma respetuosa.



Información precisa y confiable en acción

Una sección local de la YWCA estuvo brindando recientemente una sesión sobre salud sexual

y reproductiva centrada en la higiene de la salud menstrual. La persona facilitadora habló sobre el ciclo menstrual y dijo que toda mujer normal tiene un ciclo de 28 días seguidos, y que aquellas que experimenten un ciclo diferente tienen problemas de salud graves. Muchas de las jóvenes y niñas en la sesión se veían asustadas y confundidas. Una de las participantes levantó la mano para señalar que esa información era incorrecta, pero la persona facilitadora se mostró firme en su postura. Afortunadamente, había una enfermera de la clínica local que había sido invitada para hablar en la sesión. De manera amable, la enfermera intervino para contarte al grupo que, si bien muchas mujeres y niñas pueden tener un ciclo menstrual de 28 días, otras pueden tener ciclos más largos o más cortos. Incluso explicó algunas de las razones con ejemplos para proporcionar más claridad. Las jóvenes salieron de

la sesión agradecidas y aliviadas al saber más sobre sí mismas, sus cuerpos y sus ciclos menstruales.

Liderazgo y participación

Los Espacios seguros de la YWCA alientan a las participantes a ser expresivas, honestas y abiertas. Compartir es fundamental para la magia que ocurre en los espacios seguros. Tener oportunidades de dar voz a tus propias experiencias e ideas es fundamental para desarrollar el impacto que las líderes tienen en sus comunidades. Los espacios seguros fomentan un sentido de solidaridad y catalizan la confianza en una misma, el crecimiento personal y la autotransformación con el apoyo de otras mujeres, jóvenes y niñas.

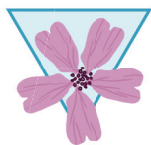
Los Espacios seguros de la YWCA son lugares para que las participantes desarrollen habilidades, compartan sus voces y se conviertan en líderes en sus propias vidas y en sus comunidades en general, ¡mientras inspiran a otras personas a hacer lo mismo! En comunidades de todo el mundo donde las mujeres, jóvenes y niñas carecen de poder de decisión, estos espacios son fundamentales para apoyarlas en la construcción y práctica de esas experiencias. Se anima a las mujeres, jóvenes y niñas a acudir a los Espacios seguros de la YWCA para desarrollar cualidades de liderazgo en un entorno de apoyo y transformación. Estos espacios también ofrecen oportunidades para el desarrollo de capacidades. A partir de las conexiones e ideas cultivadas en el espacio, las participantes tienen la oportunidad de desarrollar e implementar proyectos en sus comunidades.

La participación es un elemento esencial de los Espacios seguros de la YWCA. Fomentar un sentido de solidaridad y pertenencia es clave para transformar a las participantes en agentes de cambio. Estos espacios se activan mejor a través de la participación plena, por lo que es importante encontrar formas de apoyar la participación de las participantes. Esto podría incluir tener en cuenta la accesibilidad y confiabilidad de la plataforma virtual utilizada para el espacio seguro, el horario de

las reuniones, si se ofrecen servicios de apoyo como cuidado infantil, etc. Las facilitadoras pueden cultivar una participación más plena utilizando las [Preguntas orientadoras](#) para fomentar el debate y el consenso.

Promueve el liderazgo y la participación mediante las siguientes acciones:

- Ayuda a las participantes a desarrollar su confianza en sí mismas y una sólida red de apoyo fomentando un entorno en el que puedan aprender sobre la autodeterminación y la autonomía.
- Consulta con las participantes para comprender sus necesidades, así como la relevancia comunitaria y la propiedad del espacio.
- Garantiza que las necesidades, preocupaciones y metas de las participantes se reflejen y se tengan en cuenta en la creación, programación e implementación del espacio seguro.
- Defiende las dinámicas de poder saludables que refuercen el reparto del poder, en lugar de un espacio dirigido por directivas desde arriba.
- Encuentra formas de crear consenso y recuerda que el silencio no es acuerdo.
- Solicita retroalimentación a las participantes haciendo preguntas como: “¿Qué hay que cambiar?”, “¿Qué está funcionando bien?” y “¿Qué se debería hacer de manera diferente?”.
- Piensa de manera colaborativa e incorpora la retroalimentación para inspirar la aceptación y la apropiación del éxito y la sostenibilidad del espacio seguro.
- Invita a otras mujeres y niñas a actuar como educadoras y mentoras de sus pares para brindar ejemplos y modelos positivos de liderazgo femenino, junto con mentoras de otras edades.



Liderazgo y participación en acción

Un equipo de una sección local de la YWCA se sentó para conversar sobre los programas y las actividades del próximo mes. En el equipo había dos integrantes junior que recién se unían. Al recién ingresar, siempre les gusta hacer preguntas para aprender más. Durante la reunión, cuando la líder del equipo estaba delegando las tareas, una de estas personas nuevas hizo una pregunta sobre los plazos. La líder del equipo hizo una pausa y destinó unos minutos para abordar estas inquietudes. También se tomó un momento para preguntar al grupo si también tenían alguna duda o preocupación. Animó al equipo a hacer preguntas si tenían dudas, y les recordó que era una buena práctica. Les comunicó que sus preguntas no solo ayudarían a la persona que las planteaba, sino también al resto del equipo. También les recordó que podían acercarse a ella o a demás integrantes del equipo para obtener más claridad y apoyo.

Intergeneracional

Describe la relación entre las distintas generaciones y dentro de cada una de ellas. El enfoque intergeneracional se fundamenta en el respeto a la experiencia de vida de cada persona, independientemente de su edad, y en lo que se puede aprender de ellas.

Cooperación intergeneracional

Los Espacios seguros de la YWCA son lugares donde mujeres, jóvenes y niñas de todos los grupos de edades y orígenes pueden reunirse. La cooperación y el intercambio **intergeneracionales** son esenciales para fomentar comunidades resilientes. Estas interacciones son mutuamente beneficiosas para las participantes. Proporcionan apoyo bidireccional y modelos a seguir, además de ofrecer ejemplos de modelos impactantes para el desarrollo del liderazgo.

La cooperación intergeneracional está profundamente arraigada en las creencias de la YWCA. La YWCA cree que el liderazgo de las mujeres debe centrarse en sostener un movimiento de mujeres audaz y progresista. Igualmente importante es que la YWCA cree que el movimiento de mujeres depende del compromiso y el conocimiento de mujeres líderes de todas las edades y de todas las generaciones. Este enfoque en la cooperación intergeneracional refleja la realidad de que todas tienen la oportunidad de aprender y apoyarse mutuamente. Las participantes de generaciones mayores no solo son increíblemente útiles para dar forma al desarrollo y el aprendizaje de las participantes más jóvenes, sino que las participantes más jóvenes están igualmente capacitadas para proporcionar apoyo y perspectivas importantes para el desarrollo de las participantes mayores. Al facilitar y fomentar la colaboración, los intercambios y las conexiones entre participantes de diferentes edades, los espacios seguros pueden ayudar a que todas aprendan unas de otras.

El trabajo de YWCA se centra en el liderazgo y el empoderamiento de las mujeres, y se basa en la realidad de que las mujeres no necesitan un espacio separado y aislado. En cambio, lo que se necesita es un lugar donde las mujeres, jóvenes y niñas de todas las edades se sientan cómodas y seguras para participar en el diálogo intergeneracional y crecer juntas, y eso es lo que proporcionan los espacios seguros.

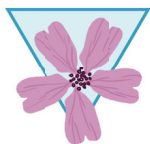
Promueve la cooperación intergeneracional mediante las siguientes acciones:

- Comprende que si bien la sabiduría puede provenir del tiempo y la experiencia, la edad de una persona no define la sabiduría. Todas las personas tenemos una riqueza de conocimientos para compartir.
- Entiende que los espacios seguros no son lugares para la mentoría, sino para las conexiones

intergeneracionales.

- Garantiza que siempre se brinde el mismo respeto y dignidad a todas las participantes, independientemente de su edad, experiencia o antecedentes.
- Fomenta el compromiso significativo de todas las participantes y garantiza que todas se sientan valoradas, apoyadas y escuchadas en el espacio.
- Incorpora formas para que las participantes de diferentes orígenes y edades forjen conexiones significativas, desarrollen estas conexiones y se ofrezcan apoyo entre sí a través de consejos, redes de pares, tutoría y modelos a seguir.
- Ten en cuenta las necesidades y los intereses específicos de las participantes, dadas sus diferentes edades, y adapta la programación y las actividades del encuentro debidamente.
- Facilita oportunidades de intercambio y transferencia de conocimientos entre las participantes mayores y las más jóvenes. Por ejemplo, el hecho de que las mujeres mayores compartan sus experiencias en debates sobre salud sexual y reproductiva y otros temas relevantes puede tener un impacto especial en las mujeres más jóvenes. A su vez, las mujeres más jóvenes pueden brindar apoyo y ayudar a las mujeres mayores a mejorar sus habilidades en lo que respecta al acceso a la tecnología y sus inquietudes.
- Ten en cuenta las limitaciones tecnológicas para las participantes y garantiza que aquellas que puedan estar menos familiarizadas o cómodas con las plataformas virtuales tengan el apoyo que necesitan para participar plenamente. Con la transición al ámbito virtual, las participantes mayores a veces enfrentan mayores barreras para acceder con éxito a los espacios seguros. Esto se debe a menudo a que las participantes de mayor edad tienen menos experiencia y familiaridad con la tecnología y la seguridad digital, así como a factores sociales o culturales.





Cooperación intergeneracional en acción

Una joven fue nombrada secretaria general nacional (SGN) en nuestra YWCA. Ella había estado en la YWCA por más de cinco años como miembro y personal de proyectos antes de ser nombrada SGN. Llegó la primera reunión de la junta y tenía que presentar informes, el estado de los programas, etc., a la Junta Nacional. Estaba muy nerviosa y no sabía por dónde empezar. Una integrante sénior de la junta se levantó y le aseguró que estaba bien estar nerviosa. Se quedó junto a ella y la guió durante su primera reunión con la junta. Mientras la ayudaba, la integrante sénior notó y comentó que la SGN estaba utilizando hábilmente muchas nuevas técnicas en su presentación. Después de la reunión, la integrante de la junta le pidió a la SGN que le enseñara a usar algunas de las técnicas. De esta experiencia, ambas mujeres se beneficiaron en formas de apoyo y aprendizaje.



Mecanismos de protección

Los Espacios seguros de la YWCA están comprometidos a salvaguardar a las participantes y protegerlas de cualquier daño, al mismo tiempo que brindan reuniones de apoyo donde las personas pueden prosperar y ser ellas mismas. Dicho esto, debemos tomar medidas para garantizar la protección de los espacios seguros y de lo que se comparte en las reuniones. Lamentablemente no todas las personas creen que este tipo de espacios debería existir. Las reuniones dedicadas a mujeres, jóvenes y niñas, ya sean presenciales, virtuales o móviles, pueden ser objeto de acoso. Por eso, es importante anticipar y planificar las interrupciones y la resistencia. Protegemos nuestras reuniones ayudando a las participantes a comprender cómo proteger su información digital personal, tomar medidas de protección para reuniones en persona y practicar la seguridad en línea.

Promueve la alfabetización digital y de datos

Es de suma importancia protegerte a ti misma y a las demás cuando se trata de temas de datos y digitales. Esto incluye salvaguardar la información y los datos personales confidenciales, proteger los dispositivos y garantizar que la información no será utilizada indebidamente ni explotada. Practicar una buena higiene digital (también conocida como tomar medidas para organizar y proteger tus actividades y espacios de trabajo digitales) puede reducir tus posibilidades de sufrir un ataque, estafa o acoso en línea. Esto es especialmente importante en el contexto de los crecientes delitos cibernéticos y ataques de troles de internet y personas antiderechos, muchas de las cuales atacan e invaden sesiones virtuales con comentarios y contenidos perturbadores, odiosos y que distraen. En un espacio seguro, las facilitadoras pueden practicar y promover la alfabetización digital y de datos compartiendo información y recursos con las participantes.

Prácticas básicas para protegerte en un espacio seguro físico

- Toma nota de cualquier restricción de movimiento de las mujeres de tu área y haz adaptaciones para promover la accesibilidad y la inclusión siempre que sea posible. Recuerda que un espacio seguro no necesita una ubicación física ni interacciones físicas. Los espacios seguros pueden ocurrir en cualquier lugar siempre y cuando el encuentro respete los estándares definitorios de los espacios seguros.
- Habla con las participantes sobre cómo llegar de manera segura al lugar y encuentra formas de abordar los costos (tanto de tiempo como de dinero) del traslado.
- Aborda las preocupaciones de salud y seguridad proporcionando tapabocas, desinfectante, etc., y seleccionando un lugar con acceso a aire fresco y suficiente espacio para un distanciamiento seguro.
- Presta especial atención a la privacidad asegurándote de que personas no invitadas no puedan unirse ni escuchar lo que se dice.

Prácticas básicas para protegerte en línea

- Asegúrate de que los sistemas, los software y las aplicaciones de tu dispositivo estén actualizadas y de que tengas un programa antivirus instalado y en funcionamiento.
- Revisa tu configuración de seguridad en tus dispositivos y cuentas en línea. Pon siempre una contraseña segura y compleja. No reutilices contraseñas y considera utilizar un administrador de contraseñas para crear y almacenar contraseñas de forma segura. No compartas tus contraseñas con otras personas.

- Limita los permisos (por ejemplo, ubicación, micrófono, contactos, quién ve tus publicaciones o tu información, etc.). Sé cuidadosa y selectiva con la información que compartes con otras personas y en las redes sociales, especialmente datos personales confidenciales o información que a menudo se usa en preguntas de seguridad en línea, como tu fecha de nacimiento, el apellido de soltera de tu madre, el nombre de tu primera mascota, etc. No proporciones tu información personal a ninguna persona o grupo sin verificar sus datos.
- Crea un protocolo de privacidad para proteger el espacio de personas intrusas o estafadoras estableciendo cómo se comunicará el grupo entre sí. Ignora todas las demás comunicaciones que sigan el protocolo.
- No dejes tus dispositivos sin control cuando interactúes en una plataforma de espacio seguro en línea.
- Cierra siempre la sesión de tus cuentas cuando abandones una computadora o un teléfono compartido.



Para obtener más consejos y perspectivas, puedes consultar la sección Seguridad y protección, Plataformas en línea de la **Metodología de consulta feminista de la YWCA Mundial**⁸.



- Ten cuidado con dónde haces clic y con las estafas de phishing. Verifica siempre la autenticidad de las comunicaciones directas por correo electrónico o en las redes sociales. No abras ningún enlace sospechoso ni archivos adjuntos inesperados.
- No reenvíes contenido inapropiado. Elimina y denuncia a personas que utilizan tu cuenta como plataforma para la intimidación o la violencia en línea contra las mujeres.
- Asegúrate de que ningún dato compartido en un espacio seguro en línea pueda usarse contra las participantes de ninguna manera.
- Aprende cuáles son las señales de la intimidación en línea y cómo defenderte.
- Defiende la inclusión de los espacios virtuales. Considera acciones inclusivas, como invitar a varias mujeres a conectarse usando el mismo dispositivo, discutir el horario para garantizar que se pueda unir la mayor cantidad posible de participantes o brindar instrucciones sencillas para las participantes que puedan estar menos familiarizadas con las herramientas virtuales. (Este [blog](#)⁹ ofrece consejos sobre cómo hacer que los espacios virtuales sean más inclusivos para las personas mayores).

Protección de datos

Antes del encuentro, las facilitadoras deben tener en cuenta las medidas de seguridad en torno a la privacidad y la protección de datos. Mantener la privacidad y proteger los datos es un esfuerzo colectivo y la responsabilidad no debe recaer en una sola persona. Esto es especialmente cierto si durante el encuentro se recopila información confidencial y sensible. Te animamos a que actúes con debida diligencia para comprender cualquier norma establecida que debas seguir en materia de privacidad o protección de datos en función de tu región o contexto. Un ejemplo de protección de datos podría ser limitar el acceso a la información, a menos que se proporcione un [consentimiento](#) explícito.

Obtén más información sobre **Privacidad y protección de datos**¹⁰ en nuestra **Metodología de consulta feminista**.¹¹



Cuidado restaurativo

El conflicto nos afecta a cada una de manera diferente, lo que afecta la dinámica del grupo. Es esencial que los encuentros sean espacios de empoderamiento, no de rechazo o de dudas sobre una misma. Para fomentar un entorno empoderador, las facilitadoras y las participantes deben trabajar juntas para practicar el cuidado personal y colectivo como una responsabilidad compartida. La YWCA considera que el cuidado restaurativo garantiza el bienestar y la salud emocional de todas las participantes. Esta forma de cuidado se alinea con los principios feministas. Se trata de apoyar la sostenibilidad individual y colectiva para nutrir el espíritu resiliente necesario para un cambio transformador.

La responsabilidad de mantener el cuidado es compartida por todas aquellas personas en un espacio seguro y, a menudo, se extiende más allá del “final” oficial del encuentro. Ser parte de un espacio seguro significa que las participantes ejerzan activamente su vulnerabilidad al discutir y dar testimonio de sus experiencias. A veces, estas experiencias pueden desencadenar emociones o reacciones intensas en las participantes. En tales casos, las participantes pueden necesitar más tiempo para procesar completamente sus emociones más allá del final del encuentro. De cualquier debate, especialmente de aquellos que involucran violencia, vergüenza o dolor, pueden surgir reacciones que requieren grandes cantidades de energía emocional. Algunas participantes podrían necesitar procesar emociones de alegría, alivio

y entusiasmo. Otras podrían necesitar procesar la vergüenza, la culpa o la tristeza. Teniendo en cuenta que cada una tiene sus propios tiempos para procesar emociones complejas, las facilitadoras de espacios seguros deben compartir herramientas de apoyo para afrontar situaciones difíciles al final de cada encuentro.

Es fundamental que la facilitadora (u otra participante designada) haga un seguimiento de cualquier persona que se haya sentido perjudicada, afectada o alejada por lo que se discutió en el espacio. Tan pronto como sea posible, y como máximo dentro de las 24 horas siguientes al encuentro, las facilitadoras deben hacer un seguimiento para ofrecer recursos y apoyo. La experiencia de la participante perjudicada debe validarse y reconocerse si no recibió el apoyo o la protección adecuados en el espacio. Es importante no dar por sentado lo que necesita ni ofrecerle consejos no solicitados. En cambio, si puedes, pregúntale qué sería de ayuda, bríndaselo y honra su pedido. Si la participante perjudicada no tiene claras sus necesidades, podría ser útil ofrecerle una lluvia de ideas para encontrar posibles soluciones en conjunto. Recuerda que la facilitadora u otra participante designada puede no ser la persona indicada para ofrecer apoyo. Y, si la participante perjudicada expresa eso y decide no participar, su decisión debe ser respetada.



No todas las relaciones pueden restaurarse después de sufrir un daño. A veces, no es deseable, necesario o incluso posible. Establecer límites puede y debe ser parte del proceso de los cuidados restaurativos.

Ofrecer apoyo en forma de escucha atenta no sustituye los servicios de salud mental ni otros apoyos especializados que requieren capacitación. Puede ser útil tener una lista de recursos aprobados que brinden apoyo para problemas que probablemente puedan surgir en espacios seguros (por ejemplo, agresión sexual, violencia doméstica, adicción, duelo, etc.). Esta lista para compartir puede ayudar a las facilitadoras a conectar a las participantes con información y apoyo de personas expertas comunitarias y profesionales capacitadas.

La práctica del autocuidado brinda a cada participante la oportunidad individual de procesar, reflexionar y recargar energías. Después de participar en un encuentro de un espacio seguro, se debe informar a las participantes que pueden surgir diversas emociones inmediatamente o días después. Siempre que surjan esos sentimientos, aquí hay algunas sugerencias para alentar a las participantes a cuidar de sí mismas y de las demás después del encuentro en el espacio seguro:

- Reflexiona sobre el motivo por el cual decidiste compartir. En lugar de centrarte en los resultados, sé indulgente contigo misma y recuerda tus razones para compartir.
- Tómate tu tiempo para procesar tus sentimientos. Esto podría incluir salir a caminar para reflexionar, hablar con amistades o escribir un en un diario sobre tus sentimientos.
- Acepta lo que has aprendido y recuerda que el crecimiento surge de la incomodidad.
- Haz algo que te haga sentir segura o rodeate de personas que se preocupen por ti y sean de confianza.
- Celebra tu valentía y crecimiento en privado o con otras personas.

El cuidado restaurativo puede ser como el kinstugi (金継ぎ o “reparar con oro”), el arte japonés de reparar cerámica rota uniendo las piezas con laca espolvoreada con oro. Esta técnica a menudo crea una pieza de arte estéticamente atractiva que da como resultado encontrar la “belleza en las cosas rotas”. A veces, en el proceso de reparar cosas que se han roto, estamos creando algo más bello, único y resistente. Aprender a aceptar la responsabilidad y seguir adelante es una forma importante y poderosa de garantizar la sostenibilidad a largo plazo de tus encuentros.





Elementos esenciales para tu paquete de herramientas

A esta altura, esperamos que comprendas qué son los Espacios seguros de la YWCA y por qué son tan importantes. Esta sección de “Cómo hacerlo” ofrece apoyo práctico para crear y dar vida de manera efectiva a un espacio seguro. Esta Guía proporciona un proceso paso a paso para estructurar un Espacio seguro de la YWCA. Dicho esto, recuerda que está diseñada para ser flexible. Si bien esta Guía utiliza ejemplos específicos para ilustrar las recomendaciones, existe una amplia gama de actividades y prácticas que puedes utilizar. Es importante seguir los diez [Estándares definitorios](#), pero más allá de eso, la Guía pretende ser una herramienta autoguiada para que las mujeres y las niñas de las comunidades de todo el mundo creen Espacios seguros de la YWCA que sean personalizados y que reflejen sus normas y prácticas culturales.

Lista de verificación para Espacios seguros de la YWCA

Para apoyar tu camino en los Espacios seguros de la YWCA, asegúrate de revisar nuestra **Metodología de consulta feminista**¹² y el manual **RiseUp!**¹³ para obtener orientación adicional sobre alianzas, respaldo, financiación, desarrollo del liderazgo, etc.

Esta lista de verificación es fluida. A medida que creas tu espacio seguro, recuerda que las actividades pueden no ser secuenciales. ¡Ningún encuentro es perfecto y eso está bien! Los espacios seguros se manifiestan de diferentes maneras y eso es lo que los hace únicos.

Fase 1: Antes del Espacio seguro de la YWCA

- Definir el objetivo del espacio seguro
- Elegir una ubicación (p. ej., formato/tipo de espacio)
- Confirmar el tipo de espacio (físico, virtual, digital)
- Garantizar un entorno seguro
- Revisar los [Estándares definitorios](#) y los [Acuerdos comunitarios](#)
- [Identificar las maneras para practicar el MEA](#) (monitoreo, evaluación y aprendizaje)
- Invitar a participantes
- Seleccionar una [facilitadora](#)

Fase 2: Durante el Espacio seguro de la YWCA

- Establecer [Acuerdos comunitarios](#)
- Tener conversaciones

Fase 3: Cierre del Espacio seguro de la YWCA

- Recopilar retroalimentación (como parte del [MEA](#))
- Dirigir un ejercicio de conexión
- Identificar a una facilitadora (para el próximo encuentro)

Fase 4: Después del Espacio seguro de la YWCA

- Realizar seguimiento con las participantes
- Incorporar la retroalimentación

Fase 5: ¡Hazlo nuevamente!

Puedes acceder a la [versión digital de esta lista de verificación](#)¹⁴, una [versión para imprimir del libro de trabajo](#)¹⁵, y ver un [tutorial sobre cómo utilizar el libro de trabajo en este enlace](#)¹⁶ (se abre en una nueva ventana). También puedes guardar una copia en tu computadora para que puedas ingresar la información directamente en las hojas de cálculo.

A medida que trabajamos para mejorar esta Guía, queremos resaltar y comprender las experiencias de las participantes en los Espacios seguros de la YWCA en todo el mundo. Escuchar a las participantes es clave para saber si estamos logrando el impacto deseado. ¡Queremos escuchar tus experiencias! Compártelas con nosotras escribiendo un blog o [enviando un correo electrónico](#) (getinvolved@worldywcawca.org).

Libro de trabajo de los Espacios seguros de la YWCA

Cómo usar este Libro de trabajo

Paso 1: Estándares definitorios

1. Recorta o pliega a lo largo de las líneas de puntos para poder consultar fácilmente los estándares.
2. Revisa los [Estándares definitorios](#).
3. Explica cómo los estándares definitorios se reflejarán en el espacio seguro que tú o tu equipo están organizando.

Paso 2: Revisa los Acuerdos comunitarios

1. Recorta o pliega a lo largo de las líneas de puntos para poder consultar fácilmente los Acuerdos comunitarios de ejemplo.
2. Selecciona algunos Acuerdos comunitarios que guiarán tus reuniones. Es posible que desees presentar todos los Acuerdos comunitarios, seleccionar los que más resuenen con el grupo que estás reuniendo o desarrollar algunos propios.
3. Asegúrate de que todas las participantes comprendan y acepten cumplir los Acuerdos comunitarios.
4. Recuerda que los Acuerdos comunitarios se establecen durante la primera reunión, pero pueden actualizarse en cualquier momento.

* Nota: En el futuro, si hay otras personas que se suman al espacio después de que se hayan establecido los Acuerdos comunitarios, sigue siendo importante que los revisen y obtengan su compromiso. Si es apropiado, el grupo podría desear revisar los acuerdos de vez en cuando e involucrar a las nuevas personas para que den sus aportes.

Paso 3: Determina el “tipo” de espacio donde realizas el encuentro

1. Recorta o pliega a lo largo de las líneas de puntos para poder consultar fácilmente las preguntas de Consideraciones.
2. Determina el “tipo” de espacio donde realizas el encuentro: físico, virtual, digital o una combinación híbrida de cualquiera de ellos.
3. Revisa la lista de preguntas a considerar.

* Nota: Estas preguntas no están enumeradas en orden secuencial y las respuestas pueden variar según las circunstancias. Es posible que no tengas respuestas a todas estas preguntas en el momento de diseñar el espacio seguro, pero es importante pensar en cómo se aplican estas preguntas al espacio y cómo las abordarás.

4. Comparte cómo mantendrás un espacio seguro y crearás un entorno de responsabilidad mutua.

* Nota: Hay 3 pestañas específicas para el tipo de espacio: todos los tipos (verde azulado), físico (rojo), virtual (verde) o digital (amarillo). Es importante que utilices la opción apropiada ya que las preguntas difieren ligeramente y se complementan entre sí.

Sigue tu progreso

Incluimos pestañas y marcadores codificados por colores para ayudarte a seguir tu progreso. Recorta a lo largo de las líneas de puntos y marca cada paso a medida que avanzas en este libro de trabajo.



Paso 1: Estándares definitorios

Los [estándares definitorios de los Espacios seguros de la YWCA](#) son:

1. **Dignidad y respeto**

Los espacios seguros mantienen una cultura de respeto mutuo y dignidad. Estos espacios fomentan la confianza entre las participantes y sirven como espacios donde las personas pueden apoyarse, inspirarse, animarse y validarse unas a otras sin temor a juicios o discriminación.

2. **Accesibilidad**

Los espacios seguros tienen lugar en áreas, ubicaciones o plataformas accesibles, céntricas y convenientes. Estos espacios garantizan la seguridad y la privacidad, y ofrecen adaptaciones o herramientas necesarias para garantizar que todas las participantes tengan acceso. Los espacios seguros accesibles priorizan la extensión a áreas remotas y comunidades aisladas mediante programas de extensión móvil y redes rurales, y utilizan plataformas virtuales que sean accesibles, fáciles de usar, confidenciales y libres de violencia.

3. **Inclusión**

Los espacios seguros brindan apoyo a todas las participantes para que se sientan libres para compartir abiertamente y ser respetadas, sin importar su identidad. Estos espacios abrazan y les dan la bienvenida a las participantes en toda su diversidad.

4. **Seguridad y privacidad**

Los espacios seguros garantizan la seguridad y la privacidad de las participantes. Estos espacios mantienen la confidencialidad de las conversaciones que tienen lugar y buscan el consentimiento de las participantes si alguna información o contenido del espacio seguro se va a compartir externamente.

5. **Confianza y comunidad**

Los espacios seguros crean las condiciones para que las participantes se reúnan, compartan abiertamente sus experiencias y discutan sus pensamientos, desafíos y traumas. Estos espacios fomentan la solidaridad y la confianza entre las participantes manteniendo la confidencialidad y garantizando que todas se sientan validadas y apoyadas.

1

Estándares definitorios

1

Estándares definitorios

2

Acuerdos comunitarios

3

Determina el "tipo" de espacio

Recortar o plegar



Lista de verificación para espacios seguros: Libro de trabajo

Los [estándares definitorios de los Espacios seguros de la YWCA](#) son:

6. **Enfoque integral**

Los espacios seguros tienen en cuenta los múltiples aspectos y contextos que afectan la vida de las participantes. Proporcionan información y servicios que son receptivos y responden a las necesidades reales de las participantes.

7. **Asociación y rendición de cuentas**

Los espacios seguros sirven como un lugar para que las personas practiquen el sentido de comunidad y el liderazgo, y para ser responsables de sí mismas y de las demás, especialmente de la comunidad en general. Estos espacios existen para encender los cambios positivos en apoyo de la igualdad de género y los derechos de las mujeres.

8. **Información precisa y confiable**

Los espacios seguros comparten y promueven información fáctica y basada en evidencia que empodera a las participantes para acceder a los recursos necesarios y tomar decisiones informadas.

9. **Liderazgo y participación**

Los espacios seguros liderados por mujeres, jóvenes y niñas ofrecen entornos seguros, inclusivos y empoderadores para participantes de todas las edades y en toda su diversidad. Estos espacios se enfocan en el desarrollo del liderazgo y la participación inclusiva como ingredientes esenciales para empoderar a las participantes para que sean agentes de cambio.

10. **Cooperación intergeneracional**

Los espacios seguros fomentan y crean dinámicas de relaciones de apoyo, como el diálogo intergeneracional, el compartir, la tutoría, la colaboración y la cooperación. Estos espacios priorizan el respeto y la igualdad entre los diferentes grupos etarios, con el foco puesto en desarrollar habilidades de liderazgo.



¿Cómo te comprometerás para mantener un espacio seguro?

Dignidad y respeto

Accesibilidad

Inclusión

Seguridad y privacidad

Confianza y comunidad

1

Estándares definitorios

Expresa claramente el propósito del espacio seguro.

Propósito del espacio seguro

recortar o plegar ✂



¿Cómo te comprometerás para mantener un espacio seguro?

Enfoque integral

Asociación y rendición de cuentas

Información precisa y confiable

Liderazgo y participación

Cooperación intergeneracional

1

Estándares definitorios

recortar o plegar ✂

Notas

Paso 2: Revisa los Acuerdos comunitarios

Desafío

Los acuerdos comunitarios (a veces denominados “normas comunitarias” o “directrices”) sientan las bases de un espacio abierto, inclusivo y seguro. Se comparten o cocrean con un grupo de personas para establecer un compromiso unas con otras, y proporcionan orientación para que todas las personas desempeñen un papel en el fomento de la participación, el diálogo, el respeto y la creación de confianza.

Por qué es importante

La creación conjunta de acuerdos comunitarios da poder a las participantes, ya que es más probable que se sientan responsables de la implementación y el cumplimiento de los acuerdos (en contraposición a las reglas impuestas por la facilitadora).

Desafío

Por qué es importante

2

Acuerdos comunitarios

recortar o plegar ✂

Ejemplos de acuerdos comunitarios

- Nadie lo sabe todo, pero entre todas las personas sabemos mucho.
- Este es un espacio seguro donde respetamos las opiniones de cada persona sin juzgarla.
- Una voz a la vez. No nos interrumpimos.
- No podemos ser elocuentes todo el tiempo, así que concede el beneficio de la duda y haz preguntas.
- Tomar espacio y hacer espacio. En otras palabras, si sueles estar en silencio, rétate a ocupar más espacio. Si sueles hablar mucho, procura dejar espacio para voces menos participativas.
- Abrazar los errores y el fracaso. Estos nos enseñan lo que necesitamos aprender. Considéralos como una experiencia de aprendizaje y desafíate a aprender cosas nuevas.
- Es de esperarse que algunos asuntos queden pendientes. Habrá ocasión de terminar estos debates en otro momento.
- Lo que aquí se comparte aquí se queda, lo que aquí se aprende de aquí se lleva. En otras palabras, se debe proteger la confidencialidad de las participantes. No repitas lo que se comparte en un espacio privado o seguro.
- Trabajar en equipo para que todas las personas se sientan escuchadas y nadie sienta que se le excluye.
- Acepta la incomodidad. Usar el diálogo para superar los conflictos en grupo.
- Vivimos en intersecciones, lo que significa que todas las personas nos beneficiamos y nos perjudicamos de la opresión sistemática.
- Nos cuidamos. Se nos anima a estirarnos, comer, beber, usar el baño, hacer una pausa, etc., según sea necesario.
- Evitar cualquier jerga especializada y los acrónimos. En su lugar, usar un lenguaje inclusivo que sea accesible para personas con conocimientos diversos.
- Vivimos en intersecciones, lo que significa que todas las personas nos beneficiamos y nos perjudicamos de la opresión sistemática.

Acción

- Comparte esta muestra con las participantes al inicio del encuentro.
- Si los acuerdos predeterminados son seleccionados para tu consideración, invita a las participantes a revisar los acuerdos propuestos. A continuación, añade o modifica de forma colectiva cualquiera de las afirmaciones.
- Si estás cocreando nuevos acuerdos, presenta este ejemplo para ayudar a las participantes a dar forma a sus propios acuerdos como parte de una actividad facilitada.
- Destaca la importancia del empoderamiento. Los acuerdos comunitarios deben contar con el consentimiento genuino de todas las personas involucradas. Un "acuerdo" no sirve de nada si algunas de las participantes no lo apoyan.

Si tus espacios seguros están cerrados o son exclusivamente para un grupo selecto de personas, recuerda recibir el consentimiento explícito de cada participante antes de invitar a cualquier persona. Si se recibe el consentimiento, asegúrate también de que las personas invitadas comprendan y acepten cumplir los acuerdos comunitarios.

Asegúrate de que las facilitadoras:

- Explican con claridad la finalidad de un acuerdo comunitario.
- Reconocen que las necesidades de todas las personas son diferentes.

Acción

Ejemplos de acuerdos comunitarios

- Dar tiempo en la agenda para que las participantes consideren sus necesidades.
- Vivimos en intersecciones, lo que significa que todas las personas nos beneficiamos y nos perjudicamos de la opresión sistemática.
- Nos cuidamos. Se nos anima a estirarnos, comer, beber, usar el baño, hacer una pausa, etc., según sea necesario.
- Evitar cualquier jerga especializada y los acrónimos. En su lugar, usar un lenguaje inclusivo que sea accesible para personas con conocimientos diversos.
- Habla desde tu propia experiencia. Usa frases con "yo" al compartir ideas personales en lugar de generalizaciones. No dar por sentado que todas las personas están de acuerdo o tienen la misma opinión.
- Escuchar para entender.
- Debatar y cuestionar los supuestos y las ideas que cada quien tenga. Pero no desafiar a la persona. Las ideas de todas las personas son válidas.
- Ser consciente de la intencionalidad frente al impacto. Sea cual sea la intención, cada quien es responsable de su impacto.
- Hablar con claridad y franqueza. Al utilizar terminología, asegurarse de que todas las personas entiendan lo que significa.
- Si tienes una pregunta, probablemente alguien más la tenga. Pedir aclaraciones y no hacer suposiciones.
- "Nada sobre nosotras, sin nosotras". Practicar la inclusión de otras personas sin tokenizarlas, estigmatizarlas ni faltarles al respeto.

2

Acuerdos comunitarios

recortar o plegar ✂

Establecer acuerdos comunitarios

2

Acuerdos comunitarios

recortar o plegar 

Compromiso de mantener un espacio seguro

Promesa

Firma/Marca/Identificador

Notas

Paso 3: Determina el “tipo” de espacio donde realizas el encuentro

Todos los tipos

Garantizar la accesibilidad

Elegir un espacio

Garantizar un entorno seguro

Invitar a participantes

recortar o plegar

3

Todos los tipos

Consideraciones para todos los tipos

Garantizar la accesibilidad

- ¿Las participantes tienen requisitos de alojamiento o necesidades de accesibilidad que debas tener en cuenta?
- ¿Qué otras herramientas, recursos y adaptaciones deberías incluir para garantizar que todas las participantes puedan acceder y participar plenamente en la sesión?

Elegir un espacio

- ¿Qué tan accesible es el espacio?
- ¿Tiene algún costo utilizar el espacio?
- ¿El espacio es acogedor y cómodo?

Garantizar un entorno seguro

- ¿Qué tan seguro es el espacio?
- ¿Es necesario tomar medidas adicionales para garantizar la seguridad y privacidad del espacio?
- Si existen consideraciones en torno a la propiedad de la información, ¿se ha comunicado esto a las participantes?
- ¿Qué datos necesitas recopilar de las participantes y cómo proteges la información que comparten?
- ¿Cómo se asegurará la confidencialidad o la privacidad en este espacio?
- ¿Qué pautas o reglas básicas debes establecer para facilitar un ambiente respetuoso e inclusivo?
- ¿Hay información adicional que deberías compartir con las participantes que pueda ayudarlas a decidir si participarán?

Todos los tipos

Elegir a una facilitadora

Preparar los recursos y las herramientas de apoyo

Uso de la información

recortar o plegar ✂

3

Todos los tipos

Consideraciones para todos los tipos

Invitar a participantes

- ¿A quién se debería enviar la invitación?
- ¿Hay necesidades idiomáticas específicas?
- ¿El encuentro será intra o intergeneracional?
- ¿Cómo podría afectar la hora (o la fecha) en que se realiza el encuentro el cronograma de las participantes?
- ¿Cuál es el tamaño (grande o pequeño) del encuentro?
- ¿Cómo podría esto afectar la duración del encuentro?

Elegir a una facilitadora

- ¿La facilitadora está comprometida a defender los acuerdos, metas y objetivos del espacio?
- ¿La facilitadora se compromete a practicar los estándares definitorios de los espacios seguros?

Preparar los recursos y las herramientas de apoyo

- ¿Cada participante ha podido contribuir a la cocreación de los acuerdos comunitarios?
- ¿Qué información, servicios o herramientas necesitan las participantes para sentirse apoyadas en la sesión, especialmente cuando se tratan temas o contenidos que pueden resultar desencadenantes o emocionalmente agotadores?
- ¿Qué recursos puedes preparar con antelación?
- ¿Hay descansos programados o prácticas guiadas disponibles para que las participantes las utilicen según sea necesario durante la sesión?

Uso de la información

- ¿Cómo se utilizará la información? Explica explícitamente cómo se utilizarán los datos, quién puede acceder a qué información sobre las participantes, quién puede comprar esta información, para qué fines se pueden utilizar los datos, etc.

Físico: Reunirse en persona

Ejemplos: Sala de estar, espacio de encuentro basado en la fe, junto al río, centro de cuidado infantil, cafetería, centro comunitario, biblioteca, etc.

Garantizar la accesibilidad

Elegir un espacio

Garantizar un entorno seguro

Invitar a participantes

recortar o plegar

3

Físico

Consideraciones para espacios físicos

Elegir un espacio

- Sugerimos formar un círculo para garantizar que todas las personas puedan ser vistas y escuchadas.

Invitar a participantes

- ¿Cuál es la mejor manera de llegar a las participantes (invitaciones físicas o digitales)?
- Pide a las participantes que confirmen su asistencia (asegúrate de enviar recordatorios).



Físico: Reunirse en persona

Ejemplos: Sala de estar, espacio de encuentro basado en la fe, junto al río, centro de cuidado infantil, cafetería, centro comunitario, biblioteca, etc.

Elegir a una facilitadora

Preparar los recursos y las herramientas de apoyo

Uso de la información

recortar o plegar ✂

3

Físico

Notas

Virtual: Plataforma

Ejemplos: Google Meet, FaceTime, WhatsApp, Teams o una plataforma de video personalizada como YWCA Social

Garantizar la accesibilidad

Elegir un espacio

Garantizar un entorno seguro

Invitar a participantes

recortar o plegar ✂

3

Virtual

Consideraciones para espacios virtuales

Garantizar la accesibilidad

- ¿Tu plataforma virtual incluye subtítulos?
- Si utilizas una presentación de diapositivas con fotografías o gráficos, ¿incluyes descripciones de las imágenes?

Elegir un espacio

- ¿Has tenido en cuenta el ancho de banda de internet, los requisitos de descarga, etc.?

Garantizar un entorno seguro

- Si necesitas grabar la sesión o tomar capturas de pantalla por cualquier motivo, ¿has solicitado y recibido primero el consentimiento de todas las participantes?
- ¿La plataforma permite ajustar la configuración para que la sesión sea privada, solo por invitación o protegida con contraseña?
- ¿Qué precauciones debes tomar para mitigar las posibilidades de que tu sesión sea atacada o infiltrada por troles en línea y otras personas que intentan intencionalmente interrumpir reuniones en línea compartiendo contenido perturbador y de odio?
- ¿Cómo reduces la exposición de las participantes a la posible intimidación en línea o al uso indebido de datos?
- ¿Cómo ayudas a las participantes a proteger sus datos e información personales?

Invitar a participantes

- ¿Qué zonas horarias y horarios debes tener en cuenta al seleccionar una fecha y hora para la sesión para garantizar que las participantes puedan unirse?
- ¿Hay funciones de seguridad y privacidad adicionales que se deben habilitar o seleccionar?

Virtual: Plataforma

Ejemplos: Google Meet, FaceTime, WhatsApp, Teams o una plataforma de video personalizada como YWCA Social

Elegir a una facilitadora

Preparar los recursos y las herramientas de apoyo

Uso de la información

recortar o plegar ✂

3

Virtual

Consideraciones para espacios virtuales

Preparar los recursos y las herramientas de apoyo

- ¿Existe una capacitación específica (es decir, cómo usar una plataforma) que las participantes deben realizar antes del encuentro para prepararse?
- ¿Las participantes están bien versadas en alfabetización digital y de datos? ¿Existe la oportunidad de compartir información y desarrollar capacidades?



Digital: Aplicación, móvil, computadora de escritorio

Ejemplos: Slack, Teams, aplicaciones de redes o una aplicación móvil personalizada desarrollada por tu organización

Garantizar la accesibilidad

Elegir un espacio

Garantizar un entorno seguro

Invitar a participantes

recortar o plegar

3

Digital

Consideraciones para espacios digitales

Garantizar un entorno seguro

- Verificar a las personas usuarias solicitando contraseñas únicas
- Proteger conversaciones mediante el uso de cifrado de extremo a extremo.
- Promover una política de tolerancia cero frente a la intimidación en línea.



Digital: Aplicación, móvil, computadora de escritorio

Ejemplos: Slack, Teams, aplicaciones de redes o una aplicación móvil personalizada desarrollada por tu organización

Elegir a una facilitadora

Preparar los recursos y las herramientas de apoyo

Uso de la información

3

Digital

recortar o plegar



Notas

Hacer un mosaico de un espacio seguro:

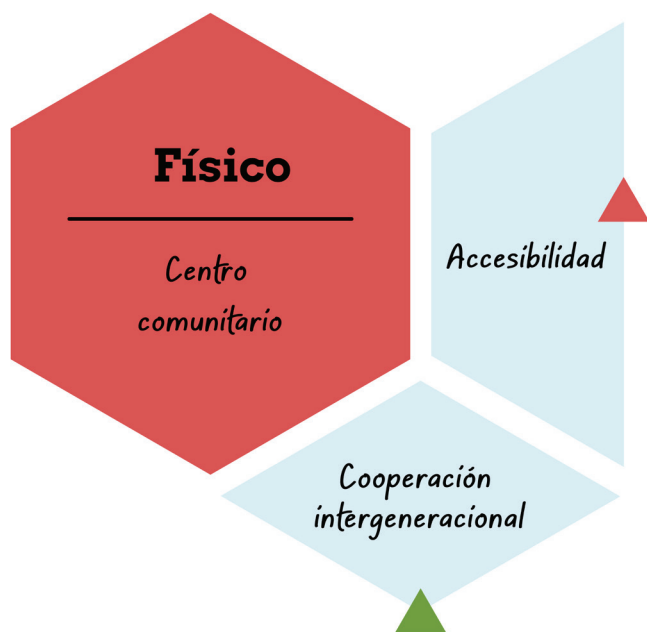
Actividad

Al planificar los espacios que estás facilitando, te invitamos a utilizar estos recortes de mosaico para obtener claridad sobre lo que las participantes pueden necesitar del espacio. Por ejemplo, si el tema del encuentro se centra en la salud femenina, se pueden priorizar los siguientes estándares: información precisa y confiable, cooperación intergeneracional, liderazgo y participación, así como aspectos de dignidad y respeto.

Al participar en encuentros, estás contribuyendo a construir un mosaico comunitario colocando tus piezas únicas para crear un hermoso patrón. A continuación se muestran algunos recortes para brindarte una forma concreta de diseñar intencionalmente el mosaico del espacio.

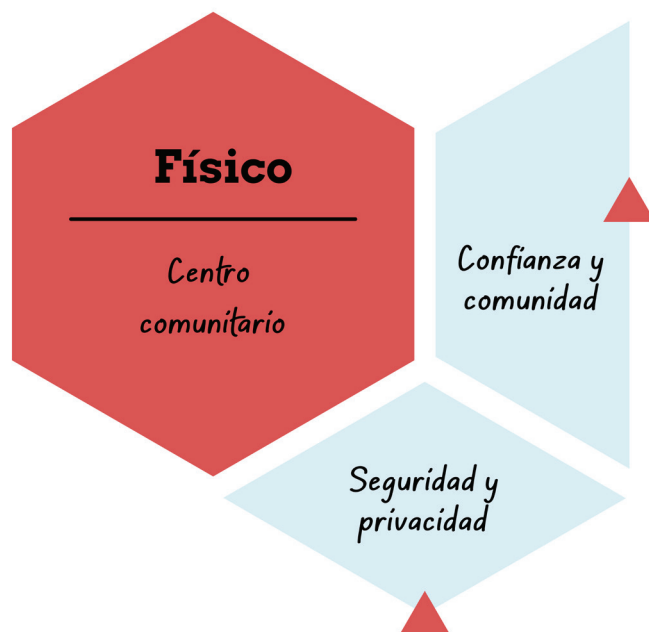
Por ejemplo, veremos cómo evoluciona la Comunidad A desde enero de 2022 hasta la actualidad.

Enero de 2022



En un encuentro físico para registrar personas para votar, puede que ya exista una buena cooperación intergeneracional, pero es necesario priorizar la accesibilidad.

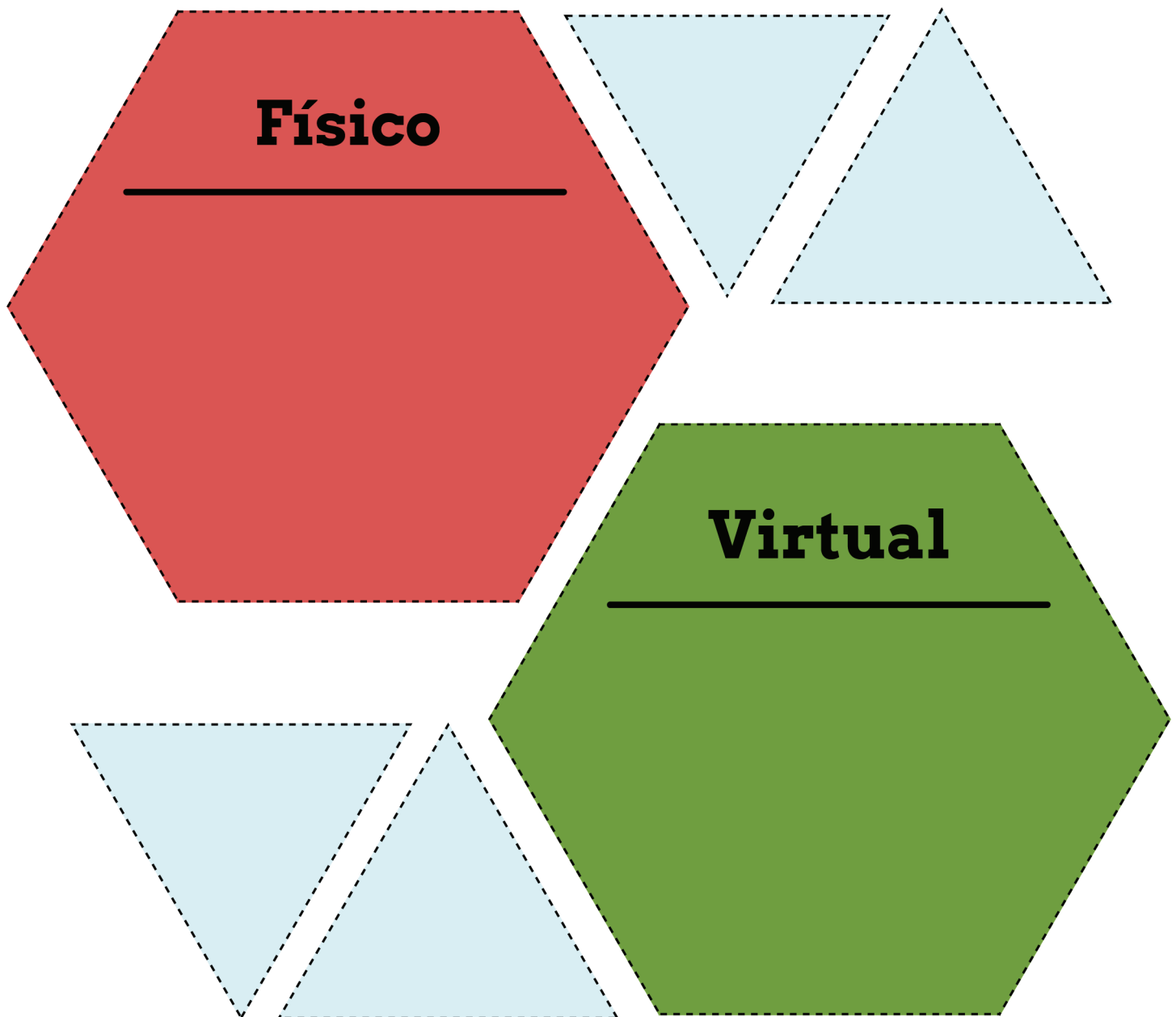
Hoy

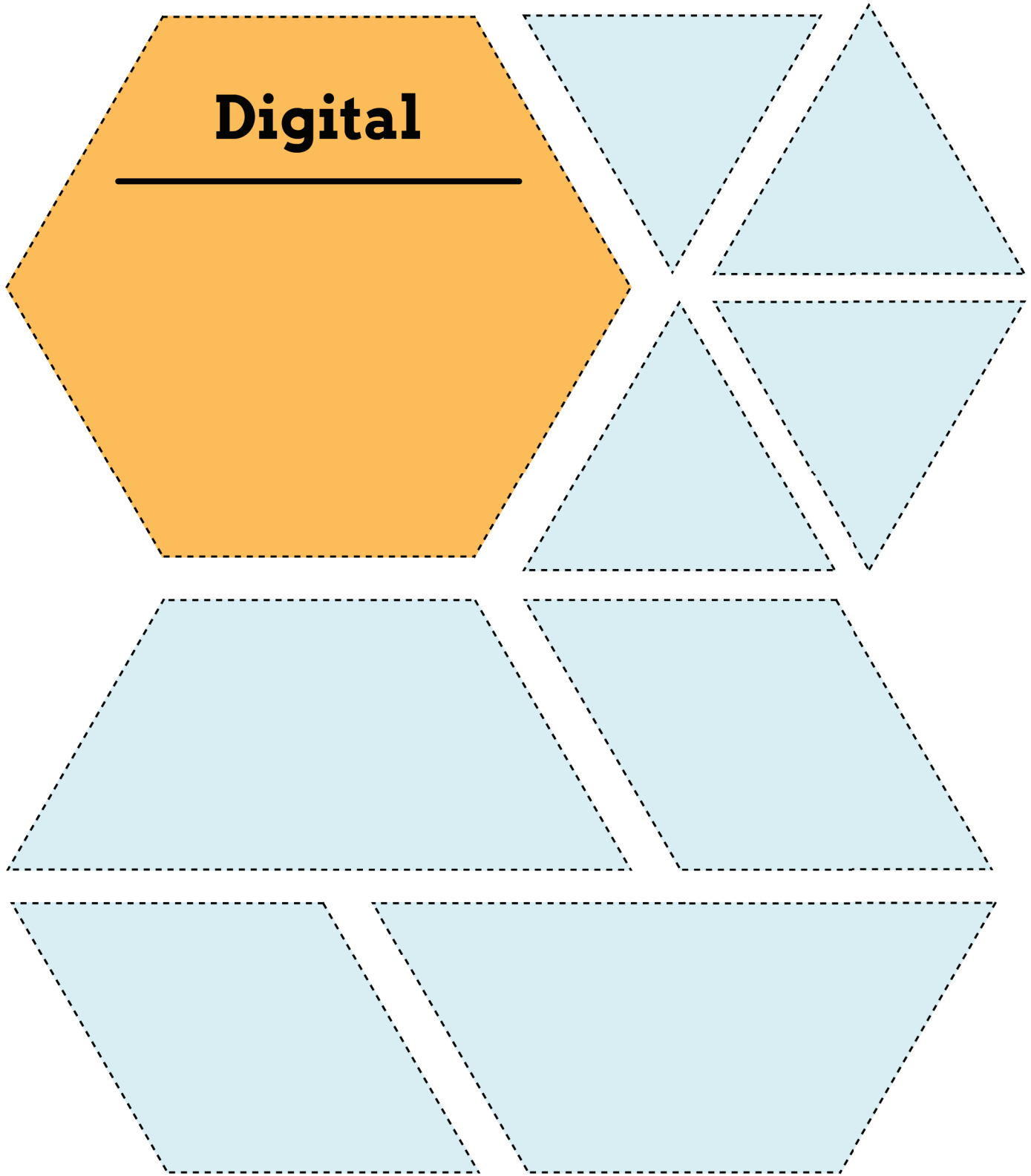


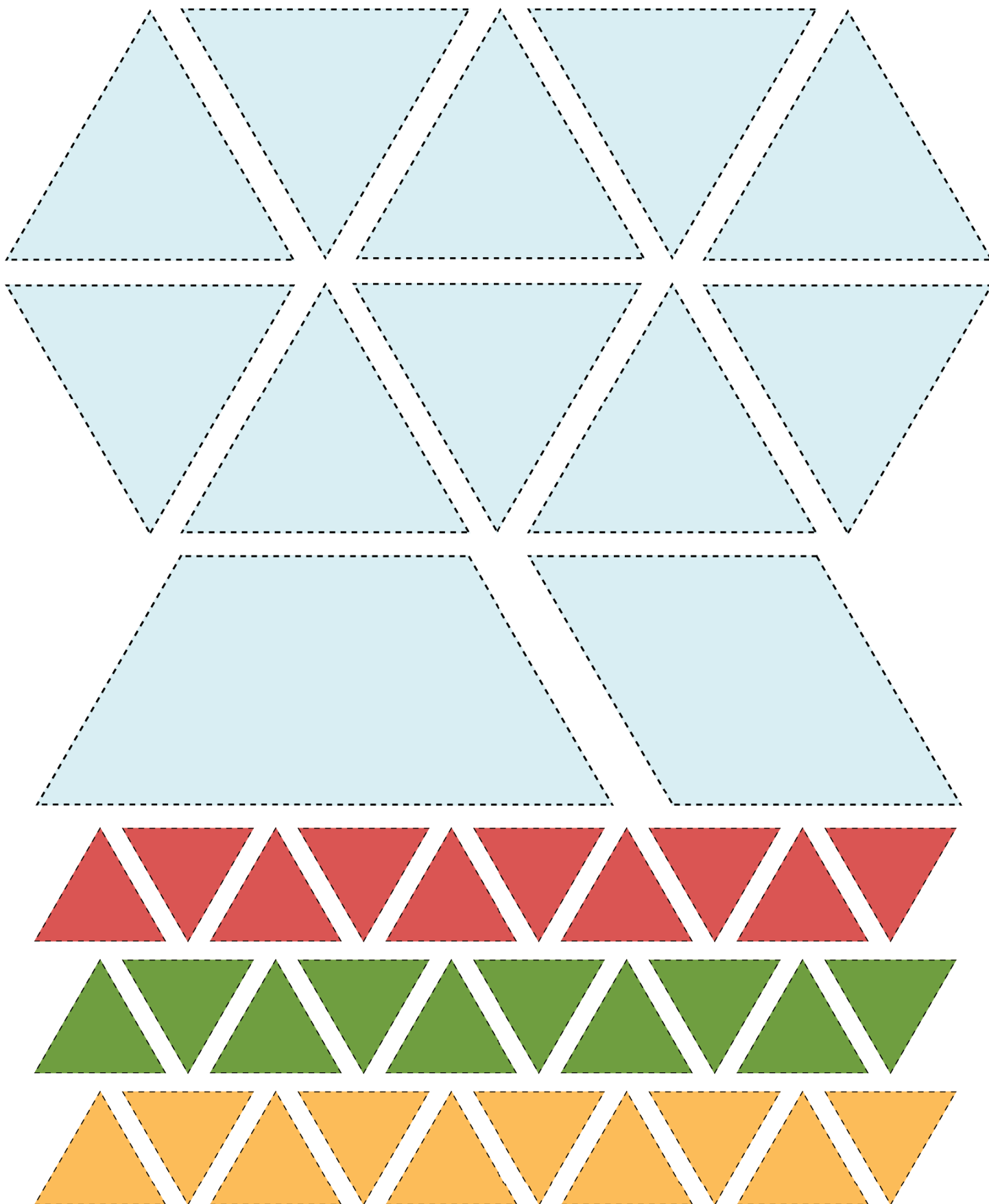
Después de reunirse regularmente durante un par de meses, el grupo ha evolucionado y actualmente se está recuperando del daño. Confianza y comunidad y Seguridad y privacidad son los estándares principales de la Comunidad A.

Cómo hacer un mosaico de un espacio seguro

1. Recorta las partes de mosaicos hexagonales codificados por colores. Cada color representa un tipo de encuentro: físico (rojo), virtual (verde), digital (amarillo).
2. Recorta las partes de mosaicos celestes: Selecciona el tamaño de los recortes de los mosaicos para representar la cantidad del estándar necesario en el espacio. Escribe el Estándar definitorio en el mosaico.
3. Recorta las partes de triángulos: Aplícalo en cualquier mosaico para marcar si el estándar: necesita más apoyo (rojo), está progresando bien (verde), está siendo priorizado (amarillo).







Preguntas orientadoras para la facilitadora de los Espacios seguros de la YWCA

El rol de la facilitadora puede ser extremadamente gratificante. Como facilitadora, te encuentras en tu propio viaje de crecimiento, desarrollo o transición en comunidad con las participantes del espacio seguro. Sin embargo, puede haber ocasiones durante un encuentro en las que necesites entrar en las discusiones para gestionar escenarios difíciles o desafiantes, tales como:

- Las participantes se sienten “estancadas” y la conversación ha llegado a un punto de saturación sobre un tema.
- Las emociones están a flor de piel y las participantes podrían necesitar un descanso o volver a empezar.
- Se están desarrollando conversaciones o interacciones intensas que requieren un procesamiento colectivo.
- La información compartida en el espacio puede no ser precisa.
- Una participante está hablando demasiado y no deja espacio para que otras contribuyan.
- Una participante está muy callada y no contribuye a la conversación.

Independientemente de las circunstancias, tu papel es clave para mantener el espacio seguro para todas las participantes. Es posible que tengas que intervenir de una manera empática y eficiente. Puedes utilizar tu voz haciendo preguntas apreciativas y adoptando un enfoque basado en las fortalezas para invitar a un mayor diálogo mientras buscas comprender.

A continuación se sugieren algunas preguntas para ayudarte a abordar situaciones que puedan surgir. Siéntete libre de modificar las preguntas en función de tu experiencia, el conocimiento de las participantes y la realidad de tu comunidad.

Un par de cosas a tener en cuenta:

- Estas preguntas son un punto de partida. Con el tiempo, tú y tu grupo podrán encontrarse con preguntas adicionales que resulten útiles para su contexto. Te invitamos a que compartas con nosotras cualquier pregunta nueva para que podamos agregarla a esta lista.
- Es posible que descubras que necesitas consultar los [Acuerdos comunitarios](#) para recordarles a todas las compromisos que cada una asumió al ingresar al espacio seguro.
- Recuerda, todas en el espacio tienen autonomía para defender sus necesidades. Es posible que las participantes no tengan respuestas a estas preguntas y eso está bien. Respuestas como “No sé qué necesito” o “Preferiría no compartirlo ahora mismo” son absolutamente aceptables. Las facilitadoras pueden alentar a las participantes a decir simplemente “Paso” para indicar que no desean participar.

Si durante el encuentro encuentras un aprendizaje poderoso, una historia o preguntas adicionales, te invitamos a compartirlo con nosotras para ayudarnos a desarrollar esta Guía. Esta Guía es un camino de aprendizaje continuo para todas nosotras y fue creada por mujeres jóvenes para mujeres jóvenes.

Necesidad de proporcionar apoyo adicional

- ¿Qué necesitas en este momento?
- ¿Estás abierta a comentarios o consejos?
- ¿Cómo te gustaría recibir los comentarios o consejos?
- ¿Qué te resulta de apoyo?
- ¿Cómo podemos, como colectivo, ofrecer nuestro cuidado y apoyo?

Necesidad de hacer una pausa en el debate o señalar información errónea

- ¿Cómo se sienten todas?
- ¿Nos vendría bien un descanso?
- ¿Qué podría ayudarnos a comprender mejor este tema?
- ¿Existen fuentes de información o personas expertas sobre este tema que puedan aportar alguna perspectiva?
- ¿Podemos hacer una pausa y posponer este debate hasta que podamos reunir más información?
- ¿Hay cosas que puedan ayudarte a comprender mejor este tema para tomar una decisión?

Necesidad de hacer avanzar la conversación/tener en cuenta el tiempo

- Hubo algunos temas que no pudimos cubrir en nuestro último debate. ¿Deberíamos priorizarlos para asegurarnos de tener tiempo para revisar la mayoría de ellos?
- Teniendo en cuenta el tiempo, ¿hay cosas que aún no hemos cubierto y que las personas consideran importantes?
- Dado que puede que no tengamos la oportunidad de profundizar en todos los temas que se debatirán durante este encuentro, ¿qué podríamos priorizar?
- ¿Quizás deberíamos considerar mover temas que aún no se han tratado a una agenda separada y revisar la agenda la próxima vez que nos reunamos?
- Estamos llegando al final del tiempo que hemos asignado para nuestro encuentro de hoy, ¿hay algo urgente que creas que se debe abordar en función de lo que surgió en nuestro debate?

Necesidad de fomentar la participación

- Con el espíritu de garantizar que todas tengan la oportunidad de compartir sus pensamientos, ¿quizás podamos invitar a hacer comentarios a aquellas que aún no han tenido la oportunidad de hacerlos?
- Quiero dar una oportunidad a aquellas que quieran compartir. Si no te sientes cómoda compartiendo ahora, no hay problema.
- ¿Cuáles son algunas formas en que a las personas les gusta compartir? ¿Escribiendo? ¿En debates uno a uno? ¿En conversaciones en grupos pequeños? ¿Mediante un dibujo? Te invito a compartir utilizando el método de comunicación de tu preferencia.
- He notado que algunas personas no han compartido hoy. ¿Hay alguien que no haya hablado y le gustaría hablar?
- Para fomentar la participación de todas, ¿tienes alguna sugerencia sobre cómo prefieres contribuir al debate?

Necesidad de reconocer el daño y promover la sanación colectiva

- Al defender el acuerdo comunitario que establecimos para nuestro encuentro, me gustaría reconocer que nuestras palabras han causado cierto daño. ¿Podemos todas tomarnos un momento para reconocer y abordar esto?
- ¿A alguien le gustaría participar en un ejercicio de respiración o de conexión a tierra?
- ¿Alguien necesita tomar un descanso o abandonar el espacio?
- A las participantes perjudicadas: ¿Cómo podemos apoyarte en este momento?
- Cada una procesa y sana de manera diferente, ¿alguien quiere compartir lo que siente en este momento?

Necesidad de garantizar la rendición de cuentas por la transformación

- ¿Alguien tiene sugerencias sobre cómo podríamos seguir apoyándonos unas a otras después del encuentro de hoy?
- ¿Cómo podemos aprovechar la energía que hemos compartido en este espacio y trasladarla a nuestro próximo encuentro?
- Tuvimos algunos avances durante nuestras conversaciones de hoy: ¿cuáles son algunas formas en las que podemos capturar nuestros conocimientos y aprendizajes para fomentar el crecimiento y el desarrollo?
- Al finalizar este encuentro, tómate unos minutos y reflexiona sobre qué es para ti el apoyo continuo. ¿Cómo podrías mantenerte conectada con todas?
- ¿Cómo puedes ser una compañera de responsabilidad para brindar apoyo a las demás y, al mismo tiempo, cuidar de ti misma?

Notas

(Re)construir la confianza y la resiliencia

Al entablar conversaciones en espacios seguros, es probable que surjan conflictos. Si bien puede resultar inquietante, cuando se aborda adecuadamente, el conflicto tiene el poder de fortalecer las relaciones, servir como catalizador para el crecimiento y resolver problemas complejos. En las reuniones de Espacios seguros de la YWCA, la meta no es evitar el conflicto. Si es posible, es mejor abordar lo que no está funcionando en tiempo real para evitar conflictos futuros. Tener estas conversaciones contribuye a generar confianza y profundizar la resiliencia del grupo. Prepararse para tener estas conversaciones valientes nunca es fácil, pero practicar en un entorno donde sentimos seguridad física, emocional y psicológica ayuda a que transcurran con mayor fluidez. Cuando te sientas preparada para tener las conversaciones, aquí hay algunas formas que puedes considerar al abordar el tema:

- Comparte detalles sobre lo que desencadenó los pensamientos/sentimientos mediante el uso de declaraciones en primera persona:

Cuando veo/escucho...

Siento (emoción)...

Necesito/quiero/valoro...

- Utiliza afirmaciones de los compromisos compartidos (y/o acuerdos comunitarios):

Como grupo, nos hemos comprometido a...

Sé que nos preocupamos por...

En conjunto, hemos debatido...

- Explora opciones de cómo ambas/todas pueden superar lo sucedido, ponerse de acuerdo y comprometerse con los próximos pasos:

¿Es esto algo que podría funcionar para ti?

¿Qué necesitamos cada una para avanzar?

¿Cómo podemos comprometernos con _____ para poder evitar...?

- Demuestra gratitud y aprecio hacia/por las demás:

Gracias, estoy muy agradecida por...

- Solicita acciones concretas sin hacer exigencias:

¿Crees que sería posible...?

¿Estarías dispuesta a...?

¿Podría preguntar si...?

- Valida tu comprensión haciendo preguntas aclaratorias y siendo consciente de tu tono de voz:

¿Puedes contarme un poco más sobre...?

¿Podrías compartir un ejemplo?

- Ofrece una disculpa genuina sin ponerte a la defensiva. Céntrate en el impacto en lugar de en la intención de tus acciones.

Lamento haber contribuido a _____ y el impacto que causó...

Entiendo que mis acciones te hicieron experimentar _____ y lo siento mucho.

- Comprueba las suposiciones, expresa curiosidad y haz preguntas abiertas para comprender mejor los comportamientos/las motivaciones subyacentes:

¿Pasa algo?

Me gustaría entender mejor...

¿Hay algo de verdad en...?

Cuando escucho _____, esta es mi interpretación...

- Comparte el impacto de los comportamientos o las consecuencias:

Esto me/nos afectó o afectó nuestro compromiso con _____ de esta manera...

Cuando eso sucedió, este fue el resultado...

- Responde a las preguntas y ofrece contexto solo si es bienvenido.

Recursos de la YWCA Mundial

- [Nos levantamos y lideramos: Metodología de consulta feminista](#)¹⁷
- [Guía para el liderazgo transformador de las mujeres jóvenes](#)¹⁸
- [Glosario y definiciones de la YWCA Mundial](#)¹⁹
- [Changing Narratives Around Sexual and Reproductive Health and Rights \(SRHR\) and Mental Health \[Cambiando las narrativas sobre salud y derechos sexuales y reproductivos \(SDSR\) y salud mental\]](#)²⁰
- [Visualizando la meta 2035](#)²¹
- [Espacios virtuales seguros de la YWCA Mundial](#)²²

Reconocimientos

La YWCA Mundial desea expresar su gratitud a aquellas personas que ofrecieron su experiencia y apoyo para el desarrollo de esta Guía.

- Ofrecer espacios seguros es parte del legado de las líderes de la YWCA en todo el mundo. Esta Guía revisada no habría sido posible sin la experiencia vivida de mujeres, jóvenes y niñas en más de 100 países alrededor del mundo. Nos gustaría agradecer a las miles de mujeres y jóvenes facilitadoras y participantes que aportaron a nuestro conocimiento sobre espacios seguros a través de sus esfuerzos de implementación sobre el terreno en sus comunidades.
- El proceso de revisión de la Guía de espacios seguros de la YWCA Mundial comenzó con un profundo enfoque basado en la evidencia dirigido por Irene Annachiara Petraoli. El proceso de consulta e investigación implicó compromisos con líderes de la YWCA de todo el mundo, incluidas las YWCA de Filipinas, Etiopía, Nigeria, Kenia, Bielorrusia, India, Nepal, Sri Lanka, Japón y Ucrania.
- El trabajo editorial para el concepto de espacios seguros de la YWCA Mundial virtual fue proporcionado por Tiffany Wang.
- Esta Guía fue diseñada de manera inclusiva a través de la perspectiva de equidad de género por personas consultoras de Prism X Strategy: Alannah Bonalos, Jessica Borich y Lindsay Young. Este colectivo de mujeres de color dirigió la estrategia de contenido, el desarrollo del concepto, el diseño de la persona usuaria y las ilustraciones gráficas.
- Se facilitó un proceso consultivo de dos años bajo el liderazgo de varias integrantes del equipo de la YWCA Mundial, entre ellas la Dra. Suchi Gaur, Nirmala Gurung y Talisa Avanthay.



Notas finales

- 1 Executive Function and PTSD: Disengaging from Trauma (Función ejecutiva y TEPT: Desvincularse del trauma) (2011). Último acceso en octubre de 2022: ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4719148/
- 2 Creating Brave Safe Space Agreements (Creando acuerdos valientes para espacios seguros). Último acceso en octubre de 2022: artscorps.org/wp-content/uploads/2019/10/Brave-Space-Agreements.pdf
- 3 Nos levantamos y lideramos: Metodología de consulta feminista, Diseño para el lenguaje claro (2022). Último acceso en octubre de 2022: worldywca.org/wp-content/uploads/2022/06/WEB-fcm-final_lo_res.pdf#page=38
- 4 Nos levantamos y lideramos: Metodología de consulta feminista (2022). Último acceso en octubre de 2022: worldywca.org/wp-content/uploads/2022/06/WEB-fcm-final_lo_res.pdf
- 5 YWCA Kenia (App). Último acceso en octubre de 2022: apkcombo.com/ywca-kenya/ke.ywca
- 6 Nos levantamos y lideramos: Metodología de consulta feminista (2022). Último acceso en octubre de 2022: worldywca.org/wp-content/uploads/2022/06/WEB-fcm-final_lo_res.pdf
- 7 Infodemic (Infodemia) (OMS). Último acceso en octubre de 2022: who.int/health-topics/infodemic#tab=tab_1
- 8 Nos levantamos y lideramos: Metodología de Consulta Feminista, Seguridad y protección, Plataformas en línea (2022). Último acceso en octubre de 2022: worldywca.org/wp-content/uploads/2022/06/WEB-fcm-final_lo_res.pdf#page=108
- 9 How to Help Seniors in Your Community Understand Virtual Programs (& Technology) (Cómo ayudar a las personas mayores de tu comunidad a comprender los programas virtuales [y la tecnología]). Último acceso en octubre de 2022: blog.activenetwork.com/post/how-to-help-seniors-in-your-community-understand-virtual-programs-technology
- 10 Nos levantamos y lideramos: Metodología de consulta feminista, Privacidad y protección de datos (2022). Último acceso en octubre de 2022: worldywca.org/wp-content/uploads/2022/06/WEB-fcm-final_lo_res.pdf#page=42
- 11 Nos levantamos y lideramos: Metodología de consulta feminista (2022). Último acceso en octubre de 2022: worldywca.org/wp-content/uploads/2022/06/WEB-fcm-final_lo_res.pdf
- 12 Nos levantamos y lideramos: Metodología de consulta feminista (2022). Último acceso en octubre de 2022: worldywca.org/wp-content/uploads/2022/06/WEB-fcm-final_lo_res.pdf
- 13 Manual RiseUp! (2022). Último acceso en octubre de 2022: worldywca.org/wp-content/uploads/2022/07/RiseUp_Manual-WEB.pdf
- 14 Lista de verificación de espacios seguros (versión digital). Último acceso en octubre de 2022: docs.google.com/spreadsheets/d/1TP6ZONivyvsxIBXvjqGBHZ8u5r8DqCoQC_AFGfGOydPE/edit?usp=sharing
- 15 Libro de trabajo de espacios seguros (versión para imprimir). Último acceso en octubre de 2022: worldywca.org/wp-content/uploads/2022/10/Printable-Safe-Spaces-Workbook.pdf
- 16 Tutorial para el Libro de trabajo de espacios seguros. Último acceso en octubre de 2022: youtu.be/W4fj-nS1n5U
- 17 Nos levantamos y lideramos: Metodología de consulta feminista (2022). Último acceso en octubre de 2022: worldywca.org/wp-content/uploads/2022/06/WEB-fcm-final_lo_res.pdf
- 18 Guía de RiseUp! para el liderazgo transformador de las mujeres jóvenes (2022). Último acceso en octubre de 2022: worldywca.org/wp-content/uploads/2022/07/RiseUp_Manual-WEB.pdf
- 19 Glosario y definiciones. Último acceso en octubre de 2022: worldywca.org/team/glossary-and-definitions/

20 Changing Narratives Around Sexual and Reproductive Health and Rights (SRHR) and Mental Health (Cambiando las narrativas sobre salud y derechos sexuales y reproductivos [SDSR] y salud mental). Último acceso en octubre de 2022: shespeaksworldywca.org/wp-content/uploads/2020/06/MyBodyMyMind1.pdf

21 Visualizando la meta 2035. Último acceso en octubre de 2022: worldywca.org/wp-content/uploads/2020/11/Envisioning-2035-Final-Goal-and-Proposal_2015.pdf

22 Espacios virtuales seguros de la YWCA Mundial. Último acceso en octubre de 2022: worldywca.org/wp-content/uploads/2022/07/VSS-Finale-2-1.pdf



WorldYWCA

16 L'Ancienne-Route

1218 Grand-Saconnex

Ginebra, Suiza

Tel: + 41 22 929 6040

Fax: + 41 22 929 6044

worldoffice@worldywca.org

worldywca.org

Redes sociales

[linkedin.com/company/world-ywca](https://www.linkedin.com/company/world-ywca)

twitter.com/worldywca

facebook.com/worldywca

instagram.com/worldywca