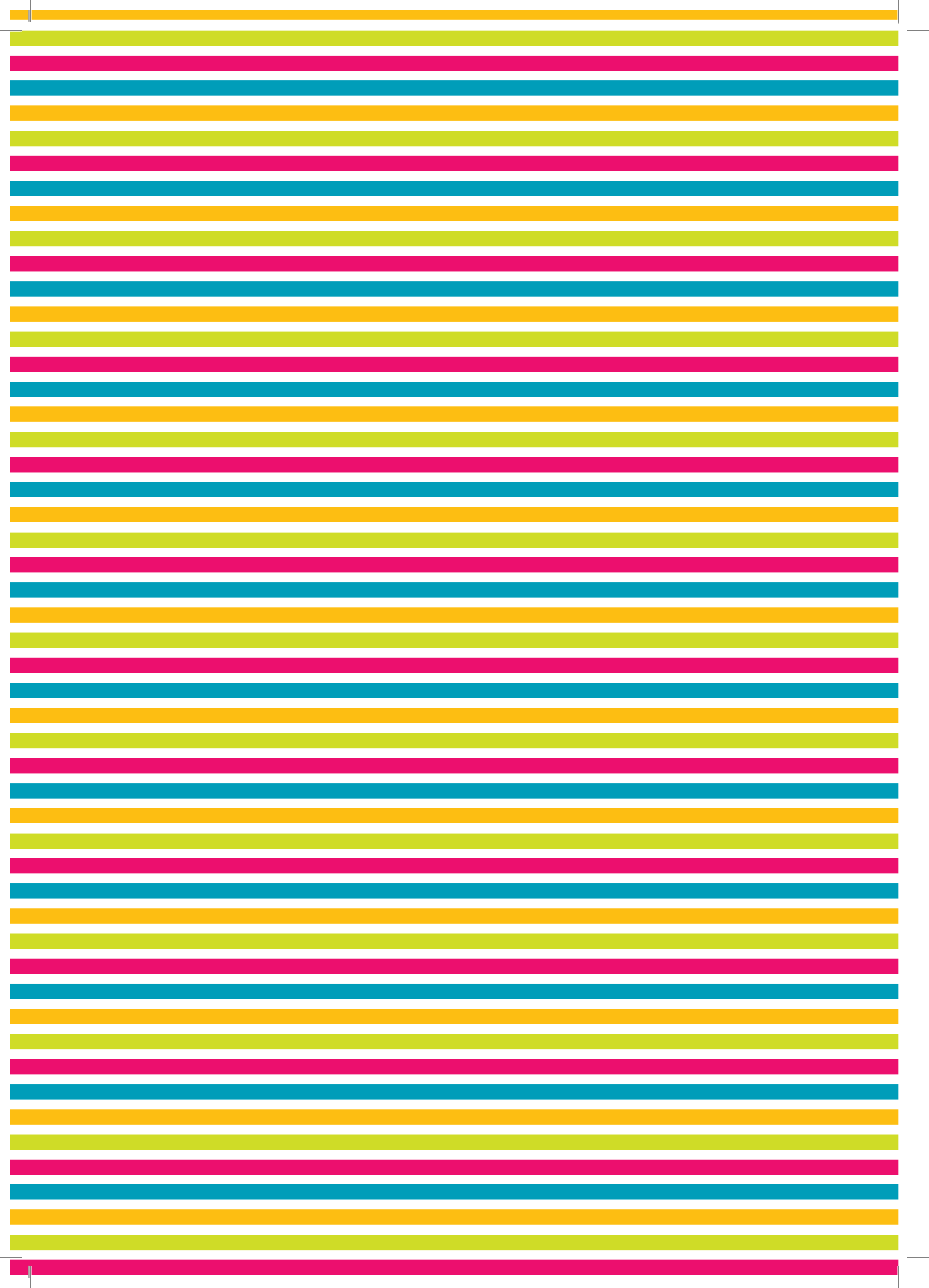


NOS RELACIONAMOS  
EN LA

# IGUAL DAD

Propuesta didáctica  
para el abordaje de la  
VIOLENCIA DE GÉNERO  
dirigida a  
adolescentes y jóvenes  
de 12 a 29 años



NOS RELACIONAMOS  
EN LA

IGUAL  
DAD

Propuesta didáctica  
para el abordaje de la  
VIOLENCIA DE GÉNERO  
dirigida a  
adolescentes y jóvenes  
de 12 a 29 años

### **Nos relacionamos en la igualdad**

El desarrollo de este manual se realiza en el marco del proyecto “Ñañemoarandu ha Ñañeñanduka”- Aprendemos y nos hacemos sentir; de prevención de violencia de género en Paraguay y Brasil. Es implementado por la Fundación Panamericana para el Desarrollo (PADF) y Base Educativa y Comunitaria de Apoyo (BECA).

La intención de PADF es que este manual sea utilizado lo más ampliamente posible y que sea un material vivo de constante retroalimentación. Su contenido puede reproducirse parcialmente, siempre y cuando se cite adecuadamente. Esta publicación forma parte de un trabajo colectivo liderado por PADF y BECA.

#### **Carlo Arze**

Representante País de la Fundación Panamericana para el Desarrollo

#### **Agustina Gómez Cáceres**

Directora del Proyecto de Prevención de violencia de género Paraguay y Brasil de la Fundación Panamericana para el Desarrollo

#### **Norma Benítez**

Coordinación del Proyecto integrante de la organización Base Educativa y Comunitaria de Apoyo

#### **Sara Raquel López Cristaldo**

Consultora para la elaboración del manual

**Roxana Arroyo, Laura Aragón, Clemencia Bareiro, Claudia Cadenas, Agustina Gómez Cáceres, Norma Benítez, Gustavo Blanco, María M. Pereira, Anya Victoria-Delgado.**

Revisión técnica

**Alejandra Amarilla, Ana Goetz, Andrea Esquivel, Araceli Echeverría, Carlos Ortellado, Celeste Saracho, Daniel Cardozo, Dea Acosta, Diego Lesme, Elan Morínigo, Jimena Cáceres, Joel González, Jonathan Páez, Liry Ovelar, María José Saracho, Nathalia López, Nelson Martínez, Rocío Llamosas, Rodrigo Hermosilla, Ruth Encina, Teodora Villalba, Ulises Medina**

Adolescentes y jóvenes participantes en la validación del manual

#### **Emigdia Ybáñez**

Edición de texto y estilo

#### **Celeste Prieto**

#### **Araceli González**

Diseño y maquetación

## ÍNDICE

PRESENTACIÓN	7
CONSIDERACIONES SOBRE EL ABORDAJE DEL MANUAL	9
INTRODUCCIÓN	11
¿Qué es el manual?	11
¿A quiénes va dirigido?	11
¿Cuál es el enfoque del manual?	11
¿Cómo está organizado?	14

### MÓDULO 1

#### ¿Cómo somos o cómo nos hemos construido?

<b>A. Aproximación conceptual</b>	21
¿Qué es el patriarcado?	21
¿A qué llamamos género?	22
¿Qué es el sexo?	23
¿Qué es el sistema sexo – género?	24
¿Qué son los estereotipos de género?	25
¿Qué son los roles de género?	26
¿Qué es el androcentrismo?	27
¿Qué es el sexismo?	28
¿Qué es el machismo?	29
¿Qué es el feminismo?	30
<b>B. Consideraciones metodológicas para el Módulo 1</b>	31
<b>C. Propuesta didáctica para el Módulo 1</b>	32
Tema 1. Nos conocemos	32
Actividad 1. Ficha de Presentación	33
Tema 2. Sexo y género ¿qué diferencias encontramos?	34
Actividad 1. Discutimos sobre sexo y género	36
Actividad 2. Roles de género	39
Actividad 3. Lenguaje sexista	42
Actividad 4. Cierre de Sexo y género	45
Tema 3. Machismos y micromachismos	46
Actividad 1. ¿Qué cosas escuchamos en nuestras vidas?	47
Actividad 2. Analicemos los machismos	48
<b>D. Evaluación del Módulo 1</b>	50

### MÓDULO 2

#### ¿Nuestras relaciones son respetuosas?

<b>A. Aproximación conceptual</b>	55
¿Qué es la discriminación?	55
Discriminación contra la mujer	56
¿Qué entendemos por violencia?	57
Violencia de género	57
¿Por qué la violencia contra las mujeres es una cuestión de derechos humanos?	58
¿Qué instrumentos normativos protegen a las mujeres contra todo tipo de violencia?	59
¿Qué es el feminicidio?	62
La violencia entre adolescentes y jóvenes	63
¿Qué es el <i>bullying</i> ?	63
Violencia <i>online</i> hacia adolescentes	64
¿Qué es el acoso sexual?	66
<b>B. Consideraciones metodológicas para el Módulo 2</b>	67
<b>C. Propuesta didáctica para el Módulo 2</b>	67
Tema 1. Las violencias	68
Actividad 1. Reconociendo las violencias	69
Tema 2. La violencia interpersonal	70
Actividad 1. Collage de la Violencia	
Actividad 2. De “corajes, riesgos y violencias” (Actividad dirigida a hombres)	73
Actividad 3. Reconociendo la relación entre discriminación y las violencias de género	74
Actividad 4. Reconociendo las violencias de género. Violencia de género en las redes	77
Tema 3. Acoso Sexual	81
Actividad 1. Acoso callejero	82
Actividad 2. Acoso laboral ¿Qué tan conscientes somos?	83
<b>D. Evaluación del Módulo 2</b>	84

## MÓDULO 3

### ¿Cómo nos relacionamos en pareja?

<b>A. Aproximación conceptual</b>	89
Las relaciones en pareja	89
Comunicación: elemento clave	90
El amor romántico	90
Los mitos del amor romántico	92
Violencia en el noviazgo	96
El ciclo de la violencia	98
Los derechos sexuales	99
Violencia sexual y consentimiento	100
El consentimiento	101
<b>B. Consideraciones metodológicas para el Módulo 3</b>	102
<b>C. Propuesta didáctica para el Módulo 3</b>	103
Tema 1. Relaciones de pareja y mitos del amor romántico	103
Actividad 1. Recordando mis relaciones	104
Actividad 2. Reconociendo el amor romántico en nuestra cultura	106
Actividad 3. Dibujando mi relación ideal	107
Actividad 4. ¿Qué cosas puedo hacer yo?	108
Actividad 5. Los mitos del amor romántico	109
Tema 2. Las relaciones de violencia en la pareja	112
Actividad 1. Cómo son/fueron mis relaciones de pareja	112
Actividad 2. La violencia en el noviazgo	115
Tema 3. Derechos sexuales	116
Actividad 1. El consentimiento	116
Actividad 2. La cultura de la violación	117
Actividad 3. ¿Cómo se ejerce la violencia sexual?	118
<b>D. Evaluación del Módulo 3</b>	119

## MÓDULO 4

### ¿Qué podemos hacer ahora?

<b>A. Aproximación conceptual</b>	123
Los sentimientos y las emociones	123
Solución de conflictos	124
Construcción de la autoestima	125
Conformación de liderazgos	126
<b>B. Consideraciones metodológicas para el Módulo 4</b>	128
<b>C. Propuesta didáctica para el Módulo 4</b>	129
Tema 1. Autoestima y autoconocimiento	129
Actividad 1. El abanico de las emociones	130
Actividad 2. Me expreso sin temores	132
Actividad 3. Veo veo...	133
Actividad 4. Cuestionando al sentido común	136
Tema 2. Resolución de problemas	137
Actividad 1. Afrontando los conflictos	138
Actividad 2. TANGRAM. Cómo resolvemos los problemas	140
Tema 3. Conformación de liderazgos	141
Actividad 1. Reconociendo liderazgos	141
Actividad 2. El nudo	143
<b>D. Evaluación del Módulo 4</b>	144
CENTRO DE RECURSOS PARA LA ATENCIÓN DE CASOS DE VIOLENCIA DE GÉNERO	146
Líneas telefónicas de instituciones del Estado	146
Líneas telefónicas de organizaciones de la sociedad civil	146
Instituciones	147
BIBLIOGRAFÍA	148
ANEXOS	154
Figuras del Tangram	154

## PRESENTACIÓN

Este manual contribuye al trabajo de la prevención de la Violencia Basada en Género (VBG), una pandemia que afecta a mujeres y niñas de manera desproporcionada. Esta violencia ocurre en espacios públicos y privados, generando desigualdades, discriminación y violaciones a los derechos humanos.

La violencia está enraizada en una cultura de abuso de poder y privilegios, así como en normas culturales estereotipadas que atentan contra la integridad y dignidad de las personas. Sin embargo, las intervenciones tempranas con adolescentes y jóvenes tienen el potencial de cuestionar estos estereotipos machistas y revertirlos.

Con este material, PADF busca contribuir a dotar de herramientas para modificar creencias estereotipadas y sexistas y prácticas nocivas. En su lugar, se pretende el ejercicio de una ciudadanía social más igualitaria, en el marco de procesos democráticos, donde mujeres y hombres establecen relaciones solidarias y la violencia deja de ser una herramienta política de dominación.

Se estima que, a nivel mundial, 1 de cada 3 mujeres ha sufrido violencia física o sexual por parte de su compañero sentimental. El 38% de los asesinatos de mujeres que se producen en el mundo son cometidos por su pareja masculina<sup>1</sup>. En algunos países, 1 de cada 3 adolescentes inició su vida sexual de manera forzada y son 21 millones de personas las que realizan trabajos forzados, de las cuales 4.5 millones sufren explotación sexual, siendo el 98% mujeres y niñas. En la actualidad, 700 millones de mujeres se casaron antes de los 18 años y la tercera parte lo hizo antes de los 15 años<sup>2</sup>.

En Paraguay, el Observatorio de la Mujer (2020) presentó estos resultados, entre otros, de su monitoreo de casos: 32 víctimas de feminicidios, 4 víctimas menores de edad, 17 tentativas de feminicidios y 15.500 mujeres de todo el país que solicitaron asistencia, jurídica, social o psicológica.

En Brasil, el Servicio de Información Ciudadana del Ministerio de la Mujer, Familia y Derechos Humanos (SIC/MMFDH), registró entre marzo y junio de 2020: 429 mujeres asesinadas en 26 de los 28 Estados del país, lo que representa un promedio de 107 feminicidios al mes. Tres al día. Uno cada siete horas. En el informe, se destacan dos tipos de violencia: psicológica y patrimonial. En total, se registraron 54.899 denuncias de violencia psicológica en los primeros seis meses del año y 170.000 infracciones del mismo tipo.

---

<sup>1</sup> Organización Mundial de la Salud. (2021). Violencia contra la mujer. Disponible en: <https://bit.ly/3DAHHJT>

<sup>2</sup> Organización de las Naciones Unidas, Mujeres. (2016). Ending Child Marriage: Progress and prospects, pág. 1. 2013. Disponible en: <https://bit.ly/3jDq2Jk>

Estos datos fueron obtenidos a través del mecanismo que establece la Ley de Acceso a la Información (LAI).

Con lo expuesto, se evidencia la problemática, que “el género del agresor y de la víctima son fundamentales, no solo en la motivación para la violencia, sino también en la manera en la que la sociedad tolera o responde a la violencia. Mientras que la violencia contra hombres es más probable que se cometa por parte de una persona alejada o totalmente desconocida, las mujeres a menudo experimentan más violencia a manos de aquellos con los que tienen una relación estrecha: la pareja íntima, familiares, etc.”<sup>3</sup>.

El Proyecto de ***Prevención de la Violencia de Género en Paraguay y Brasil*** es un trabajo en conjunto de la Fundación Panamericana para el Desarrollo (PADF) y Base Educativa y Comunitaria (BECA); que busca prevenir la violencia de género a través de la movilización de adolescentes y jóvenes, para que analicen críticamente y modifiquen la cultura machista y las reglas no escritas sobre el deber ser de los hombres y mujeres, y amplíen este mensaje en sus comunidades.

Uno de los productos constituye este manual “*Nos relacionamos en Igualdad*”. *Propuesta didáctica para el abordaje de la violencia basada en género dirigida a adolescentes y jóvenes de 12 a 29 años.*

Se espera que este manual sea un instrumento de utilidad práctica para adolescentes y jóvenes, como así también de profesionales, organizaciones de la sociedad civil y diferentes entidades interesadas en trabajar para dejar de normalizar la violencia de género. Al mismo tiempo, permite cuestionar y revertir las prácticas patriarcales existentes.

Tanto jóvenes como adolescentes fueron parte del proceso de elaboración de este material, realizaron revisiones, aportes de vivencias, necesidades, lenguajes acordes, contextualización, materiales visuales y musicales. Agradecemos sus contribuciones para garantizar que sea un documento que incorpore la perspectiva de juventudes y adolescentes.

Este manual es una guía que orienta, y está abierta para que, a través de la creatividad, se encuentren los caminos para generar procesos colectivos y de este modo, se construya el cambio y se cimientan la igualdad, el ejercicio y disfrute de los derechos humanos para mujeres y hombres.

Esta publicación forma parte del trabajo colectivo liderado por la Fundación Panamericana para el Desarrollo (PADF) y Base Educativa y Comunitaria de Apoyo (BECA).

<sup>3</sup> Inter-Agency Standing Committee -IASC-. (2015). Directrices para la Integración de las intervenciones contra la violencia de género en la acción humanitaria. Comité Permanente entre Organismos. Unfpa. p. 3



## CONSIDERACIONES SOBRE EL ABORDAJE DEL MANUAL

La propuesta metodológica parte de la idea de entender el desarrollo de muchas de las prácticas realizadas desde un enfoque de género, dotar de herramientas conceptuales, generar un quiebre en las formas de enseñanzas tradicionales, potenciar el liderazgo e incentivar el uso del lenguaje, debate, reflexión y acercamiento que tienen adolescentes y jóvenes entre sí, para constituirse en protagonistas, multiplicadores y agentes de cambio en sus comunidades y con las personas con quienes se rodean de forma frecuente.

Este manual busca ser una herramienta para la persona facilitadora, con la intención de fortalecer sus habilidades para adecuar la metodología a las necesidades y características de cada grupo participante de los encuentros, teniendo presente que el objetivo final es posibilitar el abordaje de manera dinámica, interactiva, participativa y colaborativa.

Se debe tener en cuenta que, al trabajar con personas del grupo etario de 12 a 17 años, así como de 18 a 29 años, el lenguaje utilizado debe ser sencillo, con ejemplos que partan de sus propias experiencias y complementadas con las características de sus vivencias, según lo establecido en la generalidad del proceso de desarrollo emocional.

El marco conceptual es genérico y es el mismo para todas las personas, y al igual que la estrategia metodológica, la diferencia estará en los términos utilizados. El lenguaje con el que se transmite debe ser claro, sencillo y, además de considerar la edad, contemplar el contexto en el que se está desarrollando.

Otro punto a cuidar al hablar de violencia con adolescentes y jóvenes es el marco legal que les protege, diferenciando aquellos casos que tienen establecidos marcos normativos que sancionan las conductas de las personas adultas y las prácticas que vulneran derechos como el abuso sexual, la violencia en las redes sociales, entre otras.

Un abordaje respetuoso incluye la escucha atenta, la posibilidad de contención si alguna o algún adolescente o joven se siente afectado o afectada por el tema, e identificar su entorno de referencia y confianza para sugerirle que se acerque a esa persona.

Se espera que este manual sea un instrumento de gran utilidad práctica para adolescentes y jóvenes; que impulse el trabajo en conjunto de manera transversal para así dejar de normalizar la violencia existente a nivel nacional, regional e internacional y que, en consecuencia, pueda bajar la curva de la misma.



## INTRODUCCIÓN

### ● ¿Qué es el manual?

El manual *Nos relacionamos en la igualdad* es una propuesta didáctica para abordar la violencia basada en género con adolescentes y jóvenes de Paraguay y Brasil a través de actividades que buscan conectar las experiencias cotidianas con la reflexión del problema para plantear posibles salidas a la situación.

### ● ¿A quiénes va dirigido?

Este manual busca facilitar el trabajo de personas y organizaciones que desarrollan el tema de violencia de género. Se proponen actividades tomando en consideración los problemas, preocupaciones y expectativas que, por lo general, dicha población se encuentra atravesando en sus vidas.

### ● ¿Cuál es el enfoque del manual?

El manual reconoce a adolescentes y jóvenes como sujetos protagónicos que de acuerdo a sus edades pueden desarrollar su autonomía. Este material se basa en los siguientes enfoques:

**Enfoque de Derechos Humanos:** implica que cualquier política, programa, medida o acción desarrollada tendrá como principal objetivo la realización de los derechos humanos. Los derechos humanos son "(...) derechos inherentes a todos los seres humanos, sin distinción alguna de nacionalidad, lugar de residencia, sexo, origen nacional o étnico, color, religión, lengua, o cualquier otra condición. Todos tenemos los mismos Derechos Humanos, incluido el derecho a vivir sin discriminación. Estos derechos son interrelacionados, interdependientes e indivisibles"<sup>4</sup>.

Los tratados internacionales y leyes de Paraguay reconocen los derechos humanos. A continuación, se citan los tratados que son relevantes para trabajar sobre la violencia de género con niñas, niños y adolescentes:

- ▶ Declaración Universal de Derechos Humanos
- ▶ Convención de los Derechos del Niño
- ▶ Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación

<sup>4</sup> Organización de las Naciones Unidas. Derechos Humanos. Oficina del Alto Comisionado. (sin fecha) ¿Qué son los Derechos Humanos? Disponible en: <https://bit.ly/3uZUJvI>

contra la Mujer (CEDAW)

- ▶ Convención Interamericana para prevenir, sancionar y erradicar la violencia contra la mujer (conocida como Convención de Belem do Pará)<sup>5</sup>

Paraguay es signatario de la CEDAW, mediante la Ley 1215/1986, y de la Convención de Belem do Pará, a través de la Ley 605/1995. Ambos instrumentos son herramientas jurídicas fundamentales para garantizar a las mujeres una vida libre de violencia<sup>6</sup>.

El enfoque de derechos asume la existencia de desigualdades económicas, políticas, sociales y culturales, por lo cual, centra su atención en aquellos grupos de la población que se encuentran en situación de marginación, exclusión y discriminación; como son las niñas, niños, adolescentes y jóvenes, principalmente mujeres que, a pesar de los avances del movimiento feminista, siguen siendo explotadas, discriminadas y violentadas.

Otros marcos regulatorios tienen como objeto de la ley a adolescentes y jóvenes y le asignan un lugar en sus procesos de desarrollo, como el Código de la Niñez y la Adolescencia, que tiene como principio el interés superior del niño y la niña. Este código busca asegurar el desarrollo integral de niños, niñas y adolescentes, así como el ejercicio y disfrute pleno de sus derechos y garantías; y establece, en el Art. 14, el derecho a la salud sexual y reproductiva, asignando al Estado, con la activa participación de la sociedad y las familias, garantizar programas de salud y educación sexual integral; y el derecho a ser informados de acuerdo a su desarrollo, su cultura y valores familiares.

**Perspectiva o enfoque de género:** es una estrategia técnica y política que permite identificar y analizar la discriminación basada en género en las relaciones sociales y de poder que se establecen entre hombres y mujeres. El objetivo de esta estrategia es hacer de las necesidades y experiencias de las mujeres, y también de los hombres, parte integral del diseño, implementación, monitoreo y evaluación de toda política y programa. En otras palabras, la igualdad entre mujeres y hombres es la meta; la perspectiva de género es el camino para llegar a ella.

**Interculturalidad y no discriminación:** se reconoce a Paraguay como una nación pluricultural donde conviven diversas culturas (originarias, nacionales y extranjeras) y como consecuencia, la niñez, adolescencia y juventud tienen una diversidad de expresiones, según contexto, adscripción étnica, orientación sexual, preferencia religiosa y otras. Es clave que las personas que facilitan los encuentros puedan empatizar con quienes participan, adecuar

<sup>5</sup> Ministerio de Relaciones Exteriores. Consulta de Tratados firmados y ratificados por Paraguay. Disponible en: <https://bit.ly/33QXiv5>

<sup>6</sup> Zub Centeno, M. (2016). Violencia contra las mujeres en Paraguay: Avances y desafíos. ONU Mujeres, Asunción, Paraguay: ONU Mujeres. p. 34.

el lenguaje, los ejercicios y los cierres, de forma tal que ninguna persona se sienta excluida del proceso.

**Enfoque interseccionalidad:** la teoría feminista, históricamente, tuvo un papel fundamental en el reconocimiento de la diversidad de mujeres que habitan en los territorios. Existen factores que profundizan las discriminaciones como, por ejemplo: la edad, clase social, la raza, el color de la piel, la etnicidad, el idioma, la orientación sexual, la discapacidad, entre otros que ubican a las personas en una determinada posición social. Para comprender esta situación, se recurre a la interseccionalidad, “una herramienta analítica para estudiar, entender y responder a las maneras en que el género se cruza con otras identidades y cómo estos cruces contribuyen a experiencias únicas de opresión y privilegio”<sup>7</sup>. Analizar las desigualdades desde la mirada interseccional, permite revelar las dobles o triples discriminaciones que viven las mujeres como consecuencia de otras características. La interseccionalidad es clave en el enfoque de derechos humanos.

**Educación inter-pares:** es una estrategia en la cual facilitadoras y facilitadores tienen la edad y formación similar a las personas a quienes va dirigida el proceso formativo. En este sentido, se busca que adolescentes y jóvenes asuman roles formadores con sus propios grupos buscando comunicar y/o transmitir conocimientos, metodologías, estrategias y propuestas de acción. Con frecuencia se utiliza esta metodología para producir cambios en el plano individual que, a su vez, conduzcan a cambios en el plano social<sup>8</sup>.

Una regla básica del manual es garantizar la confianza y el respeto. Facilitadoras y facilitadores deben enfatizar la importancia de que todo lo planteado en los encuentros son vivencias personales y cada tema debe desarrollarse en el marco del respeto hacia todas las personas que participan. La generación de confianza es fundamental para ejercer la autonomía y la libertad individual.

<sup>7</sup> Symington, A. (2004). Interseccionalidad: una herramienta para la justicia de género y la justicia económica. Derechos de las mujeres y cambio económico N° 9. Canadá: Asociación para los Derechos de la Mujer y el Desarrollo. (AWID). p. 1. Disponible en: <https://bit.ly/3fz9uPM>

<sup>8</sup> ONUSIDA. (1999). Educación inter pares y VIH/SIDA. Disponible en: <https://bit.ly/2S0YWka>

## ● ¿Cómo está organizado?

El manual tiene una estructura de presentación por módulos y cada uno de ellos contiene:

**Aproximación conceptual:** son los aspectos conceptuales claves para comprender cada uno de los temas que integran el módulo. Los temas son contenidos desarrollados a partir de textos académicos o de materiales didácticos.

**Consideraciones metodológicas:** cada módulo explicita las formas en las cuales se desarrollarán los temas. Se establece una secuencia que permite a la persona facilitadora encontrar los contenidos principales a estudiar antes de cada encuentro, para tener las herramientas conceptuales que posibilitan generar el debate y realizar los cierres correspondientes. Luego de la lectura, se presentan las *actividades* propuestas a desarrollar en el espacio, que requiere tener presente los objetivos de los diferentes temas, ya que sirven para orientarlas.

**Propuesta didáctica:** Cada módulo tiene el objetivo a desarrollar en los diferentes encuentros. Las actividades se realizan según los temas de cada módulo y, en algunos casos, se plantean dinámicas de motivación para luego trabajar los ejercicios centrales. En cada actividad, se encuentra el tiempo asignado, los recursos necesarios y las ideas principales (que son los contenidos primordiales que deben ser enfatizados como aprendizajes de cada módulo).

**Evaluación del módulo:** al concluir los módulos, se plantean evaluaciones que pueden ser conceptuales, de la actividad en sí misma y otras que miden el cambio de actitudes.

MÓDULO	CONTENIDOS	TEMAS	OBJETIVOS	ACTIVIDADES		
<p><b>1</b></p> <p><b>¿Cómo somos o cómo nos hemos construido?</b></p>	¿Qué es el patriarcado?	<p><b>Tema 1</b> Nos conocemos</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Posibilitar el conocimiento e intercambio entre las personas participantes para la generación de apertura y confianza.</li> <li>• Recoger las preocupaciones, sueños y expectativas de las personas participantes.</li> </ul>	<p><b>Actividad 1</b> Ficha de presentación.</p>		
	¿A qué llamamos género?					
	¿Qué es el sexo?	<p><b>Tema 2</b> Sexo y género ¿qué diferencias encontramos?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diferenciar los conceptos claves de sexo y género a partir de vivencias personales.</li> <li>• Problematizar cómo, en esta sociedad, la asignación de características a hombres y mujeres son transmitidas en nuestra socialización. Reconocer los estereotipos de género presentes en la publicidad y en los medios de comunicación.</li> </ul>	<p><b>Actividad 1</b> Discutimos sobre sexo y género.</p>		
	¿Qué es el sistema sexo-género?			<p><b>Actividad 2</b> Roles de género.</p>		
	¿Qué son los estereotipos de género?			<p><b>Actividad 3</b> Lenguaje sexista.</p>		
	¿Qué son los roles de género?			<p><b>Actividad 4</b> Cierre sobre sexo y género.</p>		
	¿Qué es el androcentrismo?			<p><b>Tema 3</b> Machismos</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Discutir sobre las expresiones más frecuentes que reproducen comportamientos machistas.</li> <li>• Reconocer el machismo y los micromachismos presentes en nuestra cotidianidad.</li> <li>• Reflexionar sobre experiencias personales que configuran micromachismos. Proponer ideas que permitan modificar comportamientos machistas.</li> </ul>	<p><b>Actividad 1</b> ¿Qué cosas escuchamos en nuestras vidas?</p>
	¿Qué es el sexismo?					<p><b>Actividad 2</b> Analicemos los machismos.</p>
	¿Qué es el machismo?					
	¿Qué es el feminismo?					

MÓDULO	CONTENIDOS	TEMAS	OBJETIVOS	ACTIVIDADES
<p><b>2</b></p> <p><b>Nuestras relaciones son respetuosas?</b></p>	<p>¿Qué es la discriminación?</p> <p>Discriminación contra la mujer</p> <p>¿Qué entendemos por violencia?</p> <p>Violencia de género</p> <p>¿Por qué la violencia contra las mujeres es una cuestión de Derechos Humanos?</p> <p>¿Qué instrumentos normativos protegen a las mujeres contra todo tipo de violencia?</p> <p>Tipos de violencia contra la mujer</p> <p>¿Qué es el feminicidio?</p> <p>Violencia entre adolescentes y jóvenes</p> <p>¿Qué es el bullying?</p> <p>Violencia online hacia adolescentes, tipos de violencia</p> <p>¿Qué es el acoso sexual?</p>	<p><b>Tema 1</b> Las violencias</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Identificar las violencias más comunes que se producen en la vida de hombres y mujeres a partir de las vivencias cotidianas, y reconocer que la violencia no es sólo física.</li> </ul>	<p><b>Actividad 1</b> Reconociendo las violencias.</p>
	<p><b>Tema 2</b> La violencia interpersonal</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reflexionar sobre la violencia interpersonal y los diferentes tipos de violencia que las y los adolescentes han recibido a lo largo de su historia personal.</li> <li>Aclarar conceptos relacionados a las violencias que se producen en torno a los prejuicios y estereotipos sexistas.</li> </ul>	<p><b>Actividad 1</b> Collage de la violencia.</p> <p><b>Actividad 2</b> De “corajes, riesgos y violencias” (actividad dirigida a hombres).</p> <p><b>Actividad 3</b> Reconociendo la relación entre discriminación y las violencias de género.</p> <p><b>Actividad 4</b> Reconociendo las violencias de género II. Violencia de género en las redes.</p>	
	<p><b>Tema 3</b> Acoso sexual</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reconocer el acoso callejero como una violencia de género hacia las mujeres.</li> <li>Identificar las formas en que se presenta el acoso laboral en los espacios de trabajo.</li> </ul>	<p><b>Actividad 1</b> Acoso callejero.</p> <p><b>Actividad 2</b> Acoso laboral ¿qué tan conscientes somos?</p>	

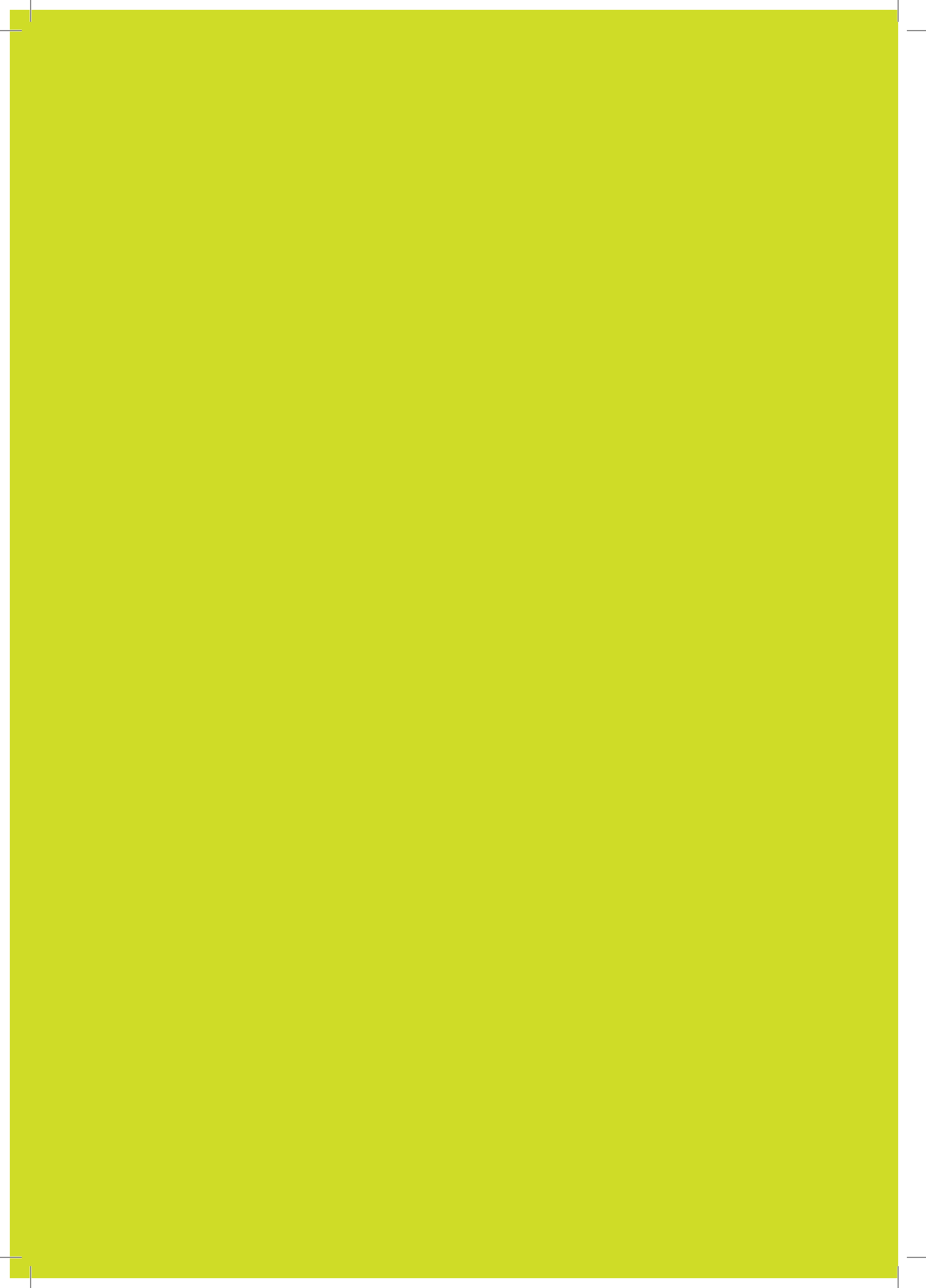


MÓDULO	CONTENIDOS	TEMAS	OBJETIVOS	ACTIVIDADES
<p><b>¿Cómo nos relacionamos en pareja?</b></p>	Las relaciones en pareja	<p><b>Tema 1</b> Relaciones de pareja y mitos del amor romántico</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconocer las formas en las cuales hemos imaginado el amor para comprender que estas ideas se encuentran influenciadas por los mitos del amor romántico.</li> <li>• Identificar los mitos del amor romántico para comprender cómo estos mitos inciden en el establecimiento de relaciones de pareja basadas en la violencia de género.</li> <li>• Relacionar el amor romántico con las situaciones de violencia de género, principalmente, los feminicidios.</li> </ul>	<p><b>Actividad 1</b> Recordando mis relaciones.</p>
	Comunicación: elemento clave			<p><b>Actividad 2</b> Reconociendo el amor romántico en nuestra cultura.</p>
	El amor romántico			<p><b>Actividad 3</b> Dibujando mi relación ideal.</p>
	Los mitos del amor romántico			<p><b>Actividad 4</b> ¿Qué cosas puedo hacer yo?</p>
	La violencia en las relaciones de pareja			<p><b>Actividad 5</b> Los mitos del amor romántico.</p>
	Violencia en el noviazgo	<p><b>Tema 2</b> Las relaciones de violencia en la pareja</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Analizar la violencia de género, principalmente, aquella que se ejerce contra las mujeres en una relación de pareja.</li> <li>• Identificar el ciclo de la violencia en la pareja para comprender cada uno de sus momentos.</li> <li>• Relacionar la violencia de género con los mitos del amor romántico y los estereotipos establecidos en torno a hombres y mujeres.</li> <li>• Comprender por qué una parte importante de las víctimas de violencia de género continúa con sus parejas después de los primeros episodios de maltrato.</li> </ul>	<p><b>Actividad 1</b> ¿Cómo son/fueron mis relaciones de pareja?</p>
	El ciclo de la violencia			<p><b>Actividad 2</b> La violencia en el noviazgo.</p>
	Los derechos sexuales			
	Violencia sexual	<p><b>Tema 3</b> Derechos sexuales</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocer los derechos sexuales como parte de la salud integral de adolescentes y jóvenes.</li> </ul>	<p><b>Actividad 1</b> El consentimiento.</p>
	El consentimiento			<p><b>Actividad 2</b> La cultura de la violación.</p> <p><b>Actividad 3</b> ¿Cómo se ejerce la violencia sexual?</p>

MÓDULO	CONTENIDOS	TEMAS	OBJETIVOS	ACTIVIDADES
<p><b>¿Qué podemos hacer ahora?</b></p>	<p>Los sentimientos y las emociones</p> <p>Solución de conflictos</p> <p>Formas de afrontar los conflictos</p> <p>Construcción de la autoestima</p>	<p><b>Tema 1</b> Autoestima y auto-conocimiento</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconocer las habilidades sociales básicas requeridas para acompañar procesos de formación de pares.</li> <li>• Analizar críticamente el sentido común para realizar propuestas superadoras.</li> </ul>	<p><b>Actividad 1</b> El abanico de las emociones.</p> <p><b>Actividad 2</b> Me expreso sin temores.</p> <p><b>Actividad 3</b> Veo, Veo...</p> <p><b>Actividad 4</b> Cuestionando al sentido común.</p>
	<p>Conformación de liderazgos</p>	<p><b>Tema 2</b> Resolución de problemas</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Valorar la participación activa de las y los integrantes del grupo para la resolución de problemas.</li> <li>• Desarrollar experiencias que favorezcan el trabajo colaborativo.</li> </ul>	<p><b>Actividad 1</b> Afrontando los conflictos.</p> <p><b>Actividad 2</b> TANGRAM. Cómo resolvemos los problemas.</p>
		<p><b>Tema 3</b> Conformación de liderazgos</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconocer los tipos de liderazgo fomentando el liderazgo participativo.</li> <li>• Vivenciar experiencias fortaleciendo el liderazgo participativo.</li> </ul>	<p><b>Actividad 1</b> Reconociendo liderazgos.</p> <p><b>Actividad 2</b> El nudo.</p>

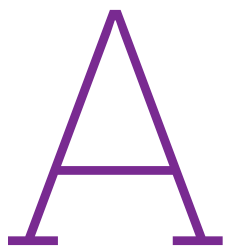
¿Cómo  
somos  
o cómo  
nos hemos  
construido?

MÓDULO



**El objetivo del primer módulo es introducir conceptos claves que están vinculados con la discriminación y la desigualdad, y que son parte de las causas de la violencia de género. En la aproximación conceptual, se exponen las definiciones de dichos conceptos y posteriormente, se sugieren ejercicios para motivar la reflexión.**

Primeramente, se presenta una dinámica rompe-hielo y actividades para establecer lazos de confianza en el grupo, para que cada participante pueda expresarse de manera segura. En segundo lugar, se introducen las diferencias entre sexo y género, y se invita a reflexionar sobre los estereotipos de género y qué sucede cuando las personas no encajan en ellos. En tercer lugar, se introducen conceptos vinculados con actitudes machistas o sexistas que son la causa principal de la violencia de género. Finalmente, se incluye una evaluación para medir los conocimientos aprendidos.



## ● Aproximación conceptual

Las sociedades en las que habitamos son históricas, a veces creemos que son sociedades que 'siempre fueron así'. Sin embargo, la historia de la humanidad ha producido – y sigue produciendo - modelos de vida, en los cuales, los seres humanos creamos, vivimos, somos.

Hace menos de 100 años, las mujeres no tenían derecho a votar y muy pocas de ellas asistían a la universidad. Actualmente, igual número de mujeres que de hombres se gradúan de una carrera universitaria. Aun así, siguen existiendo desigualdades y discriminación que generan violencia.

### ● ¿Qué es el patriarcado?

El **patriarcado** es un sistema de dominación masculina que determina la opresión y subordinación de las mujeres<sup>9</sup>.

El sistema patriarcal permite y propicia la dominación, opresión, subordinación y discriminación de las mujeres por parte de los hombres. También hay otras personas que desafían los estereotipos de género, cuyos derechos

<sup>9</sup> Varela, Nuria y Antonia Santolaya. (2019). Feminismo para principiantes. Adaptación, para lectura fácil. Plena Inclusión, Ministerio de Cultura y deportes, Madrid. Disponible en: <https://bit.ly/3hC7xEG>

también son negados en el sistema patriarcal, en donde se valoran más los atributos masculinos.

Es un sistema de dominación y predominio del hombre -o lo masculino- sobre las mujeres -o lo femenino-, donde se valoran de manera desigual las características biológicas de los sexos y se generan, desde ahí, un conjunto de prácticas, ideas y representaciones sociales que aparentemente 'son naturales' e 'inherentes' a cada sexo.

Estas 'formas de ser' se interiorizan en una sociedad a través de la cultura y la socialización patriarcal, desde antes del nacimiento de niñas y niños por medio de las familias, la comunidad, la escuela, las instituciones y el lenguaje. Son construcciones sociales que mantienen, producen, legitiman y reproducen ideas morales y con ello, relaciones de autoridad y dominación.

### ● ¿A qué llamamos género?

El **género** se refiere a los roles, comportamientos y actividades que una sociedad determinada en una época específica, considera apropiados para cada persona. Estos atributos generan oportunidades diferentes por la condición de ser hombres o mujeres, y además, inciden en las formas de relacionamiento que existe entre hombres, entre mujeres y entre hombres y mujeres.

**Estos atributos, oportunidades y relaciones son construcciones sociales y se aprenden a través del proceso de socialización. Además, son específicas a un contexto o época y son cambiantes. Es importante resaltar también, que el género determina qué se espera, qué se permite y qué se valora en una mujer o en un hombre, dentro de un contexto determinado<sup>10</sup>.**

Marcela Lagarde señala que hombres y mujeres están estructurados por su posición social y económica de género, por sus funciones sociales y su pertenencia a instituciones (pareja, familia, iglesias, instancias en el mundo público civil y estatal)<sup>11</sup>. Asimismo, cada institución establece funciones específicas de organización de géneros con mayor o menor peso y poder. Es decir, existen mujeres y hombres con menos opciones y mayores deberes irrenunciables, con vidas encerradas y estrictas; y como consecuencia, con menor poder. Así como también, hay quienes tienen menos deberes e incluso tienen alternativas de acción, posibilidades de cambiar y una vida

<sup>10</sup> UN Women, (2016). OSAGI Gender Mainstreaming - Concepts and definitions en: Profundicemos en términos: Guía para periodistas, comunicadoras y comunicadores. ONU Mujeres Guatemala. Disponible en: <https://bit.ly/3yjTWaZ>

<sup>11</sup> Lagarde, Marcela y de los Ríos. (2018). Género y feminismos. Desarrollo humano y democracia. México: Siglo XXI Editores.

cotidiana con oportunidades y recursos, con poder y capacidad de decidir en libertad.

En este mundo patriarcal, para el hombre implica vivir “desde una condición privilegiada, jerárquicamente superior y valorada positivamente”. En cambio, para las mujeres, “implica vivir a contracorriente, desde una condición inferiorizada” donde “los hechos de las mujeres son desvalorizados o invisibilizados, colocándolas en una posición jerárquica menor, subordinada y sometidas a dominación (Lagarde, 2018).

La *perspectiva de género* es una herramienta que permite desmontar estos mecanismos que se encuentran naturalizados como mandatos establecidos. Los movimientos feministas, en el análisis de estas relaciones, fueron quienes mostraron cómo estas desigualdades, construidas históricamente desde un lugar de poder, producen las asimetrías. Desde un lugar teórico y principalmente político, han buscado desmontar la naturalización de las relaciones, buscando la igualdad entre hombres y mujeres.

Estas conclusiones abrieron el camino para comprender que las desigualdades generadas por el patriarcado, donde las mujeres tienen una condición de desventaja, no son naturales; sino construidas desde un lugar de poder.

### ● ¿Qué es el sexo?

El **sexo** es el conjunto de características físicas y anatómicas diferentes que los seres humanos tenemos naturalmente. Tanto mujeres como hombres nacen con atributos biológicos otorgados por los órganos sexuales y reproductivos (internos y externos) que son universales. No dependen del lugar de nacimiento ni de la etnia, ni del país o temporalidad.

Las mujeres y los hombres presentan órganos sexuales y reproductivos distintos, tanto internos como externos. Por ejemplo, las mujeres tienen: vagina, vulva, clítoris, ovarios, etc. y los hombres: pene, testículos, próstata, etc. Una persona es de uno u otro sexo, de acuerdo a sus órganos sexuales y reproductivos.

Estas diferencias van aumentando durante el crecimiento con la aparición de características secundarias, producto de las hormonas sexuales masculinas y femeninas, como, por ejemplo: a las adolescentes, les crecen los pechos, se les ensanchan las caderas y les llega la menstruación. A los hombres, les cambia la voz, salen los bigotes y se les agranda la espalda.

En síntesis, el sexo es definido por las diferencias biológicas entre hombres y mujeres; una persona es de uno u otro sexo según los órganos sexuales

y reproductivos que presente. El sexo está acompañado por las hormonas sexuales, que son sustancias que fabrican y segregan glándulas sexuales.

Reconocer estas diferencias biológicas reales entre niñas y niños, mujeres y hombres, debe servir para realizar políticas y fomentar acciones que tengan en cuenta a las necesidades diferenciadas de cada grupo. Por ejemplo, al desarrollar medicamentos, se considera el impacto que tiene en hombres y mujeres que difiere por las hormonas distintas que posee cada sexo; por lo que también es importante reconocer estas diferencias biológicas en los tratamientos médicos.

El reconocimiento de la diferencia de sexo entre hombres y mujeres debe servir para generar acciones que fomenten la igualdad y no para discriminar a las mujeres o niñas.

El *género*, en cambio, es construido históricamente y varía, de acuerdo, a cada sociedad y cultura. Son las actitudes, roles, valores y comportamientos esperados en hombres o mujeres en una sociedad determinada; en otras palabras, el 'deber ser hombre y mujer' impuestos a cada sexo mediante el proceso de socialización. Al ser una construcción social y cultural, es histórica y puede modificarse.

### ● ¿Qué es el sistema sexo – género?

El **sistema sexo-género** es un sistema de organización social que se vale de los roles y estereotipos de género para clasificar y estructurar la sociedad de manera binaria, generando una relación de desigualdad entre las dos categorías (hombre-mujer). Encasillar a las personas en categorías determinadas, sólo por pertenecer a un sexo o al otro, genera desventajas en sus vidas cotidianas.

El sistema sexo-género analiza cómo, en base al sexo, se construyen atributos sociales, culturales o de personalidad. A partir de las diferencias biológicas de hombres y mujeres, se asignan características y comportamientos masculinos y femeninos y una única dirección del deseo (cuerpo opuesto). Esta forma de comprender el mundo se denomina *heteronormativa* porque "pauta los roles sobre la base de la diferencia anatómica entre los sexos; crea modos correctos de ser hombre y ser mujer y valida una única sexualidad, la hetero; excluye, descalifica, neutraliza o persigue lo diferente"<sup>12</sup>.

<sup>12</sup> Tufro, María Lucila. (2018) ¿Qué hacer?: Herramientas para prevenir la discriminación y la violencia de género desde la escuela. Buenos Aires, Argentina: Trama – Lazos para el Desarrollo. Disponible en: <https://bit.ly/3BCVBcq>



## ● ¿Qué son los estereotipos de género?

Los **estereotipos de género o sexistas** son generalizaciones simplistas sobre los hombres y mujeres. Las características estereotipadas sobre los hombres, los describen como competitivos, codiciosos, autónomos, independientes, valientes, etc. Los estereotipos sobre las mujeres las representan como maternales, bonitas, femeninas, cooperadoras, acogedoras, atentas y comunicativas.

Si estos estereotipos se basan en cuestiones relacionadas con lo que se considera propio para cada uno de los sexos (según sean hombres o mujeres), se habla de *estereotipos de género*<sup>13</sup>.

### Estereotipos atribuidos a las mujeres o "femeninos"

**Espontaneidad**



**Ternura**



**Debilidad física**



**Intuición**



**Aceptación**



**Superficialidad**



**Sensibilidad**



**Sumisión**



**Pasividad**



**Abnegación**



**Volubilidad**



**Dependencia**



**Escasa necesidad sexual**



### Estereotipos atribuidos a los hombres o "masculinos"

**Razón**

**Violencia**

**Fuerza física**

**Inteligencia**

**Autoridad**

**Profundidad**

**Espíritu emprendedor**

**Dominio**

**Actividad**

**Inconformismo**

**Tenacidad**

**Independencia**

**Fuerte impulso sexual**

Fuente: Fundación Mujeres. Mujeres en red. La primera discriminación de las mujeres: la teoría sexo-género.

Con frecuencia, los estereotipos se usan para justificar la discriminación de género. Los mensajes que refuerzan los estereotipos de género y la idea que las mujeres son inferiores, vienen en una variedad de 'envases', des-

<sup>13</sup> Fundación mujeres. (sin fecha). Mujeres en red. La primera discriminación de las mujeres: la teoría sexo-género. Disponible en: <https://bit.ly/3oB1npW>

de canciones y anuncios publicitarios hasta proverbios tradicionales<sup>14</sup>. Por ejemplo, las frases o dichos urbanos como ‘calladita te ves más bonita’, ‘el hombre no puede aguantar sus impulsos sexuales’, etc.

Cuando los estereotipos encasillan a las personas en categorías rígidas, se limita la libertad de las personas de seguir sus intereses y gustos, se deja de reconocer que todas las personas somos diferentes y únicas, y se olvida que no encajamos completamente en una categoría, no se puede generalizar.

En la sociedad actual, cuando las personas no corresponden a estos estereotipos son criticadas y discriminadas o pueden ser objeto de burla. Por ejemplo, una joven mujer que le guste jugar fútbol o que tenga un fuerte impulso sexual o un joven hombre que demuestra ser sensible y llora o le gusta bailar ballet. Estos estereotipos pueden causar discriminación, que también es una de las razones de la violencia de género.

### ● ¿Qué son los roles de género?

Los **roles de género** se refieren a las normas sociales y de conducta que, dentro de una cultura específica, son ampliamente aceptadas como socialmente apropiadas para las personas de un sexo específico. Suelen determinar las responsabilidades y tareas tradicionalmente asignadas a hombres, mujeres, niños y niñas.<sup>15</sup>

Cuando una mujer está embarazada y conoce el sexo de su bebé, con frecuencia, comienza los procesos de clasificación que serán fortalecidos en los diferentes momentos de socialización. Así, con base en el sexo del bebé, se asignarán expectativas de comportamiento.

Desde ese momento, niñas y niños organizan sus experiencias de vida, y el sexo al que pertenecen, permite una identificación con aquello esperado, construido en todas sus manifestaciones: sentimientos, comportamientos, juegos, etc. Desde ahí, construyen su vida y se relacionan con su entorno en los diferentes espacios de la vida social.

Los roles de género asignan el valor productivo (ganar dinero) a los hombres y a las mujeres el del cuidado, por lo que las asocian con la maternidad y lo doméstico.

Lo doméstico “abarca la organización y atención de la familia y las labores del cuidado del hogar. Territorio ocupado y adjudicado hasta hoy, ma-

<sup>14</sup> UN Women. (2016). OSAGI Gender Mainstreaming - Concepts and definitions

<sup>15</sup> Ibidem.

yoritariamente, a las mujeres. Tiene que ver con el trabajo reproductivo, con actividades no remuneradas y, por lo tanto, no tiene valor y permanece en segundo plano”<sup>16</sup>.

Por su parte, lo masculino se refuerza con la idea de que la seguridad y la rudeza permiten enfrentar el espacio público. Lo público “abarca las tareas relacionadas en general con la vida económica, política y social. Territorio ocupado y adjudicado hasta hoy, mayoritariamente, por y para los hombres. Tiene que ver con el trabajo productivo de carácter mercantil y, por tanto, tiene un valor de cambio. Es visible”<sup>17</sup>.

La división sexual del trabajo, entonces, es la división del trabajo remunerado (trabajo productivo) y no remunerado (trabajo reproductivo) entre hombres y mujeres en la vida pública y en la privada (no pública), en función de los roles de género.

De esta forma, el espacio público y el espacio privado son valorados de forma diferente y desigual. “El mundo público, estimado y reconocido tanto social como económicamente, en detrimento del mundo privado de los afectos-cuidados al deber ser de las mujeres, invisibilizado y no reconocido”<sup>18</sup>.

### ● ¿Qué es el androcentrismo?

El **androcentrismo** “es la visión del mundo que sitúa al hombre como centro de todas las cosas”, parte de la idea de que la mirada masculina es la única posible y universal, generalizando y nombrando a hombres y mujeres bajo esta única perspectiva.

El modelo de sociedad androcéntrica supone<sup>19</sup>:

- ▶ Lo propio y característico de los varones como centro del universo, parámetro de estudios y análisis de la realidad y experiencia universal de la especie humana.
- ▶ Una confusión entre la humanidad con el varón.
- ▶ Una ocultación de las mujeres y de su papel a lo largo de la historia.
- ▶ Una forma explícita de sexismo.

<sup>16</sup> Fundación mujeres. (sin fecha). (p. 3).

<sup>17</sup> Ídem.

<sup>18</sup> Pico de Lora. Con otros ojos. (sin fecha). Mirarnos en clave de géneros. Buenos Aires, Argentina: Trama – Lazos para el Desarrollo. p. 22  
Disponible: <https://bit.ly/3u0QRcD>

<sup>19</sup> Fundación mujeres. (sin fecha). p. 1.

El androcentrismo se produce y reproduce a través del lenguaje androcéntrico, en el orden social, económico y jurídico. El lenguaje es la principal vía de transmisión cultural de valores, de generación en generación. El aprendizaje, en una sociedad, se realiza mediante el lenguaje, ya que cuando se aprende una lengua, se adquieren los valores sociales, actitudes y formas de estar en el mundo de una cultura determinada. Así, el lenguaje refleja una realidad social que expresa el sentir de la sociedad que la utiliza, reproduciendo relaciones de subordinación o comportamientos discriminatorios basados en la desigualdad entre hombres y mujeres.

Cabe recordar que, en el proceso de socialización, las sociedades perpetúan las diferencias en función del sexo, a través de sus principales agentes de socialización: la familia (como primera transmisora de ideas y valores que incorporan estereotipos de género a niñas y niños), la escuela (que reproduce pautas discriminatorias basadas en los estereotipos de género), los medios de comunicación y la publicidad (agentes que transmiten y refuerzan estereotipos tradicionales sexistas).

### ● ¿Qué es el sexismo?

El **sexismo** es el conjunto de prácticas y actitudes que promueven el trato desigual y discriminatorio de las personas basado en su sexo biológico; se espera que hombres y mujeres asuman características y comportamientos determinados.

El sexismo, en el lenguaje, se expresa a partir de tres aspectos claves<sup>20</sup>:

- ▶ **Ambigüedad**: uso del masculino plural como omnicomprensivo refiriéndose a lo masculino, pero incluyendo a veces también lo masculino y lo femenino o incluso, a veces, sólo lo femenino. El mensaje se recibe con confusión cuando las mujeres aparecen incluidas. Ej.: Asociación de padres de alumnos.
- ▶ **Menosprecio**: adjudicación de diferente valor social que tienen géneros gramaticales. Frecuentemente, despectivo y minusvalorado lo asociado culturalmente a lo femenino. Se puede manifestar utilizando palabras con correspondencia para los dos sexos, pero con diferencia valorativa.
- ▶ **Ocultación**: utilización del masculino para referirse al conjunto de la población como criterio estándar, totalizador y universal produciendo una invisibilidad de las mujeres. Ej.: La historia del hombre (y las mujeres, ¿no forman parte de la historia?)

<sup>20</sup> Fundación mujeres. (sin fecha). pp. 5- 7.

Las prácticas sexistas afectan, principalmente, a las mujeres; dada la vigencia de creencias culturales que las consideran inferiores o desiguales a los hombres por naturaleza.

### ● ¿Qué es el machismo?

El **machismo** es una “ideología que defiende y justifica la superioridad y el dominio del hombre sobre la mujer; exalta las cualidades masculinas, como agresividad, independencia y dominancia, mientras estigmatiza las cualidades femeninas, como debilidad, dependencia y sumisión”<sup>21</sup>.

El machismo, además de ejercer prácticas nocivas contra las mujeres, desprecia toda actitud o forma de vida del hombre que no esté alineado con el estereotipo masculino: fuerte, superior o proveedor. Es un tipo de violencia que discrimina a las mujeres e incluso a los hombres homosexuales.

El machismo tiene consecuencias negativas porque<sup>22</sup>:

- ▶ Genera sociedades injustas y desiguales, pues impide el acceso a oportunidades laborales, sociales, económicas y políticas.
- ▶ Fomenta la violencia, ya que es una de las principales causas de violencia social (física o psicológica).
- ▶ Fomenta roles y estereotipos, ya que define a los individuos según su sexo propiciando actitudes discriminatorias.
- ▶ Difunde un concepto de masculinidad dañino, puesto que rechaza toda actitud, sentimiento o característica que sean consideradas como femeninas.

El avance del movimiento feminista y las denuncias sobre las violencias que se ejercen sobre las mujeres han replanteado el concepto de machismo en su expresión más dura, para visibilizar actitudes cotidianas que refuerzas creencias machistas.

Luis Bonino<sup>23</sup> explica que los micromachismos “son actitudes de dominación ‘suave’ o de ‘bajísima intensidad’, formas y modos larvados y negados de abuso e imposición en la vida cotidiana. Son, específicamente, hábiles artes de dominio, comportamientos sutiles o insidiosos, reiterativos y casi invisibles que los varones ejecutan permanentemente”.

<sup>21</sup> Moral de la Rubia, José; Ramos Basurto, Sandra. (2016). Machismo, victimización y perpetración en mujeres y hombres mexicanos. *Estudios sobre las Culturas Contemporáneas*, XXII, 43, Universidad de Colima, México. Disponible en: <https://bit.ly/3hy7Noc>

<sup>22</sup> Concepto.de. (sin fecha). Concepto de Machismo. Disponible en: <https://bit.ly/3v1Es9F>

<sup>23</sup> Bonino, Luis. (2004). Los micromachismos. *Revista las Cibeles*, 2. Madrid, España. Disponible en: <https://bit.ly/3wlvXXh>

La eficacia de los micromachismos radica en que, dada su invisibilidad, van produciendo un daño sordo y sostenido a la autonomía de las mujeres, que se agrava en el tiempo. Al no ser tan evidente las coacciones o abusos que se cometen contra las mujeres, es difícil percibirlos y de esta forma, generar resistencias.

Ejemplos:

- ▶ Enviar imágenes degradantes de mujeres a través de redes sociales o el celular.
- ▶ Hacer comentarios sobre el físico de las mujeres
- ▶ Asociar lo femenino como de menor valor. Por ejemplo “el último que llegue es mujer”.
- ▶ Burlarse de niños o adolescentes porque expresan sus sentimientos o les interesan deportes o actividades que la sociedad quiere limitar solo a las niñas. (costura, danza)
- ▶ Celebrar que los hombres sean seductores con las chicas.
- ▶ **Mansplaining**: se expresa cuando un hombre cuestiona el conocimiento de una mujer e intenta iluminar el discurso con *su sabiduría*.
- ▶ **Maninterrupting**: interrupción innecesaria del discurso de una mujer, por parte de un hombre.
- ▶ **Gaslighting**: consiste en hacerle creer a una mujer, de forma muy sutil, que está loca.

## ● ¿Qué es el feminismo?

El **feminismo** es un movimiento político y social que lucha por la igualdad y el reconocimiento de los derechos de las mujeres. El feminismo, según Varela, es un movimiento político crítico contra la desigualdad y las barbaridades que sufren las mujeres; que cuestiona el orden establecido y que desenmascara las mentiras por las que se pretende que las mujeres continúen sometidas.

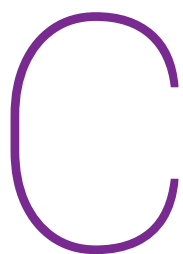
Es importante resaltar que, uno de los aportes más importantes de este movimiento, fue mostrar que no todas las diferencias que se asignan a hombres y mujeres son naturales. A partir de esto, se instala el género como una categoría analítica de las Ciencias Sociales y una manera más amplia de mirar el mundo y sus relaciones humanas.

# B ● Consideraciones metodológicas para el Módulo 1

El **MÓDULO 1. ¿Cómo somos o cómo nos hemos construido?** Invita a las y los participantes a reflexionar sobre los procesos de socialización que se han construido a lo largo de la historia. En este contexto, serán abordados tres temas, cada uno con actividades concretas.

La persona que facilita debe realizar una lectura previa a la *Aproximación conceptual*, que le permitirá poseer las herramientas teóricas para abordar los diferentes temas. El módulo se organiza de la siguiente manera: al inicio de cada tema, están los objetivos que guiarán el encuentro, se presenta un tiempo aproximado para su desarrollo con los recursos necesarios para el trabajo y la descripción de las actividades.

Con esto, se busca orientar la tarea de la persona facilitadora, siempre considerando los niveles de flexibilidad que requiere el trabajo con adolescentes y jóvenes. Al finalizar, se encuentran algunas ideas fuerza para cerrar el encuentro.



## ● Propuesta didáctica para el Módulo 1

Aspectos a considerar para el desarrollo de los encuentros:

1. Enviar las invitaciones para los encuentros: pueden ser vía e-mail, WhatsApp, llamadas individuales, notas a las organizaciones u otras formas. Se sugiere, como motivación, diseñar afiches de invitación cada cierto tiempo.
2. Prever el espacio del encuentro: importante que sea accesible para llegar, contar con espacios para realizar trabajos grupales y en subgrupos, incluso espacios para reflexiones individuales.
3. Tener previsto equipos de proyección: contar con proyector, computadora y equipo de audio.
4. Ambientar el lugar: se recomienda elegir un espacio estéticamente agradable y que favorezca la interacción y el buen ánimo. Además, que el lugar donde se realizará el encuentro tenga afiches, dibujos, colores, flores, etc.

Tema

32

### [ Nos conocemos ]

#### Introducción al tema

Es el primer encuentro, necesitamos conocernos, presentarnos, comentar nuestras expectativas y preocupaciones. Este es un momento importante para 'romper el hielo', por lo que quien facilita debe prepararse anticipadamente.

#### Objetivos del encuentro

- ◇ Posibilitar el conocimiento e intercambio entre las personas participantes del grupo para la generación de apertura y confianza.
- ◇ Recoger las preocupaciones, sueños y expectativas de las personas participantes.



## Actividad 1

## Ficha de presentación

### Recursos necesarios

Ficha de presentación (impresa)  
Hojas blancas  
Bolígrafos

### Descripción de la actividad



1

Trabajo individual: repartir la ficha de presentación a cada participante y explicar que quedará con la organización responsable para volverla a entregar el último día, esto permitirá hacer una revisión del primer día y el último.

2

Solicitar a cada participante que se presente y comparta (si lo desea) su ficha con el grupo.

## Ficha de presentación

Me llamo:

Tengo: \_\_\_\_ años

Género:

Soy de la ciudad:

Soy de la organización/grupo:

¿Cómo vengo a este encuentro?

¿Qué me preocupa en general, o de este encuentro?

¿Qué me gustaría aprender en este encuentro?

¿Qué me interesaría hacer?

¿Qué sueños tengo?

## Tema

# 2

# [ Sexo y género ¿qué diferencias encontramos? ]

## Introducción al tema

Este tema tiene cuatro actividades, donde abordaremos cómo nuestros procesos de socialización están permeados por conocimientos, prácticas y actitudes relacionadas al sistema sexo – género; marcados por prejuicios y estereotipos que generan modos de relacionarnos en esta sociedad.

## Objetivos del encuentro

- ◇ Diferenciar los conceptos claves de sexo y género a partir de las vivencias personales.
- ◇ Problematizar cómo, en esta sociedad, la asignación de características a hombres y mujeres son transmitidas en nuestra socialización.
- ◇ Reconocer los estereotipos de género presentes en la publicidad y en los medios de comunicación.

## Ideas fuerza

### Sexo

Diferencias biológicas entre hombres y mujeres. Una persona es de uno u otro sexo, según los órganos sexuales y reproductivos que tenga. El sexo es acompañado por las hormonas sexuales, que son sustancias que fabrican y segregan glándulas sexuales. El sexo no se modifica natural o socialmente.

### Género

Es la condición social y cultural construida históricamente. Es el conjunto de roles, valores y comportamientos que determinan lo que debe ser un hombre y una mujer, impuestos a cada sexo mediante el proceso de socialización. Al ser una construcción social y cultural, es histórica y puede modificarse.

### Roles de género

Son normas sociales y de conducta que, dentro de una cultura específica, son ampliamente aceptadas como apropiadas para las personas de un sexo específico. Suelen determinar las responsabilidades y tareas tradicionalmente asignadas a hombres, mujeres, niños y niñas.

### Sistema sexo – género

Es la forma en la cual se divide a las personas en categorías determinadas que representan, a su vez, desventajas (social, económica, educativas, de salud) en sus vidas cotidianas.

### Estereotipos de género

Los estereotipos de género o sexistas son generalizaciones simplistas sobre los hombres y mujeres. Si estos estereotipos se basan en cuestiones relacionadas con lo que se considera propio para cada uno de los sexos (según sean hombres o mujeres), se habla de *estereotipos de género* o *sexista*.

### Androcentrismo

“es la visión del mundo que sitúa al hombre como centro de todas las cosas”, parte de la idea de que la mirada masculina es la única posible y universal, generalizando y nombrando a hombres y mujeres bajo esta única perspectiva.

### Sexismo

Es el conjunto de prácticas y actitudes que promueven el trato desigual, que puede generar discriminación o exclusión de las personas, basado en su sexo biológico.

## Actividad 1

## Discutimos sobre sexo y género

### Recursos necesarios

Papelógrafos con siluetas de hombres y mujeres  
Ficha con preguntas  
Marcadores  
Bolígrafos o lápices  
Hojas blancas

### Descripción de la actividad



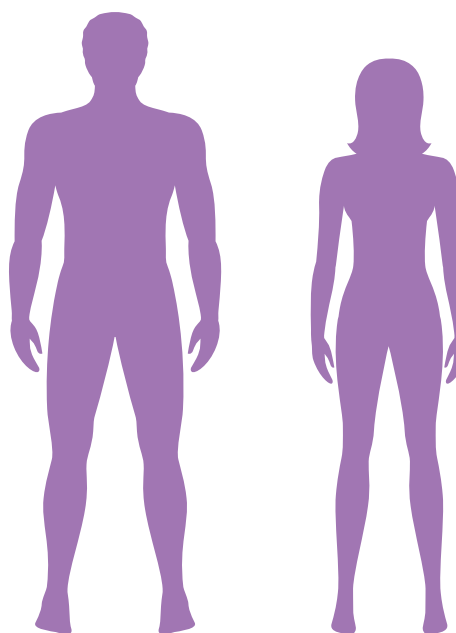
1

Trabajo en grupo: conformar 6 grupos (2 grupos sólo hombres, 2 grupos sólo de mujeres y 2 grupos mixtos) y asignarles la misma actividad.

Entregar a cada grupo una silueta y solicitar que discutan, dibujen o escriban aspectos relacionados a las características físicas, psicológicas y emocionales de hombres y mujeres. Otra variación podría ser entregar a cada grupo un papelógrafo y solicitar que dibujen la silueta para realizar el ejercicio.

- a. Grupo 1 sólo hombres: silueta hombre
- b. Grupo 2 sólo mujeres: silueta hombre
- c. Grupo 3 mixto: silueta hombre
- d. Grupo 4 sólo hombres: silueta mujer
- e. Grupo 5 sólo mujeres: silueta mujer
- f. Grupo 6 mixto: silueta mujer

2



3	<p>En cada grupo preguntar:</p> <ol style="list-style-type: none"><li><b>¿Menciona todas las características físicas y biológicas que tienen?</b></li><li><b>¿Hay diferencias en lo que les pasa a los cuerpos de niñas y niños cuando pasan por la adolescencia? ¿Qué cosas cambian en cada cuerpo?</b></li><li><b>¿Hay diferencias sobre la manera en que expresan sus emociones?</b></li><li><b>¿Qué otro tipo de diferencias encuentran sobre cómo son los hombres y mujeres?</b></li></ol>
4	<p>Presentar en plenaria y la persona que facilita resume en la pizarra o en un papelógrafo los aspectos comunes.</p>
5	<p>Diferenciar con marcadores de colores aquello que hace referencia a las características físicas, psicológicas y emocionales.</p>
6	<p>Preguntar en plenaria lo siguiente:</p> <ol style="list-style-type: none"><li><b>¿Cómo se sintieron reconociendo las características de hombres y mujeres, según cada grupo?</b></li><li><b>¿Fue más sencillo o más complicado hacerlo en una agrupación mixta?</b></li></ol> <p>Aquí es importante que quien facilite el espacio, levante las ideas que las personas participantes tienen sobre sí mismas y sobre el otro o la otra, y se explique de forma clara la diferencia entre sexo y género, de acuerdo con las ideas fuerza.</p> <p>Otra recomendación: las ideas se pueden ir reclasificando, en caso de que se trate de un atributo del sexo biológico o de género, una cuestión aprendida. Por ejemplo: la capacidad de amamantar y parir es una cuestión biológica, mientras que el ser agresivos es una cuestión de género. Se pueden proyectar las definiciones de sexo y género y mostrar en una tabla, las diferencias de sexo a modo de ejemplo:</p>

Mujeres	Hombres
Tipo de órganos genitales: vulva, vagina, útero, mamas desarrolladas (senos)	Tipo de órganos genitales: pene, testículos, próstata, mamas no desarrolladas
Hormonas circulantes: estrógenos, progesterona	Hormonas circulantes: testosterona
Muchas mujeres, entre los 11 y 15 años, comienzan la menstruación	Cambia notablemente la voz durante la adolescencia, por el engrosamiento de las cuerdas vocales
Se comienzan a desarrollar los senos	Sale barba y bigote, significativamente más abundante que en la mujer.
Otras características: Capacidad de embarazo y parto Capacidad de amamantar a un bebé con leche producida por sus mamas	

Para invitar a la reflexión, se puede preguntar: ¿cuáles de estas características que nombraron tienen todos los hombres y todas las mujeres del mundo? ¿cuáles de estas características se aprenden y cambian de acuerdo a la cultura y la sociedad? Sobre las características psicológicas o de expresión de emociones, se puede preguntar: ¿todas las mujeres son sensibles o todos los hombres son valientes?

Se cierra la actividad recordando las definiciones de sexo y género, que están en el apartado de ideas fuerza.

## Actividad 2

## Roles de género

### Recursos necesarios

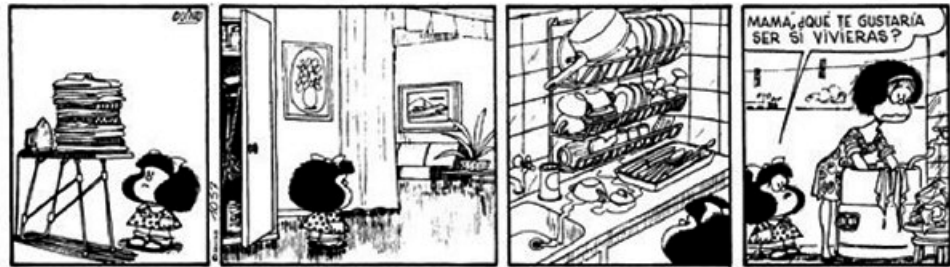
Proyector  
Notebook  
Imagen para proyectar  
Fichas con preguntas  
Bolígrafo, lápiz de papel  
Hojas blancas  
Ficha individual

### Descripción de la actividad



1

En plenaria: se invita a las y los participantes a observar las siguientes imágenes<sup>24</sup>:



2

Preguntar al auditorio:

- a. ¿Qué ideas, sentimientos o preocupaciones generan estas imágenes?

3

Exponer la definición de roles de género contenida en las ideas fuerza. Posteriormente, realizar en plenaria general las siguientes preguntas:

- a. ¿Cuáles son los roles de género que identifican en sus familias?
- b. ¿Cuáles son los roles que nos asignan a las mujeres/hombres que les gustan, y cuáles no?

4

Trabajo individual: entregar a cada participante una ficha donde se le solicita que marque con una X si es una tarea que realiza mayormente la mujer o el hombre<sup>25</sup>

<sup>24</sup> Lavado Tejón, J. S. (sin fecha). Mafalda. (ilustración). Disponible en: <https://bit.ly/3yk1pXv>

<sup>25</sup> Adaptación de: De la Peña Palacios, Eva Ma., Pardedos, González Merino, Margarita. (sin fecha). Ni + ni - = a 2. Igualados. Fórmulas para la igualdad N° 4. Disponible en: <https://bit.ly/3yl55sa>

## Fíjate en tu casa quién hace qué...

Actividad	¿Quién hace?	
	Hombre	Mujer
1. Lava las ropas o mete ropas en el lavarropas.		
2. Sabe qué hay que comprar (comida, productos de limpieza).		
3. Pone y recoge la mesa después de comer.		
4. Lava, seca y ordena los platos, vasos, cacerolas.		
5. Arregla el auto.		
6. Limpia la casa.		
7. Arregla las cosas que se descomponen.		
8. Lleva al médico/a y atiende a las personas enfermas (a su hijo o hija, a su mamá, a su papá, a su abuela, a sus suegros, etc.)		
9. Prepara la comida.		
10. Administra el dinero.		
11. Hace la lista de compras para el super.		
12. Cuida a las personas mayores.		
13. Va a reuniones del colegio.		
14. Organiza las vacaciones.		
15. Organiza y ordena la ropa en el armario.		
16. Te compra ropa.		
17. Se ocupa de las plantas		
18. Saca la basura.		
19. Arregla la cama.		
20. Propone el menú de la semana.		
21. Lava el auto.		
22. Cocina asado.		



5

Trabajo grupal: en grupos de 5 personas realizar un intercambio sobre el ejercicio y responder lo siguiente:

- a. **¿Encontraron semejanzas entre ustedes? ¿Cuáles fueron?**
- b. **¿Encontraron diferencias entre ustedes? ¿Cuáles fueron?**
- c. **¿Por qué les parece que ocurre esto?**

6

En plenaria: dividir la pizarra o el papelógrafo en dos partes y sumar la cantidad de actividades que realizan los hombres y las que realizan las mujeres, según lo que reporta cada grupo, para visualizar con números las diferencias. Problematizar en torno a 2 preguntas:

- a. **¿Les parece que las actividades pueden ser realizadas sólo por el hecho de ser mujeres u hombres?**
- b. **¿Por qué les parece que existen actividades que están tan marcadamente divididas?**
- c. **¿Qué sucede cuando comenzamos a realizar actividades que, supuestamente, son para el otro sexo? ¿Hay algún problema con esto?**

La persona facilitadora remarca la definición de roles de género y problematiza las respuestas comunes. Indica cómo los roles de género no son naturales y por lo tanto, van cambiando, explica que es común que existan algunos que no nos gusten o con los que no nos sintamos cómodas ni cómodos. Además, señala que cuando no cumplimos con estos roles de género, a veces, podemos atravesar situaciones de violencia.

## Actividad 3 Lenguaje sexista

### Recursos necesarios

Periódicos con oferta de empleo  
 Papelógrafos o cartulinas,  
 Hojas blancas  
 Pegamento  
 Pinceles  
 Proyector  
 Notebook  
 Imagen para proyectar  
 Ficha individual

### Descripción de la actividad



1

En plenaria, observar la siguiente imagen<sup>26</sup>:



“- Señora maestra, ¿cómo se forma el femenino?  
 - Partiendo del masculino la ‘o’ final se sustituye por la ‘a’.  
 - Señora maestra, ¿y el masculino cómo se forma?  
 - El masculino no se forma, existe”

Anécdota escolar

Fuente de la imagen: Adaptación de: De la Peña Palacios, Eva Ma., Pardedos, González Merino, Margarita. (sin fecha).

2

Preguntas de reflexión:

- a. ¿Qué pensamientos o sentimientos genera esta imagen?
- b. ¿Existe alguna relación con nuestras vivencias cotidianas respecto a cómo nombramos a las personas?

3

Exposición de la persona facilitadora a través de una presentación: En nuestra sociedad, utilizamos el lenguaje valiéndonos del masculino para referirnos a hombres y mujeres, por ejemplo: los niños, los maestros, la historia del hombre, los hombres ilustres, palabra de hombre, etcétera. Estas formas de expresión excluyen al género femenino, como el lenguaje es un vehículo del pensamiento, al excluir a las mujeres del discurso, se las invisibiliza y se niegan sus derechos a la igualdad, democracia y justicia

4

Solicitar a las y los participantes contar alguna anécdota o experiencia en la vida cotidiana, si es que han pasado por algo similar.

<sup>26</sup> Adaptación de: De la Peña Palacios, Eva Ma., Pardedos, González Merino, Margarita. (sin fecha). Ni + ni - = a 2. Igualados. Fórmulas para la Igualdad N° 5. Lenguaje no sexista. Disponible en: <https://bit.ly/3hxPdN3>

5

Trabajo individual: repartir a cada participante la ficha sobre frases con lenguaje androcéntrico<sup>27</sup>.

- a. Solicitar que expliquen qué piensan sobre las diferentes frases.
- b. Preguntar ¿cómo se deben reformular las frases para incluir a todas las personas?

## Ficha Individual

### ¿Cómo reformularías cada frase para incluir a todas las personas?

Los alumnos elegirán la semana próxima a sus representantes para el Centro de Estudiantes.

Firma del padre o tutor.

Hacia esta meta debemos dirigirnos todos.

Es bueno para el bienestar del hombre.

Hazte socio.

Cuando uno se despierta por las mañanas tarda un rato en abrir los ojos.

Se organizarán actividades culturales para las esposas de los políticos.

A las mujeres les concedieron el voto después de la Primera Guerra Mundial.

Los directores.

Los maestros, padres y alumnos.

<sup>27</sup> Ídem.

6	<p>Trabajo grupal: en grupos, las y los participantes deben buscar las páginas de periódicos donde se busca empleo. Una variante sería buscar en periódicos digitales. Para este ejercicio es necesario conseguir recortes de periódicos antes de los encuentros, para garantizar la disponibilidad de los materiales.</p> <p>Solicitar que discutan las siguientes preguntas:</p> <ol style="list-style-type: none"><li><b>¿Qué tipo de trabajo se ofrece?</b></li><li><b>¿A quiénes va dirigido los anuncios? ¿Va mayoritariamente a hombres o a mujeres?</b></li><li><b>¿Para qué tipo de empleos se solicitan hombres y mujeres?</b></li><li><b>¿Los tipos de trabajo que se solicitan pueden hacerlo hombres y mujeres o no?</b></li></ol>
7	<p>En plenaria: los grupos presentan el trabajo realizado y la persona facilitadora anota en la pizarra o papelógrafo las similitudes de opiniones para ir visualizando las desigualdades.</p>
8	<p>Realizar el cierre vinculando lo que se identificó con los estereotipos de género e ideas fuerza.</p>

Una forma de cuestionar los estereotipos es poner en entredicho las ideas preconcebidas que poseemos de cierto tipo de personas, al contrastarlas con las experiencias directas que tenemos con la gente. De ese modo, podremos reconocer a la persona con sus propias características, sin etiquetarlas<sup>28</sup>.

<sup>28</sup> Valenzuela, María de Lourdes y otros. (2009). Curso taller: Y tú, ¿cómo discriminas?. Programa para adolescentes. 1ed. México, Conapred. Disponible en: <https://bit.ly/3tYcDxD>

## Actividad 4

## Cierre de Sexo y género

### Recursos necesarios

Videos para utilizar  
Proyector  
Notebook  
Papelógrafos  
Pinceles  
Hojas blancas  
Cinta de papel

### Descripción de la actividad



1	En plenaria, se proyecta el primer video para reforzar los conceptos clave de sexo, género e introducir el tema de estereotipos. <b>Estereotipos y roles de género (Canal Libre de violencia) (4:22 m): <a href="https://bit.ly/33T0y06">https://bit.ly/33T0y06</a></b>
2	Se presenta la definición de estereotipos de género, se proyectan las ideas fuerza. Se presenta el siguiente video: <b>Romper estereotipos de género en los colegios (Canal El País) (3:06 m): <a href="https://bit.ly/3hxPM9D">https://bit.ly/3hxPM9D</a></b>
3	En plenaria, se genera un debate con las personas participantes a partir de las siguientes preguntas: <b>a. ¿Han sentido alguna presión por hacer algo que no les gustaba, por el solo hecho de ser mujer o por el solo hecho de ser hombre?</b> <b>b. ¿Qué podemos hacer al respecto?</b>

Se recuerda que los estereotipos son etiquetas y que, a veces, pueden ser como una camisa de fuerza pero que puede romperse. Estos han cambiado a través del tiempo y en los diferentes países, por ejemplo: las mujeres hace tiempo no podían votar, trabajar o acudir a la escuela. Este es un estereotipo que ha ido cambiando, pero aún con muchas desigualdades porque, por ejemplo, las mujeres no ganan lo mismo que los hombres haciendo el mismo trabajo, o en algunos países, siguen sin poder estudiar. Los estereotipos sexistas o de género pueden ser dañinos cuando discriminan a las personas o cuando no permiten que las personas sigamos nuestros gustos, deseos, forma de vestirnos o sueños.

Las expectativas sociales van marcando roles establecidos que deben cumplirse para asegurar la aceptación social del entorno. Desafortunadamente, estos roles se encuentran sumamente estereotipados, lo que provoca y mantiene un claro desequilibrio de poder y, por tanto, favorece la discriminación, potenciando la violencia.

Tema

3

# [ Machismos y micromachismos ]

## Introducción al tema

En estos encuentros, seguiremos trabajando las ideas que sostienen una sociedad desigual, teniendo como eje el machismo y los micromachismos.

## Objetivos del encuentro

- ◇ Discutir sobre las expresiones más frecuentes que reproducen comportamientos machistas.
- ◇ Reconocer el machismo y los micromachismos presentes en nuestra cotidianeidad.
- ◇ Reflexionar sobre experiencias personales que configuran micromachismos.
- ◇ Proponer ideas que permitan modificar comportamientos machistas.

## Ideas fuerza

### Machismo

Es una ideología que defiende y justifica la superioridad y el dominio del hombre sobre la mujer. Es un tipo de violencia contra las mujeres, que desprecia toda actitud o forma de vida del hombre, que no esté alineado con el estereotipo masculino: fuerte, superior o proveedor. Además de discriminar a las mujeres, discrimina a los hombres que no cumplan con las características 'masculinas' y a los homosexuales.

### Micro machismos (MM)

son gestos sexistas o machistas, algunos de ellos muy sutiles o normalizados, que ayudan a perpetuar los roles de género, actitudes machistas y violencia sutiles contra las mujeres. Se les llama micromachismos, pero en realidad son actos de machismo.

## Actividad 1

### ¿Qué cosas escuchamos en nuestras vidas?

#### Recursos necesarios

Proyector  
Videos para utilizar  
Notebook  
Papelógrafos  
Pinceles  
Cinta de papel

#### Descripción de la actividad



1

Proyectar dos videos:

- a. **Algunas frases que las mujeres escuchamos a lo largo de nuestras vidas y los hombres no. (1:27m): <https://bit.ly/38um7c6>**
- b. **Algunas frases que los hombres escuchamos a lo largo de nuestras vidas y las mujeres no. (0:58m): <https://bit.ly/3r-Db4Vp>**

2

Realizar un intercambio en plenaria sobre lo observado y preguntar lo siguiente:

- a. **¿Escucharon algunas de estas frases?**
- b. **¿Qué otras frases conocen?**

3

Escribir en la pizarra o en el papelógrafo otras frases que, en nuestra cultura, son frecuentes y que se dicen a mujeres y hombres.

## Actividad 2

## Analizamos los machismos<sup>29</sup>

### Recursos necesarios

Tarjetas con historias  
Bolígrafos  
Hojas blancas

### Descripción de la actividad



1

Trabajo en grupo: entregar a cada grupo una historia para que lean y discutan las posiciones de cada integrante. Se pide a cada grupo que representen la historia y las reflexiones en formato de teatro breve.



Juanita es tu hermana pequeña. Un día te dice que el príncipe azul de sus sueños es un hombre que sea millonario, para no tener que trabajar, que la proteja de todos los peligros y que sea fiel por encima de todas las cosas ¿qué le dirían a Juanita?



A la mamá de Pedro le ofrecen una oportunidad laboral muy buena, tiene que trabajar más horas y tendrá un mejor salario, pero supone tener menos tiempo para estar en casa y dedicarse a ella, ¿qué le dirían a Pedro?



A Sabrina le encantan las películas románticas. Un día, viendo una peli en la tele quedó muy muy triste con la última escena porque el protagonista le pide a su novia que lo deje todo por él y ella le dijo que no quería abandonar su vida por seguirlo ¿qué piensan sobre las ideas de Sabrina?



Pedro es un amigo tuyo, conoce muchos chistes pero, últimamente, cuenta sólo chistes machistas, la mayoría de sus amigas se están alejando de él ¿qué le recomendarían?

<sup>29</sup> Adaptación de: De la Peña Palacios, Eva, Ma., Hueso, Pablo & AC.sl, Alins, Sonia. (2009). ¡Sin machismo! SMS pásalo. Y yo... ¿soy machista? ¡Chequea tu machismo!", p 32. Disponible en: <https://bit.ly/3uZTrk9>



*	<p>Hoy, el papá de María discutió con su hermana (su tía) porque hay que cuidar a sus padres (sus abuelos). El papá de María dice que sería mejor que lo hiciera ella porque es más natural que sean las mujeres las que lo hagan. ¿Qué piensan sobre eso?</p>
*	<p>Va toda la familia de Agustín en el auto y de repente, ¡tras!, el sonido de un frenazo, se escucha gritar: ¡Mujer tenías que ser! ¡No tenés idea de cómo conducir y vas a causar un accidente! ¿Qué piensan al respecto?</p>
*	<p>Patricia está indignada, viendo el noticiero se entera de que un juez ha exculpado a un hombre del delito de violación porque la víctima llevaba pantalones. El argumento de los medios de comunicación señala que los pantalones son difíciles de quitar ¿qué le dirían a Patricia?</p>
*	<p>Óscar sale con algunos amigos y con su amiga Carla. A Óscar le gusta mucho Carla. En la salida, toman unas cervezas y en el momento de pagar, Carla le dice a Óscar que ella le invita. ¿Debería aceptarlo? ¿Por qué?</p>
2	<p>En plenaria: cada grupo presenta la historia y explica la discusión generada en el grupo en torno a la misma.</p>
3	<p>La persona que facilita realiza las siguientes preguntas, para continuar la reflexión:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>¿Es común que ocurran este tipo de situaciones?</li><li>En las historias que se presentan, ¿cuáles serían las actitudes machistas?</li></ol>
4	<p>Concluir la actividad discutiendo dos acciones específicas que podríamos hacer o a las que nos comprometemos a hacer para reducir el machismo y los micromachismos en nuestra cotidianidad. Con ayuda de esta pregunta, ¿qué podríamos hacer en nuestros espacios para superar o cambiar estas formas de relación entre las personas?</p>

# D

## ● Evaluación del Módulo 1

### ● Encierra en círculo la respuesta correcta:

1. A las niñas se les regalan juguetes como: muñecas, vajillas, o cocinitas.
  - a. Sexo
  - b. Género
2. A los niños se les relaciona con carritos, aviones o imágenes deportivas
  - a. Sexo
  - b. Género
3. Las mujeres tienen la posibilidad biológica de embarazarse y amamantar.
  - b. Sexo
  - c. Género
4. A los hombres les cambia notablemente la voz durante la adolescencia por el engrosamiento de las cuerdas
  - a. Sexo
  - b. Género
5. Los hombres tienen pene y testículos
  - a. Sexo
  - b. Género
6. Las mujeres tienen vulva y vagina
  - a. Sexo
  - b. Género
7. Es un movimiento social y político que reconoce a las mujeres en todas sus capacidades y derechos, hasta ahora reservados a los hombres. Reivindica los derechos de las mujeres. Tiene varias definiciones, pero apuntan a la necesidad de cambiar la condición de subordinación de las mujeres.
  - a. Feminismo
  - b. Sexismo
  - c. Machismo
  - d. Sistema sexo-género

8. Generalizaciones simplistas sobre los hombres y mujeres. Cuando se dice, por ejemplo, que los hombres deben ser agresivos, competitivos, codiciosos, autónomos, independientes o valientes, y son mejores para ciertas profesiones 'masculinas' y que las mujeres deben ser madres o maternas, bonitas, femeninas, cooperadoras y atentas, o que son mejores para ciertas profesiones 'femeninas' como secretarias o asistentes.
  - a. Sexo
  - b. Machismo
  - c. Estereotipos de género o sexistas
  - d. Feminismo
9. Es la principal causa de la violencia machista contra niñas y adolescentes:
  - a. Pobreza y bajo nivel educativo
  - b. Comportamiento de algunas adolescentes que se visten provocativamente
  - c. Sistema patriarcal, que discrimina y asume que las mujeres valen menos.
  - d. Falta de cultura

● **Encierra en círculo tu parecer sobre las siguientes afirmaciones:**

10. Es natural que los hombres tengan más libertades para salir porque las mujeres son más indefensas y corren mayores peligros.
  - a. Muy de acuerdo
  - b. De acuerdo
  - c. Algo de acuerdo
  - d. En desacuerdo
  - e. Totalmente en desacuerdo
11. Cuando la/el niña/o está enfermo/a es la madre la que debe pedir permiso en el trabajo para cuidarla/o.
  - a. Totalmente de acuerdo
  - b. De acuerdo
  - c. Indecisa
  - d. En desacuerdo
  - e. Totalmente en desacuerdo
12. Es tarea de los hombres ser líderes, no de las mujeres.
  - a. Totalmente de acuerdo
  - b. De acuerdo
  - c. Indecisa
  - d. En desacuerdo
  - e. Totalmente en desacuerdo

Respuestas Evaluación Módulo 1

1. b / 2. b / 3. b / 4.a / 5. a / 6. a / 7. a / 8. c / 9. c

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

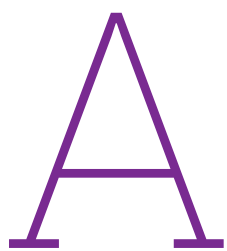
---

¿Nuestras  
relaciones  
son  
respetuosas?

MÓDULO



El objetivo de este módulo es comprender los conceptos de discriminación y violencia, y su relación. Posteriormente, se busca analizar e identificar los tres principales tipos de violencias de género: psicológica, física y sexual. Además, se examinan tres formas de violencias de género que afectan a las y los jóvenes de manera desproporcionada: el acoso sexual, la violencia de género en redes sociales y el feminicidio.



## ● Aproximación conceptual

### ● ¿Qué es la discriminación?

La **discriminación** es toda distinción, exclusión o restricción que, basada en el origen étnico o nacional, sexo, edad, discapacidad, condición social o económica, condiciones de salud, embarazo, lengua, religión, opiniones, preferencias sexuales, estado civil o cualquier otra; tenga por efecto impedir o anular el reconocimiento o el ejercicio de los derechos y la igualdad real de oportunidades de las personas<sup>30</sup>.

El principio de la no discriminación significa que no importa cuál que sea nuestra raza, sexo, religión, el idioma que hablemos, si tenemos alguna discapacidad, si somos ricos o pobres, no hay causa que justifique el trato desigual e injusto a las personas.

Los actos discriminatorios incluyen patrones socioculturales de conducta basados en la inferioridad o superioridad de un individuo o grupo sobre otro. Estos también pueden expresarse en prácticas consuetudinarias, y de cualquier otra índole, y en actitudes de desprecio hacia alguien por su pertenencia a un grupo estigmatizado o al que le ha sido asignado estereotipos sociales negativos. Esas actitudes y prácticas se hallan enraizadas en discursos sociales y prejuicios que las legitiman, las reproducen e incluso las concretan en normas e instituciones de carácter discriminatorio. Este mecanismo es el que conduce a la exclusión, la cual alimenta la desigualdad, la fragmentación social y el abuso de poder.<sup>31</sup>

<sup>30</sup> Ley Federal para Prevenir y Eliminar la Discriminación. (2003). Cámara de Diputados del H. Congreso de la Nación de los Estados Unidos Mexicanos. p. 1. Disponible en: <https://bit.ly/3BGIA1P>

<sup>31</sup> Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación. (2004). Carpeta Informativa. p. 5, CONAPRED, Distrito Federal, México Disponible en: <https://bit.ly/3gWplZW>

Nuestras sociedades actuales son producto histórico de miles de años, las formas en las que nos relacionamos responden a modelos de una sociedad patriarcal. Estos modelos generan profundas desigualdades en diversos ámbitos.

El **patriarcado** “es la organización política, económica, religiosa y social basada en la idea de autoridad y liderazgo del varón, en la que se da el predominio de los hombres sobre las mujeres”<sup>32</sup>. Nuestras sociedades responden al modelo del sistema patriarcal, el cual genera profundas desigualdades en el ámbito familiar, social, político, económico y cultural. Las normas y prácticas patriarcales operan para beneficiar y privilegiar a ciertos grupos de hombres sobre otras agrupaciones incluyendo las mujeres y niñas<sup>33</sup>.

### ● Discriminación contra la mujer

La **discriminación** contra la mujer es toda distinción, exclusión o restricción basada en el sexo que tenga por objeto o resultado menoscabar o anular el reconocimiento, goce o ejercicio por la mujer, independientemente de su estado civil, sobre la base de la igualdad del hombre y la mujer, de los derechos humanos y las libertades fundamentales en las esferas política, económica, social, cultural y civil o en cualquier otra esfera.<sup>34</sup>

La CEDAW establece medidas transitorias, también conocidas como cuotas de género o acciones afirmativas. Debido al reconocimiento de la histórica desigualdad entre hombres y mujeres en el goce de los derechos humanos, y al hecho de que tratar a personas que se encuentran en situaciones desiguales como si tuvieran el mismo poder no puede redundar en la eliminación de la discriminación, el art. 4.1 de la CEDAW establece que los Estados puedan tomar medidas especiales, de carácter temporal, que aceleren el logro de la igualdad entre los sexos, sin que éstas sean interpretadas como discriminatorias para los hombres. Es decir, dar un trato desigual a personas que no son iguales, no siempre significa discriminación.

En una sociedad patriarcal, el ejercicio del poder genera profundas desigualdades y se organiza en torno a aquellos que tienen más recursos para hacerlo contra quienes ocupan un lugar subordinado. Se hace uso del concepto ‘recursos’ para explicar la condición de prestigio, dinero, fuerza física, educa-

<sup>32</sup> Subsecretaría de Coordinación y atención de la Salud. (2019). Programa provincial de prevención y atención de la violencia familiar y de género. Guía para el abordaje de las violencias de género. (p. 3.) Buenos Aires, Argentina. Disponible en: <https://bit.ly/3zGJ1bM>

<sup>33</sup> Human Rights Council. (2019). Women deprived of liberty. United Nations, General Assembly. A/HRC/41/33. p. 5. Disponible en: <https://bit.ly/3yyTFQs>

<sup>34</sup> CEDAW. (1979). Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer. Parte 1. Art. N° 1 Disponible en: <https://bit.ly/2Yck0ao>



ción, experiencia, edad que tienen las personas y que lo utilizan para ejercer el poder<sup>35</sup>.

### ● ¿Qué entendemos por violencia?

La expresión **'violencia'** designa al conjunto de comportamientos y prácticas inaceptables o de amenazas, ya sea que se manifiesten una sola vez o de manera repetida, que tengan por objeto causar un daño físico, psicológico, sexual o económico e incluye, a la violencia y al acoso por razón de género<sup>36</sup>.

Para efectos de este módulo, se profundiza sobre el concepto de la violencia de género y las maneras en las que se expresa y reproduce, especialmente, en las relaciones sexo afectivas.

### ● Violencia de género

La **violencia de género, o violencia machista**, consiste en cualquier acto que resulte o pueda resultar en daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para las mujeres y niñas, incluidas amenazas de tales actos, coacción o privación arbitraria de la libertad. La violencia de género puede afectar no sólo a las mujeres y niñas, sino también a personas homosexuales o a personas que decidan no seguir los mandatos de estereotipos sexistas y de género sobre el supuesto deber ser de hombres y mujeres.

En este contexto, la violencia contra las mujeres es un tipo de violencia de género y es preciso diferenciarla de forma particular, por las dimensiones que adquiere en una sociedad patriarcal como la nuestra.

La Declaración sobre la Eliminación de la Violencia contra la Mujer de Naciones Unidas explica que, la violencia contra la mujer "es uno de los mecanismos sociales fundamentales por los que se fuerza a la mujer a una situación de subordinación respecto del hombre y ésta ha permanecido oculta, silenciada y naturalizada por las propias víctimas, por las familias, bajo la tolerancia de la sociedad y los estados, lo que la perpetúa hasta ahora"<sup>37</sup>.

<sup>35</sup> Tufro. (2018)

<sup>36</sup> Organización Internacional del Trabajo (OIT). (2019). Convenio N° 190 sobre la eliminación de la violencia y el acoso en el mundo del trabajo. Conferencia Internacional del trabajo. Art. N° 1. Disponible en: <https://bit.ly/3n2lb5L>

<sup>37</sup> Organización de las Naciones Unidas. (1993). Declaración sobre la eliminación de la violencia contra la mujer. Disponible en: <https://bit.ly/3mX4IRp>

La violencia contra las mujeres forma parte de la violencia estructural, presente en la división y el ejercicio del poder político, en el acceso a recursos económicos, en la división del trabajo productivo, en las tareas del hogar y en el ejercicio de la violencia contra ellas en sus diferentes manifestaciones a lo largo de su vida (violación, incesto, acoso sexual laboral o en instituciones educativas, trata de mujeres, violencia en el ámbito laboral, en las relaciones de pareja, etc.) Por tal motivo, cuando se habla de violencia contra las mujeres se hace referencia a un fenómeno social, y no de hechos aislados, que pueden darse o no según las relaciones interpersonales que se construyen. Como lo señala Zub Centeno<sup>38</sup>, va más allá de la dimensión interpersonal entre agresor y víctima porque tiene sus raíces en el patriarcado como orden social. En este sentido, el Comité de la CEDAW señala que la violencia en razón de género “refuerza aún más la noción de la violencia como problema social más que individual, que exige respuestas integrales, más allá de aquellas relativas a sucesos concretos, autores y víctimas y supervivientes”.<sup>39</sup>

Finalmente, es necesario reconocer la existencia de violencias de mujeres hacia sus parejas hombres. Sin embargo, este tipo de violencias no responden a una relación de poder jerárquico y estructural como es la violencia de género contra las mujeres, donde el poder es asimétrico y se da una desvalorización de todo lo femenino.

### ● ¿Por qué la violencia contra las mujeres es una cuestión de derechos humanos?

La Convención Interamericana para prevenir, sancionar y erradicar la violencia contra la mujer, más conocida como la Convención Belem do Pará, afirma que **“la violencia contra la mujer constituye una violación de los derechos humanos y las libertades fundamentales y limita total o parcialmente a la mujer el reconocimiento, goce y ejercicio de tales derechos y libertades”**<sup>40</sup>. Este instrumento es el primero que propone mecanismos de protección y defensa de los derechos de las mujeres contra todo tipo de violencia física, sexual, psicológica tanto en el ámbito público como privado.

Reconocer la violencia contra las mujeres como una violación de derechos humanos implica que los Estados tienen la obligación de respetar, garantizar y hacer efectivo los derechos. Respetar implica que el Estado y sus agentes no violen los derechos humanos reconocidos en su Constitución y en los

<sup>38</sup> Zub Centeno, M. (2016). p. 18

<sup>39</sup> Comité para la Eliminación de todas las formas de discriminación contra las mujeres. (2017). Recomendación General N° 35 sobre la violencia por razón de género contra la mujer, por la que se actualiza la recomendación general núm. 19. Convención sobre la Eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer (CEDAW). p. 4. párr. 9. Disponible en: <https://bit.ly/3t7THh0>

<sup>40</sup> Organización de los Estados Americanos. (1995). Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia Contra la Mujer, “Convención de Belem do Para”. p. 1. Disponible en: <https://bit.ly/3zF02mw>

tratados internacionales que ha ratificado. Garantizar, obliga al Estado a tomar todas las medidas para asegurar que las personas bajo su jurisdicción ejerzan y gocen libremente de sus derechos. Hacer efectivos los derechos humanos, supone la adopción de medidas legislativas y de cualquier otra naturaleza para hacer realidad los derechos en sus resultados.

### ● ¿Qué instrumentos normativos protegen a las mujeres contra todo tipo de violencia?

- La Constitución Nacional de Paraguay, en su Art. 4, establece que “toda persona será protegida por el Estado en su integridad física y psíquica, así como en su honor y en su reputación” y el Art. 6 “El Estado promoverá políticas que tengan por objeto evitar la violencia en el ámbito familiar y otras causas de estructuras de su solidaridad”.

Paraguay ratificó los principales tratados internacionales relativos a los derechos de las mujeres, incluyendo la Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer (CEDAW (Ley 1215/86), que permitió modificar las legislaciones discriminatorias como el Código Civil (Ley 1/92) y la Convención Interamericana para prevenir, sancionar y erradicar la violencia contra la mujer, conocida como Convención de Belém do Pará (Ley 605/95).

La Convención Belém do Pará establece tres tipos de violencia:

- ▶ **Violencia física:** golpes, tirones, empujones, pellizcos, lesiones, entre otros.
- ▶ **Violencia sexual:** imposición para dar un beso sin consentimiento, presión para involucrarse en actos sexuales o relaciones sexuales que no se quiere, acoso sexual, violación, abuso sexual, tocar partes privadas del cuerpo de la otra persona sin consentimiento, miradas sexuales hacia partes del cuerpo de la otra persona que la incomodan.
- ▶ **Violencia psicológica:** humillaciones, amenazas, celos, chantajes, intimidaciones, descalificaciones, acusaciones sin fundamento de salir con otra persona o de ser infiel, criticar la ropa que se usa, llamar con apodosos que hacen sentir mal (gorda, fea, poco hombre), meterse a las redes sociales sin consentimiento, hacerle sentir culpable por el enojo de la otra persona, hacerle sentir mal porque sale con amigas o amigos, controlarle el tiempo a la pareja.

En cumplimiento de sus obligaciones internacionales, en el 2016, Paraguay sancionó la Ley 5777/2016 “De protección integral a las mujeres, contra toda forma de violencia”. Esta ley, en su Art. 1, indica que “tiene por objeto establecer políticas y estrategias de prevención de la violencia hacia la mu-

jer, mecanismos de atención y medidas de protección, sanción y reparación integral, tanto en el ámbito público como en el privado”.

En esa ley, Paraguay define los tres tipos de violencia mencionados en la Convención Belém do Pará e incluye 12 más, cuyas sanciones se establecen en el Código Penal<sup>41</sup>.

Tipo de violencia	Definición
<b>Violencia física</b>	Es la acción que se emplea contra el cuerpo de la mujer produciendo dolor, daño en su salud o riesgo de producirlo y cualquier otra forma de maltrato que afecte su integridad física.
<b>Violencia sexual</b>	Es la acción que implica la vulneración del derecho de la mujer de decidir libremente acerca de su vida sexual, a través de cualquier forma de amenaza, coacción o intimidación
<b>Violencia psicológica</b>	Es el acto de desvalorización, humillación, intimidación, coacción, presión, hostigamiento, persecución, amenazas, control y vigilancia del comportamiento y aislamiento impuesto a la mujer.
<b>Violencia feminicida</b>	Es la acción que atenta contra el derecho fundamental a la vida y causa la muerte de la mujer, la misma está motivada por su condición de tal, tanto en el ámbito público como el privado.
<b>Violencia contra los derechos reproductivos</b>	Es la acción que impide, limita o vulnera el derecho de la mujer sobre su salud sexual y reproductiva.
<b>Violencia patrimonial y económica</b>	Es la acción y omisión que produce daño o menoscabo de los bienes, valores, recursos o ingresos económicos propios de la mujer o los gananciales por disposición unilateral, fraude, desaparición, ocultamiento, destrucción u otros medios, así como el negar o impedir de cualquier modo realizar actividades laborales fuera del hogar o privarle de los medios indispensables para vivir.
<b>Violencia laboral</b>	Es la acción de maltrato o discriminación hacia la mujer en el ámbito del trabajo, ejercida por superiores o compañeros de igual o inferior jerarquía.

<sup>41</sup> Zub Centeno, M. (2016). pp. 50-51

<b>Violencia política</b>	Es la acción realizada contra la mujer que tenga como fin retardar, obstaculizar o impedir que la misma participe de la vida política, en cualquiera de sus formas, y ejerza los derechos previstos en la ley.
<b>Violencia intrafamiliar</b>	Es la acción de violencia física o psicológica ejercida en el ámbito familiar contra la mujer por su condición de tal, por parte de los miembros de su grupo familiar (parientes sean por consanguinidad, al cónyuge conviviente y la pareja sentimental; incluye a las relaciones vigentes o finalizadas, no siendo requisito la convivencia).
<b>Violencia obstétrica</b>	Es la conducta ejercida por el personal de salud o las parteras empíricas sobre el cuerpo de las mujeres y de los procesos fisiológicos o patológicos presentes durante su embarazo y las etapas relacionadas con la gestación y el parto. Es, al mismo tiempo, un trato deshumanizado que viola los derechos humanos de las mujeres.
<b>Violencia mediática</b>	Es la acción ejercida por los medios de comunicación, a través de publicaciones u otras formas de difusión o reproducción de mensajes, contenidos e imágenes estereotipadas que promueven la cosificación, sumisión o explotación de mujeres o que presenten a la violencia contra la mujer como una conducta aceptable. Se entenderá por "cosificación" a la acción de reducir a la mujer a la condición de cosa.
<b>Violencia telemática</b>	Es la acción por medio de la cual se difunden o publican mensajes, fotografías, audios, videos u otros que afecten la dignidad o intimidación de las mujeres a través de las actuales tecnologías de la información y comunicación, incluido el uso de estos medios para promover la cosificación, sumisión o explotación de la mujer. Se entenderá por "cosificación" a la acción de reducir a la mujer a la condición de cosa.
<b>Violencia simbólica</b>	Consiste en el empleo o difusión de mensajes, símbolos, íconos o signos que transmitan, reproduzcan y consoliden relaciones de dominación, exclusión, desigualdad y discriminación, naturalizando la subordinación de las mujeres.
<b>Violencia Institucional</b>	Es el conjunto de actos u omisiones cometidas por funcionarios de cualquier institución pública o privada, que tengan como fin retardar o impedir a las mujeres el acceso a servicios públicos o privados, o que en la prestación de estos se les agrede o brinde un trato discriminatorio o humillante.
<b>Violencia contra la Dignidad</b>	Es la expresión verbal o escrita de ofensa o insulto que desacredita, descalifica, desvaloriza, degrada o afecta la dignidad de las mujeres, así como los mensajes públicos de autoridades, funcionarios o particulares que justifiquen o promuevan la violencia hacia las mujeres o su discriminación en cualquier ámbito.

## ● ¿Qué es el feminicidio?

En los años noventa, las académicas Diana Rusell, Jane Caputi y Jill Radford comenzaron a utilizar la noción “*femicide*” para referirse al homicidio de una mujer por ser mujer, es decir, un homicidio por misoginia. El término fue traducido al español por la académica y activista feminista Marcela Lagarde, para reiterar la idea del homicidio de una mujer en razón de su sexo y para incorporar un nuevo elemento: la responsabilidad del Estado por la falta de prevención e impunidad de estos actos.

El movimiento feminista latinoamericano se ha apropiado del término ‘feminicidio’ o de su variante ‘femicidio’, para visibilizar la gravedad del fenómeno en toda la región y exigir su eliminación. Como resultado, un gran número de países han incorporado los tipos penales de ‘feminicidio’ o ‘femicidio’ a sus códigos penales y a sus políticas públicas para la prevención y respuesta a la violencia de género contra las mujeres.

La tipificación de delitos de ‘feminicidio’, rompe con la neutralidad del término ‘homicidio’ y con ello, con uno de los paradigmas del derecho penal patriarcal, que es su supuesta neutralidad. Históricamente, el derecho, incluyendo el derecho penal, ha girado en torno a los hombres y ocultado e invisibilizado las necesidades particulares y experiencias de las mujeres, así como la discriminación estructural que algunos grupos de mujeres sufren.

El **feminicidio** es considerado como la “muerte violenta de mujeres por el hecho de ser mujeres”, así como “el asesinato de mujeres por razones asociadas con su género. Es la forma más extrema de violencia de género e incluye los asesinatos producidos por la violencia en el ámbito familiar y la violencia sexual”<sup>42</sup>.

De acuerdo con la Ley N° 5777/2016 “De protección integral a las mujeres contra toda forma de violencia”, el feminicidio se considera como hecho punible y de acción penal pública. Expresamente, el Art. 50 establece pena privativa de libertad de 10 a 30 años para casos de feminicidio en cualquiera de sus formas: con relación conyugal, convivencia, pareja, noviazgo o en cualquier tiempo, con un vínculo de parentesco entre la víctima y el autor (cuarto grado de consanguinidad y segundo de afinidad); como resultado de un ciclo de violencia física, sexual, psicológica o patrimonial contra la víctima, independientemente de que los hechos hayan sido denunciados o no; cuando la víctima se hubiere encontrado en una situación de subordinación o dependencia respecto del autor; cuando con anterioridad el autor haya cometido contra la víctima hechos punibles contra la autonomía sexual; o,

cuando el hecho haya sido motivado por la negación de la víctima a establecer o restablecer una relación de pareja permanente o casual<sup>43</sup>.

## ● La violencia entre adolescentes y jóvenes

Las y los jóvenes enfrentan, de manera desproporcionada, distintas formas de violencia. Uno de los espacios del ámbito público donde se genera mayor violencia hacia adolescentes es en la escuela, donde pueden ocurrir relaciones interpersonales que no siempre son placenteras y pueden ser espacios donde se reproducen relaciones violentas. Otras formas de violencia, como el acoso sexual, suceden también en la escuela y en otros espacios como el transporte público, las calles o mismo, en las familias.

Otro lugar donde puede ocurrir violencia es en las redes sociales, donde se identifican varios casos de violencia de género. Las violencias de género son producto de relaciones de poder asimétricas donde personas con mayor poder ejercen violencia contra otras en situación de vulnerabilidad.

## ● ¿Qué es el *bullying*?

El ***bullying*** es un tipo de acoso que se realiza entre pares, una forma de discriminación hacia otros por sus características, como la apariencia física, edad, orientación sexual, identidad de género, nacionalidad, situación migratoria, etnia, sexo, género, condición socioeconómica, condición de salud, discapacidad, creencias religiosas, opiniones, prácticas basadas en estigmas sociales, embarazo, entre otras.

La Ley N° 4633/2012<sup>44</sup> “Contra el acoso escolar en instituciones educativas públicas, privadas o privadas subvencionadas” define al *bullying* como “toda forma de violencia física, verbal, psicológica o social entre estudiantes, que se realicen de manera reiterada en el ámbito educativo, generando en la persona afectada un agravio o menoscabo en su desarrollo integral”.

En la actualidad, también se da a través de las redes sociales y otros espacios digitales, y se conoce como *cyberbullying*.

<sup>43</sup> Ley N° 5777/2016, del 26 de diciembre. “De protección integral a las mujeres contra toda forma de violencia”. Disponible en: <https://bit.ly/3jEwQXt>

<sup>44</sup> Ley N° 4633/2012, del 6 de julio. “Contra el acoso escolar en instituciones educativas públicas, privadas o privadas subvencionadas”. Disponible en: <https://bit.ly/3BAc7Kd>

## Violencia *online* hacia adolescentes

En la actualidad, el acceso a las redes sociales permite que cada vez más niñas, niños y adolescentes se conecten virtualmente con el mundo. Sin embargo, esto no está exento de que se generen situaciones que impacten en sus vidas como la violencia *online*.

Save the Children identificó, en el 2019, nueve tipos de violencia que se ejercen contra la infancia mediante el uso de la tecnología, a través de cualquier tipo de dispositivo. A continuación, se describen cinco de estos tipos de violencia en línea<sup>45</sup>.

Tipo de violencia	Definición
-------------------	------------

<b>Sexting sin consentimiento</b>	<p>El sexting, según TEDIC, es cualquier tipo de mensaje provocativo enviado desde el teléfono o la computadora de alguien: puede ser una foto, una grabación de audio o un video. Por lo general, se realiza de forma privada, pero a veces, esto que fue pensado para los ojos de cierta persona o personas, termina siendo compartido con terceros de forma malintencionada, sin consentimiento.</p> <p>El sexting es una conducta de alto riesgo porque, en el momento de enviar, quien lo remite pierde el control del contenido compartido, que puede ser difundido a otras personas, sin saberlo y sin su consentimiento.</p> <p>El sexting, en sí mismo, no es una forma de violencia, pero, el sexting sin consentimiento sí, ya que la víctima no autoriza su difusión y puede desembocar en otras formas de violencia como el ciberacoso o la difusión de pornografía infantil, además de ser ilegal. Se lo conoce también como "pornografía de venganza"<sup>46</sup></p>
-----------------------------------	---

<b>Sextorsión</b>	<p>Es un chantaje o amenaza de publicar contenido audiovisual o información personal sexual a cambio de un intercambio de valor (dinero o algún bien material o puede estar sujeto a que la víctima haga algo); puede durar un largo tiempo y, generalmente, la persona que sufre de sextorsión no pide ayuda porque se siente avergonzada, culpable o tiene miedo de que se difunda material íntimo. La diferencia con el sexting sin consentimiento es que con la sextorsión se busca el intercambio.</p>
-------------------	---

<sup>45</sup> Sanjuán, Cristina. (2019). Violencia Viral. Análisis de la violencia contra la infancia y la adolescencia en el entorno digital. España, Save the Children. pp. 11-18. Disponible en: <https://bit.ly/3tioqrW>

<sup>46</sup> Sequera Buzarquis, Maricarmen. (2018). Sexting – Autocuidado en Internet #SendNudes. Asunción, Tedic. Disponible en: <https://bit.ly/2XHy5wQ>



### **Violencia online en la pareja o expareja**

Es el conjunto de comportamientos repetidos que pretenden controlar, menoscabar o causar un daño a la pareja o ex-pareja a través de medios digitales. Se lleva a cabo mediante el intercambio de mensajes, control de las redes sociales o webs, apropiación de las contraseñas, difusión de secretos o información comprometida, amenazas e insultos. Se vigila a la pareja controlando su ubicación, conversaciones, comentarios online, enviando correos electrónicos, mensajes o comentarios humillantes, groseros o degradantes, o publicando fotos con la misma intención.

### **Ciberacoso o cyberbullying**

Es la violencia entre pares que consiste en el hostigamiento hacia una víctima, a través de mensajes, imágenes, vídeos o comentarios a través de medios digitales, todos ellos con la intención de dañar, insultar, humillar o difamar. A diferencia del acoso, no hay contacto directo cara a cara y se prolonga más en el tiempo a causa de la viralización del contenido, mediante su difusión, perdiendo el control sobre el mismo. Mientras que el bullying se produce, principalmente, en las escuelas, el cyberbullying escapa de este espacio y puede darse entre niñas, niños y adolescentes de distintas escuelas, fuera del horario lectivo y extenderse indefinidamente en el tiempo. El contenido, una vez publicado digitalmente, puede ser reproducido y reenviado infinitas veces.

El Código Penal paraguayo no tipifica delitos que se cometan haciendo uso y abuso de la tecnología. Sin embargo, en el capítulo 5 del código, se establecen artículos referentes a los hechos punibles contra la autonomía sexual que incluyen: la coacción sexual, la trata de personas, el abuso sexual en personas indefensas, el abuso sexual en personas internadas, los actos exhibicionistas, el acoso sexual; pueden incluir marcos para denunciar a personas que pudieran cometer delitos contra la autonomía sexual (Art. 128 al 133).

Asimismo, el capítulo 7, enumera hechos punibles contra el ámbito de la vida y la intimidad de la persona, trata la lesión de la intimidad de la persona (Art. 143), la lesión del derecho a la comunicación y la imagen relacionados con los artículos (Art. 144), violación de la confidencialidad de la palabra (Art. 145) y la violación del secreto de la comunicación (Art. 146).

## ● ¿Qué es el acoso sexual?

Una de las formas de violencia de género, altamente naturalizada, es el acoso sexual. Se ejerce a través de prácticas amenazantes, invaden la integridad emocional por las expresiones desagradables y humillantes que se expresan sobre las mujeres, como son los supuestos piropos o acoso callejero.

En Asunción, la capital de Paraguay, existe la ordenanza municipal N° 130/2017 “Que protege los derechos de las personas que son acosadas sexualmente en la vía pública, en sitios públicos o privados de uso público”. Esta ordenanza define el acoso sexual en la vía pública como:

**“toda conducta física o verbal de naturaleza o connotación sexual realizada por una o más personas en contra de otra y otras con quienes no se mantiene relación de ninguna índole, sea verbal o gestual, que conlleven comentarios de carácter sexual, gestos obscenos que resulten insoportables, humillantes u ofensivos para quien los recibe, así como tocamientos indebidos, roces corporales, frotamientos contra el cuerpo, masturbación o exhibicionismo mostrando los genitales en el transporte o lugares públicos, que pongan a la víctima en situación intimidante, hostil u ofensiva”.**

El acoso sexual está tipificado en el Código Penal paraguayo como hecho punible contra la autonomía sexual. En el Art. 133, se establece que “el que con fines sexuales hostigara a otra persona, abusando de la autoridad o influencia que le confieren sus funciones, será castigado con pena privativa de libertad de hasta dos años”.

# B

## ● Consideraciones metodológicas para el Módulo 2

En este módulo, se invita a examinar y reflexionar sobre las relaciones que tenemos y las prácticas discriminatorias de las que somos víctimas o que ejercemos contra otras personas, a veces sin darnos cuenta. Se ejemplifican, además, formas de ejercer la violencia de género, para nombrarlas, visibilizarlas y enseñar a reconocerlas.

# C

## ● Propuesta didáctica para el Módulo 2

Elaborar al inicio del taller una lista de acuerdos de convivencia, cuyo contenido será acordado y comprometido por los y las participantes. Se sugiere plasmarlo en cartulina o papelógrafo y pegarlo en un lugar visible durante todas las actividades. Será un documento vivo, por lo que podrán integrarse más elementos a lo largo de las sesiones, en caso de ser necesario.

Para el tratamiento de estos temas que son sensibles, es necesario fomentar un ambiente sano y promover la participación basado en el respeto mutuo. Antes de realizar cualquier actividad, se asegurará a los y las participantes que este es un espacio seguro, donde el objetivo es poder cuestionar las prácticas cotidianas y aprender nuevas y mejores maneras de relacionarse. Por esta misma razón, no se podrá forzar la participación de ningún integrante del grupo.

Tema

1

# [ Las violencias ]

## Introducción al tema

Para iniciar el encuentro, retomamos los temas trabajados para refrescar la memoria, recordando el módulo y las diferentes actividades. Se sugiere tener a mano las ideas fuerza y luego colocarlas en el salón para tenerlas presente.

## Objetivos del encuentro



Identificar las violencias más comunes que se producen en la vida de hombres y mujeres a partir de las vivencias cotidianas y reconocer que la violencia no es sólo física.

## Ideas fuerza

68

### Tipo de violencia

### Ejemplos

#### Violencia física

Golpes, tirones, empujones, pellizcos, lesiones.

#### Violencia sexual

Imposición para dar un beso sin consentimiento, presión para involucrarse en actos sexuales o relaciones sexuales que no se quiere, acoso sexual, violación, abuso sexual, tocar partes privadas del cuerpo sin consentimiento, miradas sexuales hacia partes del cuerpo que incomodan.

#### Violencia psicológica

Humillaciones, amenazas, celos, chantajes, intimidaciones, descalificaciones, acusar sin fundamento de salir con otra persona o de ser infiel, criticar la ropa que se usa, usar apodosos que no agradan (gorda, fea o poco hombre), meterse en las redes sociales de la otra persona sin su consentimiento, hacerle/me sentir culpable por el enojo de la otra persona, hacerle/me sentir mal porque salgo con mis amigas o amigos, controlar la vestimenta o tiempo de la pareja.

## Actividad 1

## Reconociendo las violencias

### Recursos necesarios

Tarjetas de cartulina  
Cinta de papel  
Proyector  
Libreta de notas  
Láminas para proyectar

### Descripción de la actividad



1	<p>Trabajo individual: se pide a las y los participantes que se junten entre dos o tres personas, se entregan cuatro tarjetas de cartulina diferentes donde responden (con palabras o frases) a las siguientes preguntas. Cada tarjeta debe estar identificada:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>¿Qué es la violencia? (Tarjeta 1)</li><li>¿Quiénes pueden ejercer violencia? (Tarjeta 2)</li><li>¿Qué tipos de violencia conocemos? (Tarjeta 3)</li></ol>
2	<p>En plenaria, la persona que facilita divide el espacio para ordenar las respuestas en torno a las tres preguntas y analiza los elementos comunes de cada una de ellas.</p>
3	<p>Complementar la definición de violencia creada desde el grupo, con la definición de violencia de la CEDAW que se encuentra en el apartado Aproximación conceptual.</p>
4	<p>La persona facilitadora ordena la tercera tarjeta bajo tres tipos de violencia: física, sexual o psicológica.</p>
5	<p>Se realiza un cierre de la actividad, recordando que no todas las personas tienen el mismo riesgo de violencia. En los espacios públicos, todas las personas pueden experimentar violencia, sin embargo, de forma desproporcionada los hombres son autores y víctimas de violencia. En los espacios privados o domésticos, es más frecuente que sean los hombres los autores de la violencia y las mujeres, niñas y niños sus víctimas. Esto se debe a las relaciones de género patriarcales que son el fundamento de las situaciones de violencia tanto para hombres como para mujeres.</p>

## Tema

# 2

# [ La violencia interpersonal ]

## Objetivos del encuentro

- ◇ Reflexionar sobre la violencia interpersonal y los diferentes tipos de violencia que las y los adolescentes han recibido a lo largo de su historia personal.
- ◇ Aclarar conceptos relacionados a las violencias que se producen en torno a los prejuicios y estereotipos sexistas.

## Ideas fuerza

70

### Violencia por motivos de género o violencia machista

Es aquella que se ejerce sobre mujeres, niñas y personas con identidades de género feminizadas y/o disidentes. Sus expresiones son diversas, van desde manifestaciones verbales y simbólicas de discriminación hasta asesinatos.

La violencia contra la mujer constituye una violación de los derechos humanos y las libertades fundamentales y limita, total o parcialmente, a la mujer del reconocimiento, goce y ejercicio de tales derechos y libertades.

La Ley 5777/2016 “De protección integral a las mujeres, contra toda forma de violencia” clasifica la violencia contra la mujer en 15 tipos: violencia feminicida, física, psicológica, sexual, contra los derechos reproductivos, patrimonial y económica, laboral, política, violencia intrafamiliar, obstétrica, mediática, telemática, simbólica, institucional, contra la dignidad.

### Femicidio o feminicidio

Es considerado como la “muerte violenta de mujeres (asesinato, homicidio o parricidio) por el hecho de ser mujeres”, así como el asesinato de mujeres por razones asociadas con su género.

## Violencia en las redes

También, se vehiculiza de manera frecuente entre adolescentes. Se ejerce contra las mujeres, pero también contra quienes tienen una orientación sexual a personas del mismo sexo, o cualquier persona que no cumpla con los roles de género asignados dicotómicamente en función del sexo.

Actualmente, las más conocidas son: el sexting sin consentimiento, sextorsión, violencia online en la pareja o expareja, ciberacoso o ciberbullying, online grooming o ciber embaucamiento, exposición involuntaria a material sexual y/o violento, incitación a conductas dañinas.

Existen tres tipos de violencia, de acuerdo con la definición de Belém do Pará: violencia física, violencia Sexual y violencia Psicológica.

La violencia está tan normalizada, en particular la violencia psicológica, que a veces es difícil identificarla. Otros factores como el estigma, miedo o la culpa influyen en la identificación de la violencia y en compartir con otras y otros lo que nos sucede. La violencia psicológica es un tipo de violencia que frecuentemente evoluciona a violencia física, como en un violentómetro. Es importante recordar que nada justifica la violencia y ésta, siempre, es responsabilidad de quien la ejerce y, nunca, de la víctima.

### Actividad 1

## Collage de la Violencia<sup>47</sup>

#### Recursos necesarios

Tarjetas de cartulina de colores con fichas de preguntas  
Cinta de papel  
Papelógrafos  
Ficha de preguntas grupal  
Pinceles  
Lápiz de papel  
Pegamento  
Computadora  
Proyector

#### Descripción de la actividad

1

Repasar los tipos de violencia de acuerdo con la Convención Belém do Pará, a través de una diapositiva:

**Violencia física:** Golpes, tirones, empujones, pellizcos, lesiones, entre otros.

**Violencia sexual:** Imposición para dar un beso sin consentimiento, presión para involucrarse en actos o relaciones sexuales que no se quiere, acoso sexual, violación, abuso sexual, tocar partes privadas del cuerpo sin consentimiento, miradas sexuales hacia partes del cuerpo que incomodan.

**Violencia psicológica:** Humillaciones, amenazas, celos, chantajes, intimidaciones, descalificaciones, acusarme sin fundamento de salir con otra persona o de ser infiel, criticar la ropa que uso, meterse a mis redes sociales sin mi consentimiento, hacerme sentir culpable por el enojo de la otra persona, hacerme sentir mal porque salgo con mis amigas o amigos, controlar mi tiempo.



40'

<sup>47</sup> Huberman H. y Tufro. (2012). Masculinidades plurales. Reflexionar en clave de géneros. Buenos Aires: PNUD. pp. 52-53.

2	<p>La siguiente actividad debe presentarse como una opción y darles el derecho a las personas de no participar si no lo desean, esto puede ser un tema sensible al invitarles a hablar de sus propias experiencias si no hay contención.</p> <p>En otra diapositiva, se expone el violentómetro y se explica cómo la violencia puede ir en aumento. Se pide a las y los participantes que vayan identificando, de acuerdo con el violentómetro, los distintos tipos de violencia.</p> <p>Trabajo individual: repartir cuatro tarjetas de diferentes colores, en cada una escribir una palabra o frase relacionada con:</p> <ol style="list-style-type: none"><li><b>Tarjeta 1: Violencias que he experimentado</b></li><li><b>Tarjeta 2: Violencias que he generado</b></li><li><b>Tarjeta 3: ¿Cómo me he sentido cuando he experimentado violencia?</b></li><li><b>Tarjeta 4: ¿Cómo me he sentido cuando he generado o violencia?</b></li></ol>
3	<p>Preparar cuatro lugares con sus respectivos papelógrafos identificados por las tarjetas de colores, divididos en hombres y mujeres. Ahí se pegarán las cartulinas de diferentes formas simulando un collage. La división en hombres y mujeres será para identificar las similitudes de respuestas que colocan las y los participantes.</p>
4	<p>Trabajo grupal: pedirles que nombren actos que constituyen violencias:</p> <ol style="list-style-type: none"><li><b>¿Cuáles son las violencias más frecuentes que aparecen en las respuestas?</b></li><li><b>¿Cómo nos sentimos cuando hemos sido víctimas de alguna violencia?</b></li><li><b>¿Qué huellas o marcas (físicas o psicológicas) pueden quedar en una persona que ha sufrido violencia?</b></li></ol>
5	<p>Se cierra la actividad con la presentación en plenaria de los grupos, visualizando las respuestas sobre las huellas o marcas que puede dejar la violencia en una persona.</p>
6	<p>Se realiza el cierre con las ideas fuerza propuestas en el desarrollo conceptual, enfatizando que existen tres tipos de violencia, de acuerdo con la Convención de Belém do Pará, y los retos que hay para nombrarlas y visibilizarlas.</p>



## Actividad 2

### De “corajes, riesgos y violencias”<sup>48</sup> (Actividad dirigida a hombres)

#### Recursos necesarios

Fichas con historias a completar  
Bolígrafos  
Lápiz de papel  
Proyector  
Cuaderno de notas.  
Video para utilizar

#### Descripción de la actividad



<b>1</b>	Trabajo grupal: invitar a los hombres a completar el cierre de las historias.
<b>2</b>	Dividir en grupos de 4 o 5 participantes y entregar 2 historias a cada grupo. Las historias son las mismas, pero cada grupo, según su experiencia, puede tener cierres diferentes.
*	Gabriel iba todos los fines de semana a bailar con sus amigos. Algunos de ellos no pagaban su pasaje de colectivo. Vivían diciendo que Gabriel era un cobarde porque pagaba el pasaje cada vez que salían. Un día regresando del baile Gabriel decidió que:
*	Víctor era nuevo en la escuela. Tenía una cicatriz grande en la cabeza y todo el mundo le preguntaba qué le había sucedido. Víctor se sentía orgulloso de su cicatriz argumentando que había tenido una aventura increíble. Entonces, contó que:
*	Lucho es un loco de las motos. Después de comprar la suya, no quería nada más en la vida. Fue invitado por sus compañeros de universidad a participar de una carrera en un barrio cercano al suyo. Ese día, Lucho fue desafiado a hacer maniobras que no le gustaban, para ver quién era el mejor. Lucho se negó y entonces:
*	Mauro ya era un famoso personaje en su colegio. Con el inicio de las clases, él y su grupo estaban preparando una “broma pesada” para el grupo de los nuevos estudiantes que estaban ingresando por primera vez al colegio. Resolvieron que harían:

MÓDULO

73

<sup>48</sup> Trufó, L. (2012). Modelo para armar: nuevos desafíos de las masculinidades juveniles. Trama: Lazos para el desarrollo, 1ª. Ed. Buenos Aires. p. 37.

3	<p>En plenaria: se solicita a los grupos que presenten las diferentes historias y luego, se abre una reflexión en base a la siguiente guía de preguntas:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. ¿Qué pruebas de valentía hice en mi vida?</li> <li>b. ¿Qué quería probar y ante quién?</li> <li>c. ¿Cómo fue vivir ese peligro?</li> <li>d. ¿Cuáles son los peligros del día? ¿y de la noche?</li> <li>e. ¿Cómo me sentí?</li> <li>f. ¿Pensé que podría haber pasado si algo salía mal?</li> <li>g. Si me rehúso a hacer una de esas pruebas, ¿cómo quedo ante mi grupo de amigos?</li> <li>h. ¿Alguien conoce algún caso que haya terminado mal?</li> </ol>
4	<p>Proyectar el siguiente video, luego cerrar la actividad con los comentarios de las y los participantes:</p> <p>#L25 - ¿Existe solo una forma de ser hombre? (5:31 m): <a href="https://bit.ly/3uaogD1">https://bit.ly/3uaogD1</a></p>
5	<p>La persona que facilita realiza el cierre relacionando la violencia y los estereotipos de género.</p>

## Actividad 3

74

# Reconociendo la relación entre discriminación y las violencias de género

### Recursos necesarios

Proyector  
 Notebook  
 Tarjetas de cartulina con inscripciones  
 Papelógrafo  
 Témperas  
 Pinceles para pintar  
 Lápiz

### Descripción de la actividad



1	<p>Solicitar a las y los participantes que mencionen qué palabras les vienen a la mente cuando escuchan 'discriminación'.</p>
2	<p>Completar la definición del grupo con el siguiente concepto:  <b>La discriminación se presenta cuando alguien, en el momento de encontrarse con una persona o grupo diferente, busca afirmarse colocándose por encima. Se discrimina cuando se otorga mayor valor a nuestras características, que están validadas socialmente, y desvalorizamos las características de los otros, con el fin de ponerlos en situación de inferioridad, para poder dominarlos. Es decir, discriminar es una forma violenta de reaccionar frente a la diversidad, pues existe un abuso de poder que se traduce en dominio y sometimiento.</b></p>

3

Compartir tres historias con el grupo. Se les pide a las y los participantes que identifiquen si se trata de discriminación o no, y que expliquen por qué:



Perla es lesbiana. Cuando ella regresa de la escuela, cinco chicas de su cuadra no la dejan pasar libremente, la insultan, la empujan o le quitan sus cosas. Además, ella no va a las fiestas del barrio porque la han atacado en repetidas ocasiones.

- a. Preguntar si consideran que Perla está sufriendo discriminación.
- b. Explicar que, efectivamente, Perla está sufriendo discriminación: las chicas la someten y excluyen; se valen de su fuerza de grupo y justifican sus actos porque en su medio la única preferencia aceptada es la heterosexual. Perla es víctima de discriminación por su orientación sexual.



Sergio y Lucas, fueron invitados a una fiesta de 15 años. Ellos no deseaban ir a la misa pues no son católicos, pero les dijeron que si no asistían a la misa no podrían ingresar a la fiesta.

- a. Preguntar si consideran que Sergio y Lucas está sufriendo discriminación.
- b. Explicar que, tradicionalmente, en América Latina, la religión católica es la que impera y en este caso, Sergio y Lucas fueron discriminados porque se les impuso una práctica religiosa por encima de sus creencias. Sergio y Lucas son víctimas de discriminación por sus creencias (o no creencias religiosas).



A María, que tiene 14 años, le gusta mucho la política, así que en las reuniones familiares se sienta en la mesa de los hombres adultos que discuten sobre el tema. Sus tías le dicen que deje a los hombres adultos comer y hablar de 'sus cosas' y que mejor les debería ayudar a recoger los cubiertos.

- a. Preguntar si María está sufriendo discriminación
- b. Explicar que María está siendo discriminada por ser mujer y adolescente, porque se la está excluyendo de participar en temas propios para cualquier género.

4	Solicitar al grupo que, en equipos o en plenaria, identifiquen, ¿qué grupos de personas son discriminados en mi comunidad?
5	Trabajo en grupo: se divide en grupos de hasta cinco personas. Se entrega a cada grupo un papelógrafo y una tarjeta al azar. Explicar que, en 15 minutos, deben realizar un dibujo de una persona que evoque o represente de algún modo la palabra de la tarjeta. El dibujo deberá ser realizado por todas y todos, debe ser una obra colectiva.
6	En plenaria, cada grupo presentará el dibujo realizado y contará el proceso de producción grupal.
7	Luego, la persona que facilita realiza, al grupo en general, las siguientes preguntas: <ol style="list-style-type: none"><li>¿Cómo decidieron el aspecto de la persona del dibujo?</li><li>¿Fue difícil llegar a la imagen?</li><li>¿De dónde vienen las ideas acerca de la apariencia de estas personas?</li><li>¿Los dibujos transmiten imágenes positivas o negativas?</li></ol>
8	Cerrar la actividad recordando que vivimos en una sociedad heteronormativa y adultocéntrica, donde se privilegia a los hombres adultos blancos o mestizos heterosexuales y donde todas las personas que no encajan en esa descripción pueden ser objeto de diversos tipos de discriminación.

## Actividad 4

# Reconociendo las violencias de género. Violencia de género en las redes

### Recursos necesarios

Fichas con casos de violencia en las redes  
Hojas blancas  
Bolígrafos  
Papelógrafo  
Pinceles  
Lápiz de papel  
Proyector  
Notebook  
Libreta de notas  
Videos para utilizar

### Descripción de la actividad



1

Trabajo en plenaria: quien facilita los talleres pregunta al grupo qué tipo de violencias de género en las redes sociales conoce y escribe en un papelógrafo todas las señaladas por las y los participantes. Se sugiere utilizar la técnica lluvia de ideas.

2

Luego, se proyectarán los siguientes tres videos sobre violencia de género en redes:

- La historia de Oriana, víctima de ciberacoso (2:11 m):** <https://bit.ly/3pusjX2>
- Ciberacoso o Cyberbullying. La historia de Alba, víctima de violencia online por parte de su pareja (2:14 m):** <https://bit.ly/3rZnBSX>
- Grooming - Di no a la violencia online que sufre la infancia (2:03 m):** <https://bit.ly/3ps43Vv>

3

La persona que facilita explica a las y los participantes los nueve tipos de violencia online, teniendo en cuenta la aproximación conceptual dispuesta en el manual en este módulo.

4

Trabajo grupal: se divide en grupos de 4 o 5 personas donde se leen las siguientes historias<sup>49</sup>. Dependiendo del tiempo, se pueden asignar 2 o 3 historias a cada grupo.

5

Trabajo en plenaria: se solicita a cada grupo que presente las conclusiones realizadas en torno a las historias y generar la reflexión sobre las violencias en las redes sociales, reforzando los conceptos que no han quedado muy claros como cierre.

MÓDULO

77

<sup>49</sup> García del Vello, Ma. Teresa; Flores, Sandra; Gallego, Raquel. (2019). Fundación 25 mujeres. ¿Qué sabemos sobre la violencia de género en la adolescencia y juventud? Actividad para secundaria, bachillerato y formación profesional. Disponible en: <https://bit.ly/3BDATJs>

## Historias de la Actividad 2

1	Hace unos meses Julia se enojó con su mejor amigo. Desde entonces, no deja de recibir mensajes suyos a través de las redes sociales. Por más que le bloquee, él consigue ponerse en contacto con ella creando nuevos perfiles o a través del grupo de amistades de ella, lo que hace que ella se sienta acosada, ¿crees que lo podría denunciar?
2	Lidia conoció a Juan por las redes sociales y de pronto, él le envía una foto de su pene, ¿se consideraría "sexting"?
3	Hace un tiempo, Marcia se grabó con su novio teniendo relaciones sexuales, vídeo que él compartió con sus amigos por el grupo de WhatsApp. Uno de sus amigos le recriminó su actitud y él dijo que no está haciendo nada malo, que como el vídeo es suyo y él sale, puede enviarlo a quien quiera. ¿Puede hacerlo?
4	Manuel tiene fotos de Belén, una chica con la que hace algún tiempo chateaba, pero quiere un vídeo en el que ella aparezca desnuda. Para conseguirlo, le dice que si no le manda el vídeo publicará las fotos que tiene en su poder. Belén le envía el vídeo, pero al día siguiente, Manuel le exige que le mande otro. ¿Crees que ella puede denunciarlo después de haberle mandado el vídeo?
5	Diana sube una foto a Instagram en la que aparece de fiesta con un vestido corto. Muchos de los varones que la siguen en las redes sociales le escriben mensajes subidos de tono, en algunos le llegan a llamar "puta" y "bandida". ¿Están en su derecho de hacerlo?
6	Camila está con su pareja en el parque y recibe un mensaje en el móvil. Su novio le pide que se lo muestre, y como ella no quiere, él le quita el móvil de broma para poder leerlo. ¿Te parece que estaríamos ante un caso de violencia de género?
7	Mario está enojado porque su exnovia le dejó porque conoció a Miguel. Por ello, decide hacer pública una imagen que ella le envió en la que está desnuda. ¿Sería un caso de Porno Vengativo (Revenge Porn)?
8	Giselle cortó hace un tiempo con su pareja. Desde entonces, cuando ella publica una foto en la que aparece su ubicación, Rolando aparece al poco tiempo para intentar hablar con ella. ¿Crees que él está actuando correctamente?
9	Patricia le pide a su novio su computadora para usar Facebook. Después de ingresar su usuario y contraseña, Google pregunta si quiere que recuerde su contraseña. Su novio le dice que lo guarde, así ella podrá acceder de forma más fácil y directa desde su computadora y que, además, hay confianza entre ellos, por lo que no tiene sentido que le guarde secretos. ¿Debería Patricia guardar su contraseña en el computador de él?

## Respuestas de las historias

1

**SÍ**, se puede denunciar. La Ley N° 5777/2016 “De protección integral a las mujeres contra toda forma de violencia”, en su Art. 6 establece la violencia telemática como una de las formas de violencia contra las mujeres. Además, el Código Penal establece algunas protecciones a la intimidad en los artículos 143 (Lesión de la intimidad de la persona), 144 (Lesión del derecho a la comunicación y a la imagen) y 146 (Violación del secreto de la comunicación)

2

**NO**. No puede ser un caso de "sexting" porque es necesario que haya consentimiento para que sea sexteo. En este caso, no hay un acuerdo entre las partes, sino que él ha decidido, unilateralmente, enviar la foto. Esta práctica busca la reafirmación del poder por parte del hombre o joven, que invade el espacio de la otra persona con la fotografía o vídeo sexual.

3

**NO**. Siempre que se van a hacer públicas imágenes y vídeos en los que salen otras personas, hay que contar con su consentimiento expreso, sin importar si tiene o no connotaciones sexuales. La Ley N° 5777/2016 “De protección integral a las mujeres contra toda forma de violencia”, en su Art. 5, establece la violencia mediática y telemática como una de las formas de violencia contra las mujeres. Además, el Código Penal establece algunas protecciones a la intimidad en los artículos 143 (Lesión de la intimidad de la persona), 144 (Lesión del derecho a la comunicación y a la imagen) y 146 (Violación del secreto de la comunicación). Si esta situación se diera con niñas, niños o adolescentes menores de 14 años, se considera un delito tipificado en el Art. 135 del Código Penal.

4

**SÍ**. Esta práctica es conocida como sextorsión, es bastante habitual y la probabilidad de que la persona chantajeada acabe accediendo, por vergüenza y por el sentimiento de que la publicación de las imágenes produciría un daño irreparable en su vida, es muy elevada. Esto es un delito de extorsión establecido en los Art. 85 y Art. 86 del Código Penal paraguayo.

5

**NO**. Esta práctica es conocida como "slutshaming" y consiste en llamar puta, ramera o perra a las mujeres por vestirse de determinada manera. Con ello, se busca avergonzar y culpabilizar a las mujeres por el simple hecho de elegir libremente de qué manera se visten. Esta práctica es habitual cuando la mujer no sigue los cánones tradicionales impuestos por la sociedad.

6

**SÍ.** El control es una de las formas en las que se expresa la Violencia de Género. Los celos, el control y la pérdida de intimidad y autonomía no tienen que formar parte de una relación de pareja. Estos aspectos pueden parecer una manifestación de amor porque se transmiten y mantienen vivos con los mitos del amor romántico. Los mitos, en este caso, son: "por amor vale la pena aguantar cualquier cosa", "los celos son una muestra de preocupación" y "hay que renunciar a la intimidad y a la individualidad compartiendo todo con nuestra pareja".

7

**SÍ.** Aunque no se debe utilizar el concepto de "Revenge Porn", porque culpabiliza y responsabiliza a la mujer y justifica a quien publica las imágenes sin consentimiento. Un término alternativo es la diseminación no consensual de imágenes íntimas. La Ley N° 5777/2016 "De protección integral a las mujeres contra toda forma de violencia", en su Art. 5, establece la violencia mediática y telemática como una de las formas de violencia contra las mujeres. Además, el Código Penal establece algunas protecciones a la intimidad en los artículos 143 (Lesión de la intimidad de la persona), 144 (Lesión del derecho a la comunicación y a la imagen).

8

**NO.** Estamos ante un caso de "cyberstalking", compuesto por "cyber" que significa cibernético y la palabra "stalking" que es acoso. El ciberacoso consiste en utilizar las redes sociales y los medios informáticos para acosar a una persona. El ejemplo propuesto presenta cómo su ex-pareja usa la ubicación que ella comparte en las redes para acecharla, constituyendo un delito de coacción. El Código Penal paraguayo no establece situaciones de ciberacoso. Sin embargo, el capítulo 4, Hechos punibles contra la libertad, brinda elementos para considerar hechos punibles en los Art. 120 y 121 Coacción y Art. 133 Acoso sexual.

9

**NO.** Estar en una relación de pareja no quiere decir que se deba compartir todo y que perdamos nuestros espacios propios individuales, como son las redes sociales. Que la pareja tenga las contraseñas de las redes sociales, puede derivar en que vigile y controle nuestra actividad en las redes sociales. Tener confianza no significa que tengamos que compartir todos y cada uno de los detalles de nuestra vida.



Tema

3

# [ Acoso Sexual ]

## Objetivos del encuentro

- ◇ Reconocer el acoso callejero como una violencia de género hacia las mujeres.
- ◇ Para el grupo de 12 a 17 años, se sugiere analizar el acoso que se vive en las escuelas. Para el grupo de 18 a 29 años, se sugiere identificar formas en que se presenta el acoso laboral en los espacios de trabajo.

## Ideas fuerza

Tipo de violencia	Definición
-------------------	------------

<b>Acoso sexual</b>	Es otra forma de violencia de género, altamente naturalizada, es el denominado y conocido 'piropo'.
---------------------	---

<b>Acoso callejero</b>	Es aquella conducta violenta ejercida contra las mujeres por una o más personas en lugares públicos (medios de transporte, centros comerciales, etc.), que, a través de conductas o expresiones verbales o no verbales, con connotación sexual, afectan o dañan su dignidad, integridad, libertad, libre circulación o permanencia y/o generan un ambiente hostil u ofensivo.
------------------------	---

## Actividad 1

## Acoso callejero

### Recursos necesarios

Hojas blancas  
 Ficha de preguntas  
 Bolígrafos  
 Proyector  
 Notebook  
 Video para utilizar

### Descripción de la actividad



1

En plenaria, proyectar el siguiente video sobre acoso sexual en espacios públicos, para iniciar la reflexión sobre la temática que se aborda: **“La culpa no es de la mujer” (2:53): <https://bit.ly/3b-ybJAT>**

2

Trabajo grupal: en grupos separados de mujeres y hombres, de 4 a 5 participantes, se reflexiona en torno a las siguientes preguntas:

- a. ¿Qué te ha llamado más la atención del vídeo?
- b. ¿Te parece que estas situaciones ocurren cotidianamente?
- c. ¿A quién o quiénes afecta principalmente?
- d. ¿Cuáles son los comportamientos que se observan cuando una mujer es acosada en la calle?
- e. ¿Por qué te parece que ocurren estas cosas?
- f. ¿Podrías recordar algún ejemplo personal que te haya ocurrido?
- g. ¿Qué podríamos hacer para disminuir el acoso callejero?

3

Presentar en plenaria las discusiones generadas en el grupo.

4

Para cerrar esta actividad, vemos el vídeo: **“Campaña viral sobre el acoso callejero” (02:23): <https://bit.ly/3s5gCrB>**

5

La persona que facilita realiza un cierre retomando los conceptos de violencia de género hacia las mujeres.

## Actividad 2

## Acoso laboral ¿Qué tan conscientes somos?<sup>50</sup>

### Recursos necesarios

Hojas blancas  
Frases de discusión  
Bolígrafos  
Proyector  
Notebook  
Videos para utilizar

### Descripción de la actividad



1

Trabajo en grupo: en los mismos grupos formados para el ejercicio anterior (separados hombres y mujeres), reflexionar sobre las siguientes frases, argumentando acuerdos y desacuerdos.

### Frases de discusión

Frase	Acuerdo	Desacuerdo
1. El acoso sexual afecta a muy pocas mujeres.		
2. Si una mujer realmente quiere poner fin al acoso que recibe, siempre puede hacerlo.		
3. Si una mujer es objeto de acoso sexual debió habérselo buscado porque tiene una forma de vestir o actuar provocativa.		
4. El piropo no es acoso. Los hombres resaltan los atributos físicos de las mujeres porque son muy bonitas.		
5. A menudo, las acusaciones de acoso sexual son falsas. Las mujeres las utilizan para “vengarse” de los hombres con los que están enojadas o por haber sido rechazadas.		
6. Las mujeres siempre dicen NO, pero en realidad quieren decir SÍ, es solo cuestión de insistir.		

MÓDULO

83

<sup>50</sup> Adaptación de: Secretaría de Equidad de Género. Departamento de Educación en equidad. Programa Universitario de Estudios de Género “Proyecto de Institucionalización y transversalización de la perspectiva de género en la UNAM. Guía de facilitadoras/es. Curso Taller Sensibilización para prevenir la discriminación y violencia de género dirigido al subsistema jurídico de la UNAM, p. 24. Disponible en: <https://bit.ly/2VgINu8>

2

Compartir en plenaria las reflexiones de los grupos, seguir con el debate.

3

Para cerrar la actividad, se proyecta este video: **"No es normal - #CambiaelCuento - Acoso sexual laboral"** (4:54 m): <https://bit.ly/3s7pJb8>

4

La persona que facilita realiza un cierre retomando los conceptos de violencia de género hacia las mujeres.

# D

## ● Evaluación del Módulo 2

### ● Encierra en círculo la única respuesta correcta de las siguientes preguntas:

1. Se entiende a toda distinción, exclusión o restricción que, basada en el origen étnico o nacionalidad, sexo, edad, discapacidad, condición social o económica, condiciones de salud, embarazo, lengua, religión, opiniones, preferencias sexuales, estado civil o cualquier otra, tenga por efecto impedir o anular el reconocimiento o el ejercicio de los derechos y la igualdad real de oportunidades de las personas.
  - a. Exclusión social
  - b. Pobreza
  - c. Discriminación
  - d. Clase social
2. Se refiere a los actos dañinos dirigidos contra una persona o un grupo de personas. Tiene su origen en la desigualdad de género, el abuso de poder y la existencia de normas dañinas. Si bien las mujeres y niñas sufren este tipo de violencia de manera desproporcionada, los hombres y los niños también pueden ser blanco de ella.
  - a. Violencia hacia la mujer
  - b. Violencia sexual
  - c. Sexting
  - d. Violencia de género

3. La Convención Belém do Pará establece tres tipos de violencia, ¿cuáles serían?
  - a. Violencia hacia la mujer – violencia machista – violencia de género
  - b. Violencia psicológica – violencia mental – violencia espiritual
  - c. Violencia física – violencia sexual – violencia psicológica
  - d. Violencia sexual – violencia de la mujer – violencia hacia las personas vulnerables
4. Es un chantaje o amenaza de publicar contenido audiovisual o información personal sexual, a cambio de un intercambio de valor (dinero, más material, o que la víctima haga algo).
  - a. Violencia sexual
  - b. Sexting
  - c. Sextorsión
  - d. Extorsión
5. Se entiende por cualquier acto de naturaleza sexual cometido contra la voluntad de otra persona, ya sea que esta no haya dado su consentimiento o que no lo pueda otorgar por ser menor de edad, por una condición de discapacidad psicosocial o encontrarse, gravemente, intoxicada o inconsciente por efecto del alcohol o las drogas:
  - a. Acoso sexual
  - b. Violencia sexual
  - c. Violencia de la intimidad
  - d. Acoso callejero
6. Es la violencia entre pares, que consiste en el hostigamiento hacia una víctima a través de mensajes, imágenes, vídeos o comentarios; todos ellos, con intención de dañar, insultar, humillar o difamar. A diferencia del acoso, no hay contacto directo cara a cara y se prolonga más en el tiempo a causa de la viralización del contenido mediante su difusión, perdiendo el control sobre el mismo.
  - a. Sextorsión
  - b. Acoso
  - c. Violencia
  - d. Ciberacoso o ciberbullying
7. Es la acción ejercida por los medios de comunicación social, a través de publicaciones u otras formas de difusión o reproducción de mensajes, contenidos e imágenes estereotipadas que promueven la cosificación, sumisión o explotación de mujeres o que presenten a la violencia contra la mujer como una conducta aceptable. Se entenderá por “cosificación” a la acción de reducir a la mujer a la condición de cosa.
  - a. Violencia mediática
  - b. Violencia telemática
  - c. Violencia de comunicaciones
  - d. Violencia de redes



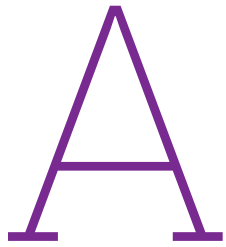
# ¿Cómo nos relacionamos en pareja?

MÓDULO

The first part of the document discusses the importance of maintaining accurate records of all transactions. It emphasizes that every entry, no matter how small, should be recorded to ensure the integrity of the financial data. This includes not only sales and purchases but also expenses and income. The document provides a detailed list of items that should be tracked, such as inventory levels, accounts payable, and accounts receivable. It also outlines the procedures for recording these transactions, including the use of double-entry bookkeeping and the importance of regular reconciliations. The second part of the document focuses on the analysis of the recorded data. It explains how to calculate key financial ratios and metrics, such as the gross profit margin, net profit margin, and return on investment. It also discusses the importance of comparing these metrics over time and against industry benchmarks to identify trends and areas for improvement. The document concludes with a summary of the key points and a call to action for the reader to implement the discussed practices in their own business.



**El objetivo de este módulo es continuar el trabajo de los módulos I y II, teniendo como centralidad las relaciones de pareja libre de toda violencia y el ejercicio de los derechos sexuales.**



## ● Aproximación conceptual

### ● Las relaciones en pareja

Los roles de género se refieren a las normas sociales y de conducta que, dentro de una cultura específica, se consideran apropiadas y se asignan a las personas de un sexo determinado. Suelen definir las responsabilidades y tareas tradicionalmente asignadas a hombres, mujeres, niños y niñas. Se basan en estereotipos contruidos en torno a un modelo de relación patriarcal heterosexual que establece relaciones, vínculos, maneras de pensar y de vivir.

Estos roles son aprendidos como parte del proceso de socialización, en el cual la familia es el espacio donde, culturalmente, se transmiten los valores y expectativas; que luego son reforzados en los espacios de socialización como la escuela, la iglesia, las redes sociales o los medios de comunicación. Así, valores, normas y expectativas son contruidos socialmente y aprendidos a través de procesos de socialización y basados en ideas tradicionales de las personas en función de su sexo que, a su vez, tienen un impacto en su comportamiento.

La expectativa es que los hombres aprendan a no mostrar sus emociones, que sean arriesgados, usen la violencia para resolver sus conflictos, inicien relaciones sexuales a temprana edad y puedan tener múltiples parejas sexuales.

Mientras que la expectativa hacia las mujeres es que muestren sus emociones, siempre y cuando estas sean suaves, y no el enojo, por ejemplo. A las mujeres se las coloca en el papel de la espera y se las critica si tienen múltiples parejas sexuales, entre otros estereotipos.

Los roles de género tradicionales también influyen en los vínculos afectivos que hombres y mujeres establecen, por ejemplo, cuando se enamoran o deciden entablar una relación de pareja.

### ● **Comunicación: elemento clave**

Una **buena comunicación** es clave para que existan relaciones saludables. Ésta permite transmitir claramente ideas, expectativas, sueños, intereses, temores, etc.

Existen diferentes tipos de comunicación que son útiles para toda clase de relaciones. La comunicación asertiva cobra gran relevancia en las relaciones de pareja, pues sienta las bases para establecer una relación respetuosa. Se la define como la capacidad de verbalizar sentimientos, pensamientos, opiniones, necesidades y desacuerdos, de forma directa, clara y precisa sin sentir miedo, vergüenza o ansiedad<sup>51</sup>.

Si se logra una comunicación asertiva en una relación, las posibilidades de bienestar y felicidad serán recíprocas, porque conforman los acuerdos de base que tendrían que establecerse cuando las personas comienzan a vincularse emocionalmente.

También la comunicación no verbal es muy importante, ya que va más allá de lo que se expresa con las palabras: los estados de ánimo se reflejan en el rostro, la actitud corporal, el tono de voz e incluso de otras formas. Por esto, es fundamental encontrar el mejor momento y lugar para manifestar los sentimientos, emociones y pensamientos, ya que toda comunicación produce en la otra persona una reacción sobre lo que escucha y/u observa.

### ● **El amor romántico**

Las relaciones de pareja, además de los estereotipos, se encuentran atravesadas por los mitos del amor romántico, que se explican más abajo.

El **amor romántico** es una construcción social que idealiza e impacta de manera diferenciada a hombres y mujeres. A continuación, las expectativas y roles de los hombres y las mujeres de acuerdo a la construcción del amor romántico:

<sup>51</sup> Instituto Aguascalentense de las Mujeres. (Sin fecha). Manual del taller. Noviazgo entre Adolescentes. 02. IAM, México, p. 28. Disponible en: <https://bit.ly/3zNWOGM>

## Hombres

## Mujeres

Figura del príncipe azul. Se trata del supuesto hombre perfecto, que responde a los cánones del rol masculino en los relatos románticos: valiente, proveedor, dispuesto a rescatar del peligro a la desvalida princesa.



Figura de la princesa desvalida que encuentra la felicidad una vez que un hombre, el príncipe, la rescata. En los cuentos, las princesas difícilmente tienen sueños propios, se proyectan como mujeres dependientes de los hombres, en el sentido económico, de afecto y de protección. Son potenciadas por el amor y la entrega incondicional.

Se les enseña a rechazar los sentimientos de apego y cuidado que, socialmente, se le atribuyen a la mujer.



Se les enseña a demostrar su amor, cuidando a la pareja y/o familia, y sacrificando su propio bienestar por el de los demás.

Se espera el control masculino en las relaciones de pareja y/o familia, cuyas manifestaciones varían y se expresan a través de los celos sobre la vida de la mujer, la amenaza de abandono, el control de lo económico e incluso, por medio del sometimiento físico.



Se espera que ellas asuman roles de cuidadoras y las labores domésticas, sin que se les permita contribuir en la toma de decisiones importantes para ellas y sus familias.

El hombre utiliza el modelo de amor romántico como medio de control y dominio sobre la mujer y es, este mismo discurso, el que le da permiso para hacerlo. De esta manera, es como se refuerza el mecanismo de sumisión, el sacrificio, la dependencia mutua y la necesidad constante de aprobación o de control<sup>52</sup>.



La construcción social asigna a las mujeres la responsabilidad de la estabilidad y éxito de las relaciones de pareja, de tal manera que, al terminarse, las mujeres divorciadas, por ejemplo, sufren mayor estigmatización que los hombres.

Algunas mujeres pueden considerar que es su responsabilidad mantener la relación, incluso cuando existe violencia, que puede manifestarse a través de humillaciones, insultos, limitaciones a la libertad (de movimientos a través del control), chantajes, imposiciones de qué y cómo se ha de hacer, cómo vestir, etc.

Estos comportamientos hacen surgir ideales como que el matrimonio es la cúspide del amor entre dos personas, o el ideal maternal, que se mira como la realización de las mujeres, y que también mantiene una estrecha relación con el amor.

<sup>52</sup> Centre Dolors Piera d'Igualtat d'Oportunitats i Promoció de les Dones. (Sin fecha). Talleres por la igualdad. Modelo de amor romántico. Disponible en: <https://bit.ly/3l1rzlG>

## ● Los mitos del amor romántico

Son mitos compartidos por hombres y mujeres que fomentan formas de relacionarse no siempre saludables. Estos buscan mantener una ideología determinada y justificar comportamientos, que son irreales y pueden ser imposibles de cumplir<sup>53</sup>.

1. **Mito de la omnipotencia:** 'el amor todo lo puede', por tanto, plantea que sólo será necesario amarse para solucionar los problemas. Esto tiene como consecuencia, la imposibilidad de revisar los comportamientos y problemas de manera seria. La normalización del conflicto va unido a este mito, ya que 'el amor, todo lo perdona'. Así, se normalizan actitudes negativas y violencias.
2. **Mito de la media naranja:** significa que se elige una pareja a la que se estaba predestinado, lo que muestra una única elección posible, y esto lleva a una sobre exigencia en la aceptación de la relación de pareja. Además, parte de que una mujer está incompleta hasta que encuentra a esa pareja: el todo.
3. **Mito de la equivalencia entre la pasión y el amor:** implica creer que la pasión (sentimiento) y el enamoramiento son equivalentes. Aceptar este mito, supone no reconocer la diferencia entre ambos conceptos y tampoco identificar que los dos estadios conviven en mayor o menor intensidad.
4. **Mito de los celos:** es la creencia que los celos son signo de amor y requisito fundamental para el amor verdadero. Este mito justifica comportamientos egoístas, injustos, represivos y violentos.

En muchas historias de amor de la literatura y el cine, se exaltan las desgracias, los amores imposibles y una hiper idealización del amor y de la persona estimada. De esta manera, el amor basado en el respeto por la individualidad del otro, en el conocimiento y la aceptación real de éste, en el enriquecimiento mutuo y la capacidad de resolver los problemas, no resulta tan atractivo. Este modelo de amor no tiene historia, y al ser invisible, no es tan deseable o interesante como 'la pareja tempestuosa'<sup>54</sup>.

Reconocer estos mitos románticos ayudará a desmontarlos y construir relaciones más seguras, más sanas e igualitarias entre hombres y mujeres<sup>55</sup>.

<sup>53</sup> Verceli Melina Flores Fonseca. (2019).

<sup>54</sup> Centre Dolors Piera d'Igualtat d'Oportunitats i Promoció de les Dones. (Sin fecha).

<sup>55</sup> Ídem

## ● La violencia en las relaciones de pareja<sup>56</sup>

La **violencia** es una forma de relación social no natural. Es intencional, porque tiene por objeto causar daño. Es también una forma de abuso de poder, que se ejerce contra las personas más vulnerables o con menos posibilidades de defenderse.

Este apartado, se centra específicamente en la violencia de género hacia las mujeres en el contexto de las relaciones de pareja, para conocer los principales comportamientos que afectan sus vidas y que, en ocasiones, terminan con su muerte. La violencia de género contra las mujeres tiene como trasfondo la discriminación estructural, que refuerza estereotipos de género que asignan a la mujer roles de inferioridad y de exclusividad del espacio doméstico y también de las tareas de cuidado. De forma desproporcionada, la violencia de género ocurre en el espacio privado, aunque no es exclusiva de este ámbito.

Para este manual, se revisan las principales formas de violencia de género con base en la legislación paraguaya. Además, se aborda el ciclo de la violencia, para comprender cómo se manifiesta en una relación de pareja y cómo produce la pérdida de confianza y autoestima, imposibilitando el crecimiento personal.

Es fundamental reconocer que existen muchas manifestaciones de los diferentes tipos de violencia, y que muchas de ellas, no dejan marcas visibles. Es por ello que, en ocasiones, se minimizan tanto por las víctimas como por los victimarios y la sociedad en general.

Las formas de violencia más comunes, que se producen en una relación de pareja, son: el aislamiento, el control, la violencia económica, la violencia psicológica, la violencia física y la violencia sexual.

**El aislamiento:** es cuando una persona asume que, con quien está involucrada sentimentalmente, le pertenece. Así, restringe las relaciones de amistad e inclusive las relaciones familiares de su pareja. Termina aislándola.

**El control:** es cuando no se respeta la privacidad de la otra persona, y se controla su forma de vestir, por ejemplo, se la critica por usar faldas o escote. También se vigila las interacciones que pueden darse con otras personas, por ejemplo, se revisa el teléfono celular o la computadora de la pareja, para acceder a conversaciones privadas.

**Violencia económica:** es toda acción u omisión que afecta la supervivencia económica de la víctima. Usualmente, se produce en el ámbito familiar o

<sup>56</sup> ONU Mujeres. (Sin fecha). Preguntas frecuentes: Tipos de violencia contra las mujeres y las niñas. Disponible en: <https://bit.ly/3BRfwop>

de pareja, siendo una forma de control en contra de las mujeres, que busca limitar y/o reducir sus ingresos económicos.<sup>57</sup> La agresión es ejercida por la persona que tiene el dominio económico, a través de la manipulación para gestionar los gastos o la privación de recursos, lo que induce al aislamiento y la angustia por la satisfacción de las necesidades personales y/o familiares<sup>58</sup>.

**Violencia psicológica:** esta violencia busca menoscabar la autoestima de la mujer. Implica el menosprecio a su persona o a sus ideas. También son manifestaciones de violencia psicológica los insultos, amenazas, celos y posesividad, críticas a lo que hace y la forma en que lo hace, burlas, comparaciones, dejar de hablarle, resaltar defectos, ponerle sobrenombres ofensivos, destruir objetos personales o muebles, proferir amenazas verbales contra ella y sus hijos e hijas, impedirle frecuentar a familiares, amigos y amigas, entre otros. Las consecuencias de este tipo de maltrato son baja autoestima, sentimientos de miedo, ira, vulnerabilidad, tristeza, humillación y desesperación. Incluso, pueden presentarse trastornos psiquiátricos graves.

**Violencia física:** comprende una amplia gama de agresiones que van desde empujones, pellizcos hasta lesiones graves con secuelas físicas permanentes, incluido el feminicidio. Se manifiesta como bofetadas, quemaduras, golpes con el puño o bien, estirar los cabellos, torcer el brazo, arrojar objetos, apretar el cuello o agredir con algún tipo de arma, etc.

**Violencia sexual:** es cualquier actividad o contacto sexual que ocurre sin el consentimiento o deseo explícito de las mujeres. Incluye acciones que no requieren de contacto físico como el hostigamiento, acusaciones falsas de actividades sexuales, obligar a la pareja a consumir pornografía, críticas a su comportamiento sexual, y comparación degradante con otras mujeres, así como acciones que sí requieren de contacto físico, como el abuso sexual, el uso de objetos en la vagina, ano y la violación, así también el retirarse el preservativo durante las relaciones sexuales.

Entre las consecuencias físicas, se encuentran las lesiones o infecciones genitales, anales, del tracto urinario, embarazos no deseados, etc. Además, se encuentran las consecuencias psicológicas que provocan baja autoestima, ideas y actos autodestructivos, trastornos sexuales; estas producen alteraciones en el funcionamiento social y en la capacidad para ejercer la autonomía reproductiva y sexual.

<sup>57</sup> Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia. (2007) Cámara de Diputados del H. Congreso de la Nación de los Estados Unidos Mexicanos. Art. N° 6, fracción IV. p. 3. Disponible en: <https://bit.ly/3kY4oPz>

<sup>58</sup> Instituto Nacional de las Mujeres. (2016). Glosario para la igualdad. Consulta en línea. Violencia Económica. Disponible en: <https://bit.ly/2YxXqcA>

### ● Algunos elementos a considerar cuando se habla de violencia en la pareja son<sup>59</sup>:

- ▶ El hogar suele ser el lugar donde las mujeres sufren alguna forma de violencia.
- ▶ La violencia en las parejas se presenta en todos los estratos sociales, no se asocia a bajos niveles educativos ni de ingresos.
- ▶ La violencia en la pareja es cíclica y tiende a aumentar y/o a agravarse con el tiempo, si no se adoptan medidas para detenerla.
- ▶ Existen muchas razones emocionales, sociales y económicas por las cuales las mujeres tienen dificultades para abandonar a su agresor, por ejemplo, los sentimientos de culpa y vergüenza, los prejuicios sociales y la falta de autonomía económica.
- ▶ Frecuentemente, las mujeres que sufren violencia se aíslan y rompen sus lazos afectivos y amistosos por exigencia de su agresor, para controlarla y/o para impedirle buscar ayuda. A veces, las víctimas se aíslan por miedo o por vergüenza. Esto, les produce una autoestima aún más baja y mayor dependencia a su agresor, lo que les dificulta obtener ayuda.
- ▶ Las víctimas de violencia de género tienden a ocultar su angustia, impotencia y miedo, o están predispuestas a asumirse como 'culpables', con el propósito de defender la estabilidad de su familia, proteger a sus hijos o a los mismos victimarios, con quienes tienen vínculos afectivos.
- ▶ El alcohol y las drogas exacerbaban la violencia, no la causan.
- ▶ La violencia es una violación a los derechos humanos y nadie tiene el derecho de recurrir a ella, aun cuando la convivencia genere conflictos y situaciones de rabia. La violencia nunca es aceptable como mecanismo para canalizar o resolver los problemas.
- ▶ La violencia no es un asunto privado, que solo concierne a las partes involucradas, es un fenómeno que debe ser abordado con prioridad por el Estado.

La violencia contra las mujeres es un problema social y de salud pública complejo. Es preciso reconocerla desde el primer momento en que se produce. Para ello, la etapa del noviazgo o las relaciones de enamoramiento son claves para prevenir, identificar y adoptar medidas para eliminarla.

<sup>59</sup> Instituto Aguascalentense de las Mujeres. (sin fecha). pp. 36 – 37.

## ● **Violencia en el noviazgo**

Es importante visibilizar la violencia de género en el noviazgo, ya que, comúnmente, se piensa que esta violencia sólo sucede en relaciones de pareja o familiares.

Muchas veces, estas actitudes violentas no son percibidas ni por las víctimas ni por los maltratadores, y es confundida con una expresión de amor e interés. Esto ocurre gracias a la normalización de la violencia, a través del modelo del amor romántico.

Además, la violencia en el noviazgo pasa también desapercibida porque se piensa que son exageraciones de las y los adolescentes y jóvenes, dejando la violencia en el noviazgo como un simple mito, puesto que todo se justifica en el nombre del amor.

Es importante dejar en claro que no hay provocación que justifique la violencia y que el amor no debe doler, en ningún caso y bajo ninguna circunstancia.

### **Algunas señales de alerta de violencia en el noviazgo<sup>60</sup>:**

- ▶ Controla todo lo que haces y te pide explicaciones detalladas.
- ▶ Te cela. Te acusa de estar coqueteando o engañándola/o con tu amiga/o.
- ▶ Revisa tus pertenencias: tu diario, celular, correo electrónico, mensajes, etc.
- ▶ Te vigila y critica tu manera de vestir.
- ▶ Te compara con otras mujeres.
- ▶ Te desvaloriza, te ofende y te descalifica.
- ▶ No responde si le exiges una explicación.
- ▶ Siempre culpa a los demás de estar en contra de la relación.
- ▶ Se niega a conversar acerca de los conflictos o desacuerdos de la pareja.
- ▶ Te obliga a hacer cosas que no quieres.
- ▶ Amenaza con dejarte cuando no haces lo que él quiere.
- ▶ Coquetea con otras personas delante de ti o en secreto.
- ▶ Te ha presionado para tener relaciones sexuales o cualquier otro acto sexual, con el que tú no te sientes cómoda/o.

<sup>60</sup> Sistema Nacional de Protección de Niñas, Niños y Adolescentes. (2019). Violencia en el noviazgo: no es amor, no es amistad. Gobierno de México. Disponible en: <https://bit.ly/3thDndN>



**Violentómetro.** El violentómetro es un material gráfico y didáctico que consiste en visualizar las diferentes manifestaciones de violencia que se encuentran ocultas en la vida cotidiana y que, muchas veces, se confunden o desconocen<sup>61</sup>.

Las manifestaciones de violencia que se muestran en el material no son necesariamente consecutivas, sino que pueden ser experimentadas de manera intercalada.

## VIOLENTÓMETRO

### Sí, la **violencia** también se mide...

<b>¡Ten cuidado! La violencia aumentará</b>		0	_____
	Bromas hirientes	1	_____
	Chantajear	2	_____
	Mentir, engañar	3	_____
	Ignorar, ley del hielo	4	_____
	Celar	5	_____
	Culpabilizar	6	_____
	Descalificar	7	_____
	Ridiculizar, ofender	8	_____
	Humillar en público	9	_____
	Intimidar, amenazar	10	_____
<b>¡Reacciona! No te dejes destruir</b>	Controlar, prohibir	11	_____
	(dinero, familiares, dinero, lugares, apariencia, actividades, celular, mails y redes sociales)	12	_____
	Destruir artículos personales	13	_____
	Manosear	14	_____
	Caricias agresivas	15	_____
	Golpear "jugando"	16	_____
	Pellizcar, arañar	17	_____
	Empujar, jalonear	18	_____
	Cachetear	19	_____
	Patear	20	_____
	Encerrar, aislar	21	_____
	Encerrar, aislar	22	_____
	Encerrar, aislar	23	_____
<b>¡Necesitas ayuda profesional!</b>	<b>Amenazar con objetos o armas</b>	<b>24</b>	_____
	<b>Amenazar de muerte</b>	<b>25</b>	_____
	<b>Forzar a una relación sexual</b>	<b>26</b>	_____
	<b>Abuso sexual</b>	<b>27</b>	_____
	<b>Violar</b>	<b>28</b>	_____
	<b>Mutilar</b>	<b>29</b>	_____
	<b>ASESINAR</b>	<b>30</b>	_____

<sup>61</sup> Tronco Rosas, Martha Alicia. (2012). Género y Amor: Principales aliados de la violencia en las relaciones de pareja que establecen estudiantes del IPN. Programa Institucional de Gestión con Perspectiva de Género. Instituto Politécnico Nacional. México. Disponible en: <https://bit.ly/2WSNbi7>

Cabe recalcar que el propósito de esta herramienta no es categorizar las violencias, sino demostrar los tipos de violencias que existen y su crecimiento en gravedad. Ningún tipo de violencia es aceptable.

● **El ciclo de la violencia**

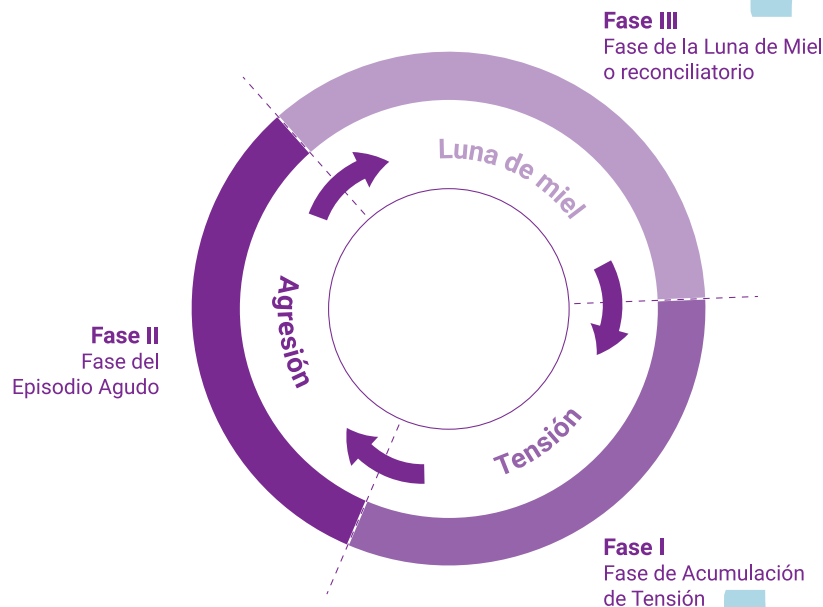
La violencia puede ocurrir en cualquier momento de la relación, desde el primer encuentro, durante el noviazgo o al llevar varios años de convivencia. Sin importar el momento en que ocurre, implica algunos aspectos de poder y control. El patrón que se establece, se presenta en un ciclo en el que, tanto el hombre como la mujer, se encuentran atrapados<sup>62</sup>.

Las fases del ciclo de violencia son:<sup>63</sup>

Fase	Ciclo de la violencia	Agravamiento del ciclo
<b>1. Fase de acumulación de tensión</b>	Es la sucesión de pequeños episodios que van desde roces permanentes, con un incremento constante de ansiedad y hostilidad. Se manifiestan con insultos, reproches, escenas de celos y control, silencios prolongados, burlas, malestar constante y en aumento.	Se agrava la violencia. Se agregan incidentes que pueden incluir formas de maltrato físico (no golpes), empujones, apretones de brazo, tirones de cabello.
<b>2. Fase del episodio agudo, de estallido o explosión</b>	La tensión acumulada da lugar a una explosión de violencia que puede variar en gravedad. Se manifiesta en incidentes con todo tipo de agresión física o sexual, golpes, ruptura de objetos y amenazas.	Puede tomar características aún más graves, ocasionando lesiones severas y llegar hasta la muerte de cualquiera de los protagonistas (feminicidio y/o suicidio).
<b>3. Fase de luna de miel, reconciliatoria, o de arrepentimiento</b>	Se produce el arrepentimiento, a veces instantáneo, seguido de las disculpas. Aparecen las expresiones de perdón, promesas de cambio, interés sexual, regalos y falsa tranquilidad.	Comienza con expresiones 'afectuosas' breves, pasando, rápidamente, al acoso sexual, pudiendo llegar a la violación.

<sup>62</sup> Márquez Heine, María Cristina. (2012). Guía del Taller Prevención de la Violencia en el Noviazgo. Subsecretaría de Prevención y Participación Ciudadana; Dirección General de Prevención del Delito y Participación Ciudadana. p. 7. Disponible en: <https://bit.ly/3trETtW>

<sup>63</sup> Instituto Aguascalientense de las Mujeres. (sin fecha) pp. 44–45.



En una relación donde la violencia persiste, este ciclo se repite, una y otra vez. El período de duración entre las diferentes etapas es más rápido, modificándose el grado de violencia en cada fase, pudiendo identificarse en cada una de ellas con gravedad.

Salir de este tipo de relaciones es muy difícil, ya que intervienen diversos factores como la creencia de que, en algún momento, la pareja va a cambiar. Se sufren depresiones anímicas, disminución de la autoestima, dificultades para tomar decisiones y el temor de enfrentar a la pareja. También existe el temor de quedar sin pareja, que se agrava cuando hay dependencia afectiva y económica.

Por esto, nunca se debe culpar a la víctima ni revictimizarla.

### ● Los derechos sexuales

La salud y los **derechos sexuales** (DDSS) se refieren a la libertad de las personas para ejercer su sexualidad de manera saludable, sin ningún tipo de abuso, coerción, violencia o discriminación de cualquier tipo.

Los DDSS forman parte de los derechos humanos y buscan garantizar que todas las personas puedan tomar decisiones sobre su vida sexual con libertad, confianza y seguridad, contemplando el deseo del disfrute de relaciones placenteras. Estos derechos se aplican a todas las personas, independientemente, de su edad, sexo o cualquier otra condición<sup>64</sup>.

<sup>64</sup> Instituto Aguascalientense de las mujeres. (sin fecha). p. 14.

Se enmarcan dentro del concepto de la salud integral, comprendido esto como un estado de bienestar físico, psicológico, social y cultural. Vale la pena recordar que, la salud es un derecho humano y que el Estado es el responsable de proteger y promover el derecho a la salud, proveyendo las condiciones necesarias (Art. 68 y 69 CN). Esto permitirá prevenir situaciones que afectan a las personas a exponerse a momentos que alteren su salud, como el riesgo de contraer alguna infección de transmisión sexual, consumo de alcohol, drogas, entre otras.

De la misma manera, el Estado debe garantizar el pleno ejercicio de las DDSS a toda la población, principalmente, a los sectores más vulnerables, en la que se encuentran: niñas, niños, adolescentes y mujeres jóvenes.

La decisión de tener o no relaciones sexuales es personal, por lo que es muy importante considerar tenerlas hasta que estemos seguras y seguros. Las presiones, por parte de amigos, amigas y/o familiares, no pueden ser el motivo para tomar decisiones que involucren los afectos, el cuerpo y el placer. Además, las relaciones sexuales siempre tienen que ser consentidas.

## ● **Violencia sexual y consentimiento**

La **violencia sexual** se destaca como una de las expresiones de la **violencia de género**; siendo esta expresión, una de las mayormente sufridas por las mujeres en diversas partes del mundo y en distintos ámbitos de índole familiar, laboral, social.<sup>65</sup>

De acuerdo con la Corte Interamericana de Derechos Humanos, la violencia dirigida contra una mujer por ser mujer es una forma de discriminación. Para la Corte, la violencia sexual contra la mujer o la niña comprende, por ende, no solo actos de naturaleza sexual que se ejerzan por medio de la violencia física, sino también otros de esa naturaleza que, cometéndose por otros medios, resulten igualmente lesivos de los derechos de la mujer o la niña, le causen daño o sufrimiento.<sup>66</sup> La violación es una vulneración grave, sistemática y generalizada de los derechos humanos, un delito y una manifestación de la violencia de género contra las mujeres y las niñas<sup>67</sup>

<sup>65</sup> Hernández Briceño, Sergio José. (2020). Cultura de la violación, un análisis del continuo en la violencia sexual que viven las mujeres. PACHA Revista de Estudios Contemporáneos del Sur Global. México. Vol.1, N° 3. p. 89. Disponible en: <https://bit.ly/3n7ypPz>

<sup>66</sup> Corte Interamericana de Derechos Humanos (CIDH). (2020). Caso Guzmán Albarracín y Otras vs. Ecuador. Sentencia del 24 de junio de 2020 (Fondo, Reparaciones y Costas). p. 4. Disponible en: <https://bit.ly/38MOhii>

<sup>67</sup> Consejo de Derechos Humanos. (2021). Naciones Unidas, Asamblea General Informe de la Relatora Especial sobre la violencia contra la mujer, sus causas y consecuencias, Dubravka Šimonović. Disponible en: <https://bit.ly/3BLOy19>

## ● El consentimiento

El término **consentimiento** proviene de la palabra consenso, la cual significa acuerdo mutuo, una forma infalible de asegurar la igualdad. El consentimiento sexual es el acuerdo verbal o no verbal para participar en un acto sexual, y es una manera de establecer si todas las partes involucradas lo hacen a gusto, de forma sana y consciente<sup>68</sup>.

El consentimiento debe ser dado voluntariamente, como resultado de la libre voluntad de la persona, valorada en el contexto de las circunstancias que lo rodean. Existen diferentes características que pueden limitar la libertad de las personas para otorgar consentimiento, por ejemplo, la diferencia de relaciones de poder a partir características como relaciones de autoridad, de sexo o de edad.

## ● Requisitos del consentimiento<sup>69</sup>:

**Se da con convencimiento:** El consentimiento nace de un sentimiento de motivación, se debe recibir un 'sí' activo. Si la pareja acepta, pero transmite preocupación o inseguridad, no hay consentimiento. 'No', 'no sé' o un silencio, no son sinónimos de consentimiento.

**Se da libremente:** El consentimiento se debe dar sin presiones. No es correcto engañar, forzar o amenazar a alguien para que diga que sí. Nadie puede dar su consentimiento si está inconsciente o en un estado mental alterado, por ejemplo, bajo los efectos del alcohol o las drogas.

**Informado:** Sólo se puede consentir, si la persona conoce todos los hechos. Por ejemplo, cuando una persona dice que va a utilizar protección durante la relación sexual, pero no lo hace, no hay sexo consensuado.

**Específico:** El consentimiento contempla situaciones específicas. Se puede consentir a una cosa y no a otra. Se puede estar de acuerdo en besar o tocar un día y no estarlo al día siguiente. Lo que se consiente, es una decisión individual y puede variar.

**Reversible:** El consentimiento se puede retirar. Se puede cambiar de idea en cualquier momento. Y es importante, incluso, entre las parejas que ya han mantenido relaciones sexuales antes.

<sup>68</sup> Joy Machlus, Shaina. (Sin fecha). La Palabra más sexy es... Una Guía de Consentimiento Sexual. p. 11. Disponible en: <https://bit.ly/3KS-8BUM>

<sup>69</sup> ONU Mujeres. (2019) Cuando se trata de consentimiento, no hay límites difusos. Disponible en: <https://bit.ly/2WWkQHA>

Varios estudios demuestran que, un alto porcentaje de mujeres ha experimentado violencia física y/o sexual por parte de un compañero sentimental. Erradicar la violencia contra las mujeres implica obtener el consentimiento en todas las situaciones, incluso en el ámbito del matrimonio y las relaciones a largo plazo.

Para crear una cultura del consentimiento es necesario que todo el mundo cambie de forma consciente su forma de relacionarse con los demás, por lo que hay que enseñar a las niñas y a los niños la importancia del consentimiento desde la infancia. Es una parte esencial de la educación sexual integral, que empodera a la población a través del conocimiento de sus derechos.

Hay que tener en cuenta que, el fenómeno del consentimiento, descarga en las mujeres la responsabilidad de establecer límites a los avances masculinos, naturalizados y manifiestos, culturalmente, como inevitables.<sup>70</sup> Lograr que los hombres y los niños participen en el debate sobre el concepto de masculinidad, es otro pilar importante para generar conciencia sobre el consentimiento. Se debe examinar las masculinidades violentas y redefinir lo que significa ser un hombre, aplicando los principios feministas.

## B ● Consideraciones metodológicas para el Módulo 3

En este módulo, se abordarán los desafíos de la construcción de las relaciones de pareja a partir de los mitos del 'amor romántico', los cuales toleran e incluso fomentan la violencia contra las mujeres. Permitirá comprender el alcance de la salud y los derechos sexuales de las y los adolescentes y jóvenes, incluido el derecho a tomar decisiones informadas sobre su sexualidad y cuerpo.

La falta de control sobre el propio cuerpo y la sexualidad tiene un tremendo impacto, especialmente, en la vida de las mujeres y las niñas. Desde la violencia sexual hasta la violencia doméstica, la violencia contra las mujeres está conectada a la salud y los derechos sexuales<sup>71</sup>.

<sup>70</sup> Pérez Hernández, Yolínzltli. (2016). Consentimiento sexual: un análisis con perspectiva de género. Universidad Nacional Autónoma de México-Instituto de Investigaciones Sociales. Revista Mexicana de Sociología 78, núm. 4. México, D.F. Disponible en: <https://bit.ly/3tl4MLL>

<sup>71</sup> Centro de Derechos Reproductivos. (2015). Violencia contra las mujeres y derechos reproductivos en las américas. Disponible en: <https://bit.ly/3kIDRGQ>

C

## ● Propuesta didáctica para el Módulo 3

Tema

1

# [ Relaciones de pareja y mitos del amor romántico ]

## Introducción al tema

Para iniciar este encuentro, se retoman los temas trabajados para refrescar la memoria, recordando el módulo y las diferentes actividades. Se sugiere tener a mano las ideas fuerza y luego, colocarlas en el salón para tenerlas presente.

## Objetivos del encuentro

- ◇ Reconocer las formas en las cuales se ha imaginado el amor para comprender que estas ideas se encuentran influenciadas por los mitos del amor romántico.
- ◇ Identificar los mitos del amor romántico para comprender cómo estos mitos inciden en el establecimiento de relaciones de pareja, basadas en la violencia de género.
- ◇ Relacionar el amor romántico con las situaciones de violencia de género, principalmente, los feminicidios.

MÓDULO

103

## Ideas fuerza

### Roles y expectativas de género

Condicionan de manera importante el establecimiento de los vínculos entre hombres y mujeres, principalmente, cuando se enamoran o deciden entablar una relación de pareja.

### Comunicación

En toda relación, el elemento clave es la comunicación porque permite establecer relaciones saludables. Existen la verbal, no verbal y asertiva.

### Amor romántico

es una construcción social que idealiza la figura del príncipe azul, y proyecta a una mujer potenciada por el amor, con una entrega incondicional, dependiente de la figura del hombre, necesitada de su protección y afecto.

## Actividad 1

## Recordando mis relaciones

### Recursos necesarios

### Descripción de la actividad



104

Fichas de preguntas  
Hojas blancas  
Bolígrafos  
Lápiz de papel

1

Trabajo individual. Solicitar a cada participante que recuerde sus afectos con las siguientes preguntas:

- a. ¿A quiénes recuerdo cuando hablo de afectos?
- b. ¿Qué personas han marcado mi vida en diferentes momentos?, ¿qué personas aparecen en mi mente? (amigas, amigos, familiares, compañeras, compañeros, novias, novios)
- c. ¿De quiénes de esas personas rompí la relación y cómo me siento con eso?
- d. ¿Me enamoré o tuve algún vínculo especial con alguien? ¿Varias veces?
- e. ¿Fui correspondida, o correspondido?
- f. ¿Tuve una relación estable? ¿Sigo estando con él o ella?
- g. ¿Qué pasó?



2

Trabajo Grupal.

- a. **Dividir a las y los participantes en dos grupos, uno de hombres y otro de mujeres. Si el grupo es muy grande, se pueden dividir más, siempre separando a hombres y mujeres.**
- b. **Pedir a los y las participantes que compartan sus respuestas con el grupo ya sea por medio de un dibujo, pintura, poesía o teatro.**
- c. **Identificar los niveles de confianza para facilitar el ejercicio de la mejor manera.**

3

Trabajo en plenaria. Impulsar la reflexión del grupo con las siguientes preguntas:

- a. **¿Cómo nos sentimos recordando nuestros afectos?**
- b. **¿Qué huellas, marcas positivas y negativas dejaron en mi vida?**

4

Consultar si algunas personas quieren compartir su experiencia.

5

Cerrar el ejercicio agradeciendo y valorando a las personas que compartieron sus experiencias, reforzando la necesidad de expresar los sentimientos en ámbitos de confianza, recuperando los puntos más importantes de las historias.

## Actividad 2

### Reconociendo el amor romántico en nuestra cultura

#### Recursos necesarios

Hojas blancas  
Bolígrafos

#### Descripción de la actividad



1

Dividir a las y los participantes en equipos. El número de equipos dependerá del número de participantes.

2

La persona facilitadora seleccionará cuatro o más cuentos de princesas de Disney, canciones populares o cuentos clásicos de la región en la que esté.

3

Asignar uno de los cuentos o canciones a cada equipo y otorgarles tiempo para identificar cuáles son los roles diferenciados de los protagonistas, en función de su sexo, y qué acciones realizan.

4

Solicitar a las y los integrantes que escriban algunos mitos de amor romántico que refuerzan el cuento o canción asignada.

5

Invitar a los y las participantes a comentar en plenaria las reflexiones que tengan acerca de cómo se nos ha enseñado a percibir y ejercer el amor desde chiquitas/os, en películas, canciones.

6

Para finalizar, reforzar conceptos en caso de ser necesario, y recordar a las y los participantes que desmontar los mitos del amor romántico requiere de reflexión constante; que no se trata de ideas del pasado, y que se pueden encontrar en producciones culturales actuales y en actitudes propias y de otras personas.

## Actividad 3

# Dibujando mi relación ideal

### Recursos necesarios

Fichas de preguntas individual  
Ficha de preguntas para plenaria  
Hojas blancas  
Bolígrafos  
Lápiz de papel

### Descripción de la actividad



1

Trabajo individual: Solicitar a cada participante pensar cómo sería una relación ideal. El ejercicio también se puede realizar escribiendo las respuestas o dibujando o escribiendo un poema. Dependerá del clima grupal y cómo la persona que facilita observa al grupo.

- a. **¿Cómo me gustaría que sea la persona de quien me enamore?**
  - I. Físicamente:
  - II. Intelectualmente:
  - III. En el trato conmigo:
  - IV. En los proyectos que quiero emprender:
  - V. En los sueños que tengo:
- b. **¿Cómo me gustaría ser para la persona que se enamore de mí?**
  - I. Físicamente:
  - II. Intelectualmente:
  - III. En el trato conmigo:
  - IV. En los proyectos que quiero emprender:
  - V. En los sueños que tengo:
- c. **¿Cómo me veo enfrentando los desafíos que plantee en los puntos a y b?**

2

Trabajo en plenaria. Se sugiere moderar la plenaria con las siguientes preguntas de discusión y reflexión:

- a. **¿Consideran que lo escrito por ustedes es posible concretar en la realidad?**
- b. **¿Por qué?**
- c. **¿Qué aspectos existen para impedir que eso suceda?**

3

Realizar una reflexión recogiendo las diferentes ideas comunes.

## Actividad 4

### ¿Qué cosas puedo hacer yo?

#### Recursos necesarios

Fichas de preguntas  
Hojas blancas  
Bolígrafos  
Lápiz de papel

#### Descripción de la actividad



1

Trabajo grupal: Formar dos grupos, uno de mujeres y otro de hombres. Cada grupo, realizará un juego de roles donde los jóvenes hombres asuman expectativas sobre las jóvenes mujeres y viceversa; y las plasmen en hojas blancas.

**El grupo de mujeres responderá las siguientes preguntas, desde el planteamiento: "Si fueras un chico y estuvieras en pareja..."**

**El grupo de hombres responderá a las siguientes preguntas, desde el planteamiento: "Si fueras una chica y estuvieras en pareja..."**

- a. ¿Qué te gustaría recibir de regalo?
- b. ¿Cómo querés que se te trate?
- c. ¿A qué lugares te gustaría ir?
- d. ¿Qué pensas sobre tener relaciones sexuales?
- e. ¿Qué pensas sobre el casamiento?
- f. ¿Qué piensa tu familia sobre una relación de pareja?

2

En plenaria: recoger las respuestas y solicitar a los grupos confirmar o no las expectativas y estereotipos que tienen respecto a sus parejas.

3

Para finalizar, reforzar conceptos en caso de ser necesario.

## Actividad 5

## Los mitos del amor romántico

### Recursos necesarios

Fichas de mitos  
Hojas blancas  
Bolígrafos  
Lápiz de papel  
Proyector  
Video para utilizar

### Descripción de la actividad



1

Trabajo grupal: armar grupos de 4 o 5 personas para reflexionar en torno a algunas frases sobre el amor romántico. Entregar a cada grupo, 3 tarjetas de mitos y solicitar que discutan las siguientes preguntas; dejar 2 de ellas para discutir en la plenaria<sup>72</sup>

- a. ¿Cómo viven, hombres y mujeres, cada uno de estos mitos?
- b. Las relaciones que se establecen entre las parejas, ¿son respetuosas o igualitarias?

2

Trabajo en plenaria: cada grupo presentará la discusión realizada, las principales controversias y las coincidencias de los mitos discutidos en el grupo. La discusión se genera en torno a las tarjetas de Realidad. La persona que facilite presentará las 2 tarjetas restantes para la discusión en la plenaria.

3

Realizar la discusión de la plenaria a base de las siguientes preguntas.

- a. ¿Por qué creen que estos mitos siguen sucediendo?
- b. ¿Conocen otros mitos?
- c. ¿Qué podemos hacer para superar estos mitos?

4

Como cierre de la actividad transmitir el siguiente video: **Mitos del Amor Romántico (5:36 m): <https://bit.ly/3s6wN8a>**

<sup>72</sup> Instituto Aguascalientense de las mujeres. (sin fecha)

Mito 1	Si tu pareja te cela es porque te quiere.
Mito 2	La prueba de amor fortalece tu relación.
Mito 3	Es fácil reconocer una relación violenta.
Mito 4	La violencia hacia las adolescentes no es tan severa como la ejercida hacia la mujer adulta
Mito 5	En una relación de noviazgo no existe la violación.
Mito 6	La violencia en las parejas se resuelve sin ayuda de otras personas.
Mito 7	Los hombres son violentos por naturaleza.
Mito 8	Las mujeres violadas se lo han buscado
Mito 9	Un adolescente violento no es tan peligroso como un adulto violento.
Mito 10	El alcohol causa la violencia.
Mito 11	Los hombres violentos pierden el control.
Mito 12	La violencia es responsabilidad de quien la provoca.
Mito 13	Una mujer se queda en una relación violenta porque le gusta.
Mito 14	Una mujer que ya aceptó tener relaciones sexuales con alguien no puede ser violada por él.

<b>Realidad 1</b>	Los celos solo demuestran inseguridad y posesión, el sentirlos no siempre está mal, lo importante es saberlos manejar y demostrar de manera prudente.
<b>Realidad 2</b>	Tener relaciones sexuales con amor, seguridad y responsabilidad es un punto importante en una relación, pero no siempre el tenerlas indica que una relación marchará mejor.
<b>Realidad 3</b>	Es difícil para las y los adolescentes reconocer la violencia en sus propias relaciones.
<b>Realidad 4</b>	La violencia, tanto en adolescentes como en mujeres adultas, es igualmente severa y provoca los mismos efectos destructivos, dolor, deterioro y confusión.
<b>Realidad 5</b>	Tener relaciones sexuales con una mujer sin su consentimiento es violación, aunque sea amiga, novia o esposa. Una violación no es determinada por el tipo de relación, sino por la falta de consentimiento para la actividad sexual.
<b>Realidad 6</b>	La violencia en la pareja no es un acto sólo privado, ya que tiene consecuencias sociales muy graves. Una actitud de autosuficiencia en estas situaciones es contraproducente. Si alguien se encontrara en una relación abusiva, podría pedir ayuda.
<b>Realidad 7</b>	Los hombres aprenden a ser violentos por ciertos mensajes sociales y familiares. La violencia es una manera en que, muchos hombres, resuelven conflictos y establecen control y dominio sobre otra persona.
<b>Realidad 8</b>	Cualquier mujer puede ser violada, sin importar la edad que tenga, si es considerada fea o atractiva o la forma en que esté vestida. El acto de violación no es el resultado de una provocación sexual, sino que tiene el objetivo de ejercer control y dominio. Justificar la violación como respuesta a una supuesta provocación, minimiza el hecho y responsabiliza a la víctima, en vez de responsabilizar al agresor.
<b>Realidad 9</b>	El varón adolescente, al igual que el adulto, puede causar el mismo daño, en cuanto a violencia se refiere.
<b>Realidad 10</b>	El alcohol exacerba la violencia.
<b>Realidad 11</b>	Los hombres son responsables de sus actos.
<b>Realidad 12</b>	La responsabilidad de la violencia es de quien la ejerce, es necesario hacer hincapié en no culpar a las mujeres que son víctimas de violencia, ya que este es el discurso de los emisores de violencia.
<b>Realidad 13</b>	Ni a hombres ni a mujeres les gusta estar en una relación en la que les traten mal, pero se debe ser conscientes de que hay diversas razones emocionales, económicas, sociales, culturales por las cuales una persona se queda en una relación violenta.
<b>Realidad 14</b>	La violación es realizar el acto sexual con una persona sin su consentimiento. Aunque, previamente, hayan tenido relaciones con consentimiento, puede ser que una parte obligue a la otra a hacer algo que no quiere, por lo que esa persona está siendo violentada en sus derechos sexuales y reproductivos.

## Tema

# 2

# [ Las relaciones de violencia en la pareja ]

## Objetivos del encuentro

- ◇ Analizar la violencia de género, principalmente, aquella que se ejerce contra las mujeres en una relación de pareja.
- ◇ Identificar el ciclo de la violencia en la pareja para comprender cada uno de sus momentos.
- ◇ Relacionar la violencia de género con los mitos del amor romántico y los estereotipos establecidos en torno a hombres y mujeres.
- ◇ Comprender por qué una parte importante de las víctimas de violencia de género continúa con su pareja después de los primeros episodios de maltrato.

## Ideas fuerza

### Violencia

Es una forma de relación social no natural e intencional que causa daño. Es abuso de poder, se selecciona a la víctima.

El ciclo de la violencia tiene tres fases principales, y durante la relación va en aumento, estas fases son: **acumulación de tensión, fase de estallido o explosión, fases de arrepentimiento o luna de miel**, este ciclo se repite y va construyéndose como un espiral.

112

## Actividad 1

### Cómo son/fueron mis relaciones de pareja<sup>73</sup>

#### Recursos necesarios

Test sobre violencia en el noviazgo  
Bolígrafos  
Lápiz de papel

#### Descripción de la actividad



1

Trabajo individual: entregar a cada participante el Test sobre violencia en el noviazgo y pedir que lo completen.

No forzar a compartir los resultados.

<sup>73</sup> Instituto Aguascalientense de las mujeres. (Sin fecha). p. 48



## Test sobre violencia en el noviazgo

Responde el siguiente test según corresponda

	Frase	Frec. (2 p.)	A veces (1 p.)	No (0 p.)
1	Cuando tu novio/novia se dirige a vos ¿lo hace con groserías o te llama por un apodo que te desagrada?			
2	¿Tu novio/novia te dijo que andás con alguien más o que tus amigos/amigas quieren andar contigo?			
3	¿Tu novio/novia te dice que tenés otros chicos/chicas? ¿Te compara con sus ex?			
4	¿Tu novio/novia quiere saber qué haces todo el tiempo y con quién estás?			
5	¿Tu novio/novia te critica, se burla de tu cuerpo y exagera tus defectos, ya sea en público o en privado?			
6	Cuando estás con tu novio/novia, ¿te sentís tenso/tensa y sentís que hagas lo que hagas, le molestará?			
7	Para decidir lo que harán cuando salen, ¿ignora tu opinión?			
8	Cuando conversan ¿te sentís mal porque solo te habla de sexo o te pregunta si tuviste relaciones con tus ex?			
9	¿Tu novio/novia te dio algún regalo a cambio de algo que te ofenda o te haya hecho sentir mal?			
10	Si aceptas tener relaciones sexuales con él/ella ¿sentís que fue por temor o presión?			
11	Si tenés relaciones sexuales ¿te impide o condiciona el uso de métodos anti-conceptivos?			
12	¿Tu novio/novia te obligó a ver pornografía y/o a tener prácticas sexuales que te desagradan?			
13	¿Te presionó y obligó a consumir algún tipo de droga?			
14	Si toma alcohol o se droga ¿se comporta violento/a contigo o con otras personas?			
15	A causa de los problemas con tu pareja ¿tuviste una o más de las siguientes alteraciones: pérdida de apetito o sueño, malas calificaciones, abandono de la escuela, distanciamiento de tus amigos y amigas?			
16	Cuando tu novio/novia se enoja o discuten ¿sentís/sentiste que tu vida corría peligro?			
17	¿Tu novio/novia te golpeó con alguna parte de su cuerpo o con un objeto?			
18	¿Tu novio/novia alguna vez te causó lesiones que ameritaron recibir atención médica?			
19	¿Tu novio/novia te amenazó con matarse o matar cuando se enoja o le dijiste que querías terminar con él o ella?			
20	Después de una discusión fuerte, ¿tu pareja se muestra cariñoso/cariñosa, te regala cosas y te promete que nunca volverá a suceder y que todo cambiará?			

## Resultados

---

### **Hasta 5 puntos. Relaciones que no presentan violencia**

El noviazgo es una etapa en la que aprendemos a relacionarnos en pareja con la persona que queremos. Toda pareja tiene problemas, pero son resueltos de manera sensata, teniendo presente el respeto por las diferencias y los derechos de cada uno/a.

### **Entre 6 y 15 puntos. Relación con señales inicia- les de violencia**

Existencia de problemas pero que se resuelven sin violencia física. Los actos violentos son minimizados y justificados por problemas ajenos a la pareja. Es importante que desarrollen habilidades para resolverlos.

### **Entre 16 y 25 puntos. Relación de abuso**

Tu pareja está usando cada vez más la violencia para resolver los conflictos, la tensión se empieza a acumular. Creés que puedes controlar la situación y que él o ella cambiarán. Es una situación de cuidado y una señal de que la violencia puede aumentar en el futuro.

### **Entre 26 y 40 puntos. Relación de abuso severo**

Definitivamente tu relación de noviazgo es violenta, los actos violentos se dan bajo cualquier pretexto y cada vez son más frecuentes e intensos. Después de la agresión, tu pareja intenta remediar el daño, te pide perdón y te promete que no volverá a ocurrir. Esta es la etapa más difícil porque sientes miedo y vergüenza por lo que pasa. Tienes esperanza de que tu pareja cambie. Busca ayuda.

2

Trabajo grupal. En plenaria, abrir un espacio de diálogo en el que algunas personas voluntarias compartan sus resultados y cómo se sienten al respecto.

3

Reforzar las ideas fuerza.

## Actividad 2

### La violencia en el noviazgo<sup>74</sup>

#### Recursos necesarios

Ficha de preguntas grupal  
Lápiz de papel  
Bolígrafos  
Pegamento  
Proyector  
Notebook  
Videos para utilizar

#### Descripción de la actividad



1

Trabajo en plenaria: Proyectar los siguientes videos:

**Grupo 1: Video - Violencia en el noviazgo (4:27 m):** <https://bit.ly/3s6FQWt>

**Grupo 2: Video - "Ni una menos" (11:47):** <https://bit.ly/2NiJBcl>

2

Trabajo grupal: conformar dos grupos para trabajar la siguiente guía de preguntas. Asignar un video y las preguntas respectivas (detalladas a continuación) a cada grupo.

**Grupo 1:**

- ¿Cómo es la relación que vieron en el video?
- ¿Cuál es el comportamiento del chico?
- ¿Qué dice la chica del video?
- ¿Qué ideas de amor circulan en estos chicos?
- ¿Qué salida tiene la chica?

**Grupo 2:**

- ¿Cómo es la relación de Micaela y de Emanuel?
- ¿Cuál es el comportamiento de Ema?
- ¿Qué siente Micaela?
- ¿Qué tipo de apoyo tiene Micaela?
- ¿Qué salida tiene Micaela?

3

En plenaria: cada grupo presenta las reflexiones que realizaron de los videos vistos.

4

La persona que facilita cierra el tema, retomando las ideas del amor romántico y los estereotipos de género que circulan en ambos videos.

<sup>74</sup> Adaptación de: Huberman, H; Tufro. (2012).

## Tema

# 3

# [ Derechos sexuales ]

## Objetivos del encuentro



Conocer los derechos sexuales como parte de la salud integral de adolescentes y jóvenes.

## Ideas fuerza

### Derechos sexuales

Se refieren a la libertad de las personas para ejercer su sexualidad de manera saludable, sin ningún tipo de abuso, coerción, violencia o discriminación de cualquier índole.

### Consentimiento sexual

Es el acuerdo verbal o no verbal para participar en un acto sexual, y es una manera de establecer si todas las partes involucradas lo hacen a gusto, de forma sana y consciente<sup>75</sup>.

116

## Actividad 1

## El consentimiento

### Recursos necesarios

Video del té (sobre consentimiento):  
<https://bit.ly/3DvDKpp>

Computadora  
Proyector

### Descripción de la actividad



20'

1

Mirar en plenaria el video del té. Facilitar la reflexión para que los y las participantes puedan hacer preguntas y comentarios.

2

Para finalizar, la persona facilitadora aclara los conceptos que se necesiten reforzar.

<sup>75</sup> Joy Machlus, Shaina. (Sin fecha)

## Actividad 2

## La cultura de la violación

### Recursos necesarios

Pirámide de la cultura de la violación

### Descripción de la actividad



1	Mostrar a las participantes la imagen y retomar algunos conceptos clave.
2	Solicitar a las y los participantes pensar en ejemplos de cada apartado: de la normalización a la violencia explícita. Seleccionar a participantes que quieran exponer sus ejemplos.
3	En plenaria, la persona facilitadora inicia el diálogo respecto a las diferentes respuestas de las y los participantes.
4	En plenaria, corregir las nociones incorrectas y reforzar las ideas y conceptos importantes.

MÓDULO

## Cultura de la violación

117



## Actividad 3

# ¿Cómo se ejerce la violencia sexual?

### Recursos necesarios

Video ¿Qué es la violencia sexual?  
<https://bit.ly/3jQpXIY>  
Computadora  
Proyector

### Descripción de la actividad



1

Mirar en plenaria el video ¿Qué es la violencia sexual? Fomentar la reflexión para que los y las participantes puedan hacer preguntas y comentarios.

2

Para finalizar, la persona facilitadora aclara el concepto de violencia sexual con ayuda de las ideas fuerza, además de tener en cuenta las siguientes reflexiones generales:

- **Las relaciones de poder y jerárquicas anulan el libre consentimiento de la víctima.**
- **Cuestionar las creencias de que debe existir violencia física para que exista violencia sexual. Explicar cómo se normaliza la violencia sexual en las relaciones afectivas.**

# D

## ● Evaluación del Módulo 3

Indica el número según la respuesta que corresponda:

Concepto	N.º	Explicación
1 <b>Violencia emocional</b>		Amplia gama de agresiones como empujones, pellizcos hasta lesiones graves con secuelas físicas permanentes, incluido el asesinato.
2 <b>Derechos sexuales</b>		Se produce una sucesión de pequeños episodios que va desde roces permanentes, con un incremento constante de la ansiedad y hostilidad.
3 <b>Violencia sexual</b>		Comportamientos que buscan menoscabar la autoestima de la mujer. Comprende el menosprecio a su persona o a sus ideas, insultos, amenazas, celos y posesividad, críticas a lo que hace y la forma en que lo hace, entre otros.
4 <b>Acumulación de tensión</b>		Toda la tensión que se venía acumulando da lugar a una explosión de violencia, que puede variar en su gravedad.
5 <b>Violencia física</b>		Se produce el arrepentimiento, a veces instantáneo, seguido de disculpas. Aparecen las expresiones de perdón, promesas de cambio, interés sexual, regalos y 'tranquilidad'.
6 <b>Fase de luna de miel, reconciliatoria, o de arrepentimiento</b>		Es cualquier actividad o contacto sexual que ocurre sin el consentimiento o deseo explícito de las mujeres.
7 <b>Control</b>		Se refieren a la libertad de las personas para ejercer su sexualidad de manera saludable, sin ningún tipo de abuso, coerción, violencia o discriminación de cualquier tipo.
8 <b>Ciclo de la violencia</b>		Es cuando no se respeta la privacidad de la otra persona y se controla su forma de vestir, por ejemplo, criticándola por usar faldas o escote. También, se controlan las interacciones con otras personas, por ejemplo, se revisa el teléfono celular o la computadora de la pareja para acceder a conversaciones privadas.
9 <b>Fase del episodio agudo, de estallido o explosión</b>		Es cuando una persona asume que la otra con quien está involucrada sentimentalmente le pertenece, y restringe las relaciones de amistad e inclusive las relaciones familiares de su pareja.
10 <b>Aislamiento</b>		Sin importar el momento en que ocurre, implica los mismos aspectos de poder y control ejercido hacia las mujeres. El patrón que se establece se presenta en un ciclo en el que, tanto el hombre como la mujer, se encuentran atrapados.
11 <b>Consentimiento sexual</b>		Es el acuerdo verbal o no verbal para participar en un acto sexual, y es una manera de establecer si todas las partes involucradas en la relación sexual lo hacen a gusto, de forma sana y consciente

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---





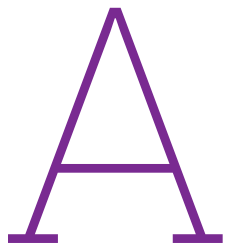
¿Qué  
podemos  
hacer  
ahora?

MÓDULO



**El objetivo de este módulo es fomentar la reflexión desde el pensamiento crítico, aprender a establecer y mantener relaciones interpersonales respetuosas, y desarrollar la capacidad para tomar decisiones, en el marco de la resolución de conflictos sin violencia.**

En este módulo, se abordan temas relacionados con el desarrollo de habilidades personales y sociales.



## ● Aproximación conceptual

### ● Los sentimientos y las emociones

Todas las acciones se encuentran cargadas de emociones y sentimientos, que son necesarios para el desarrollo de las habilidades socio-emocionales o habilidades blandas. Las habilidades socio-emocionales se definen como “el conjunto complejo de cualidades personales, que ayudan a que un individuo sea un miembro positivo y contribuyente de cualquier organización. Estas incluyen una actitud positiva, comunicación, planificación y organización, pensamiento crítico, trabajo en equipo y más, que le permiten interactuar con sus pares, y a desenvolverse en sociedad.”<sup>76</sup>

Estas habilidades se desarrollan en los diferentes espacios de la vida social como la escuela, trabajo, hogar, entre otros. Es muy importante reconocer que pueden ser trabajadas intencionadamente, para lograr establecer vínculos positivos y transformadores que permitan el desenvolvimiento y el éxito personal.

Un primer aspecto a considerar es que, el reconocimiento y el manejo de las emociones es clave para el autoconocimiento, como también para orientar el pensamiento y el comportamiento para vincularnos socialmente.

Las **emociones** son respuestas fisiológicas que se presentan frente a un estímulo. Su expresión puede ser física, a través del rostro o la elevación del ritmo cardíaco, y también generan reacciones conductuales como acercarse, comportarse agresivamente o huir. Si bien éstas son fisiológicas,

<sup>76</sup> Espinoza, Marcos y Doris Gallegos. (2020). Habilidades blandas en la educación y la empresa: Mapeo sistemático. Revista Científica UISRAEL. Quito, Ecuador: Universidad Israel. p. 39. Disponible en: <https://bit.ly/3zPiYPN>

también están muy vinculadas al aprendizaje familiar, social y cultural. Las emociones duran poco tiempo.

Los **sentimientos** surgen cuando la persona está consciente de lo que provocan las emociones y es capaz de asociarlos con otros conocimientos previos. Son perdurables, aún cuando el estímulo desaparece, ya que es la misma persona la que la genera. El amor, el resentimiento y la compasión son sentimientos.

Desde el nacimiento, se reciben muchos mensajes que configuran las formas de estar en el mundo y de percibirlo. Estos mensajes son los modelos de comportamiento que se adoptan de los familiares y demás ambientes de socialización, y que se traducen en valores y creencias, por lo que tienen un impacto en la resolución de conflictos.

### ● Solución de conflictos

Ante un conflicto, una serie de elementos (percepciones, creencias, actitudes, valores, emociones) definirán la dirección para su resolución. Lo que haga cada persona involucrada en él, tendrá consecuencias positivas (alivio, satisfacción, reconocimiento, mejora de la relación) o negativas (incremento de la tensión, angustia, deterioro de la relación).

Los conflictos surgen, entre otras razones, por las diferencias que existen entre las personas, por lo que son parte de la vida humana. La forma de abordar y resolver el conflicto es lo que permite el crecimiento de las mismas.

No es frecuente cuestionarse sobre las propias percepciones porque, comúnmente, se cree que reflejan directamente la realidad. Sin embargo, no todas las personas perciben lo mismo, ya que la percepción de cada una está condicionada por el conocimiento, estados de ánimo, prejuicios, estereotipos sexistas y de género.

Tomar decisiones asertivas, activa el pensamiento crítico y creativo en torno a objetivos que provengan de nuestros deseos reales. Lo más importante es que estas decisiones sean verdaderamente nuestras, sin que otras personas interfieran en ellas o que sean conducidas por el entorno. Las decisiones asertivas consolidan nuestra individualidad y nos hacen responsables de nuestros actos; con ellas se va construyendo nuestra historia de vida y a nosotras/os mismos.

Es importante reconocer que las decisiones personales repercuten en el entorno y tienen implicaciones para las personas con quienes existe relacionamiento.

La toma de decisiones requiere el desarrollo del pensamiento crítico, aquel en el cual se observan y analizan situaciones desde una/uno mismo, independientemente de cómo gustaría o convendría que fuera. Es de vital importancia, argumentar la validez de los puntos de vista y que estos sean puestos en debate con actitud respetuosa, dando la oportunidad de que el punto de vista de las otras personas también tenga validez<sup>77</sup>.

### ● Autoestima

En los procesos de afrontamiento de los conflictos es pertinente considerar aspectos relacionados a las condiciones personales. Un elemento que ayuda en este proceso es hacer uso del conocimiento y la autoestima de las personas. La autoestima es la consideración que una persona tiene hacia sí misma. Se desarrolla a partir de la interacción humana, mediante la cual las personas se consideran importantes una para las otras<sup>78</sup>.

Estos son los elementos que influyen en la configuración de la autoestima<sup>79</sup>:

- ▶ **Componente afectivo:** es la respuesta afectiva que se percibe de sí mismo.
- ▶ **Componente conductual:** se refiere a las intenciones que se tienen al momento de actuar, acorde a las opiniones que se tengan de sí y lo que se esté dispuesto a realizar.
- ▶ **Componente cognitivo:** involucra las representaciones, creencias, ideas y descripciones que se hacen de sí mismo, en los diferentes ámbitos de la vida.

### ● Construcción de la autoestima

**Durante la construcción de la autoestima, se juegan los componentes señalados, dependiendo del contexto concreto donde las personas desarrollan sus vidas. La autoestima se aprende y cambia a través del tiempo.**

Las diferentes relaciones sociales pueden colaborar de forma negativa o positiva a la autoestima de una persona, independientemente de la autoestima positiva o negativa que tenga esa persona.

<sup>77</sup> García Costoya. (2005). pp. 70 – 71.

<sup>78</sup> Naranjo P. María L. (2007). Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo. Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación". Vol.7. N° 3. Setiembre-diciembre. San Pedro, Universidad de Costa Rica. Disponible en: <https://bit.ly/38PnaTq>

<sup>79</sup> Panesso G., Katherin y Maria J. Arango H. (2017). La autoestima, proceso humano. Revista electrónica Psiconex. Psicología, psicoanálisis y conexiones. Vol. 9 N° 14. 2017, pp. 1-9. Disponible en: <https://bit.ly/3h5Xoiq>

Una autoestima positiva se forma durante la primera infancia y la adolescencia, mediante relaciones de apego positivo, afecto, respeto y no violencia.

La autoestima positiva permite<sup>80</sup>:

- ▶ Formar vínculos afectivos fuertes para poder afrontar situaciones de angustia, enojo y malestar.
- ▶ Determinar la autonomía personal, ya que si la persona tiene confianza en sí misma podrá tomar sus propias decisiones.
- ▶ Posibilitar relaciones sociales saludables, ya que la persona que se siente segura de sí misma tiende relacionarse mejor.

En este proceso de formación influyen dos aspectos claves: el autoconocimiento que tienen las personas sobre sí mismas y las expectativas sobre lo que desearían ser. Estos procesos, se entremezclan a lo largo de la vida. Desde muy temprano, se va construyendo la imagen y autoconcepto a partir de los mensajes, mandatos, y vivencias que se reciben del entorno familiar y social, incluyendo los procesos de socialización de género.

Por ello, parte de los ejercicios que se sugieren, para apoyar la autoestima de las y los participantes, son de auto-conocimiento, para trabajar con la pregunta para qué son buenas/os.

## ● **Conformación de liderazgos**

**Liderazgo** es “la capacidad de movilizar a otras personas para luchar por aspiraciones compartidas.”<sup>81</sup> Adquirir herramientas para poder influenciar y motivar a otras personas de formas efectivas es muy relevante para la formación de pares, la militancia, y la vida en general.

El liderazgo puede ser ejercido por cualquiera, en cualquier momento y en distintas situaciones. Todas las personas juegan papeles de liderazgo en la vida: en la familia, el trabajo y la comunidad o hasta a nivel nacional, a pesar de que no se piensa a menudo las cosas que se hacen para liderar<sup>82</sup>.

Existen personalidades carismáticas, con capacidad de comunicación y seducción, que tienen una enorme influencia sobre los grupos. Se debe consi-

<sup>80</sup> Navarro Suanes, Marina. (2009). Autoconocimiento y autoestima. Temas para la educación. Revista digital para profesionales de la enseñanza. N° 5 – Noviembre 2009. Andalucía. Federación de Enseñanza de CC. OO. p. 2. Disponible en: <https://bit.ly/3A3IQZv>

<sup>81</sup> González-Rizzo, Vanesa, Rosario Taracena y Mónica Zárate. (2001). Liderazgo y jóvenes. Lecturas; pp. 43; Instituto de Liderazgo Simone de Beauvoir, Equidad de Género. A.C. México, D. F. Disponible en: <https://bit.ly/3l1Hoz8>

<sup>82</sup> Escuela de liderazgo femenino. (2015). Manual metodológico. CLAC; Fairtrade. p. 63. Disponible en: <https://bit.ly/3yO6h6u>

derar que el carisma sin ideología, ética y razón ha engendrado verdaderos monstruos, cuya huella permanece en la memoria histórica de los pueblos.

La manera en que se ha aprendido a ejercer el liderazgo está, también, atravesada por el género, la clase y la racialización, por lo que existen muchos y distintos estilos de liderazgo. A continuación, se presentan tres de los más comunes.

Estilo de liderazgo	¿En qué consiste?	¿Qué genera?
<b>Liderazgo autoritario</b>	Quien lo practica cree que es la única persona con capacidad para dirigir el grupo, que las demás personas no están capacitadas, por lo tanto, necesitan de órdenes precisas. Las decisiones solo pueden ser tomadas por ella.	Relaciones desiguales dentro del grupo, prácticas violentas, resentimientos y frustración. No fomenta el crecimiento del grupo.
<b>Liderazgo participativo</b>	Quien lo practica, considera importante a todas las personas del grupo y que éstas deben expresar sus opiniones. Las decisiones se toman en conjunto.	Toma de decisiones justas y de acuerdo a las necesidades reales del grupo. Fomenta el crecimiento y las buenas relaciones dentro del grupo.
<b>Liderazgo maternalista</b>	Quien lo practica es una persona autoritaria pero benevolente, piensa que las y los demás integrantes necesitan de su ayuda, pues es la persona con la mayor experiencia y capacidad.	Relaciones desiguales, sobrecarga de trabajo desigual, frustración. Falta de claridad.

Este manual busca fomentar el liderazgo participativo. Es un error liderar en solitario, siempre es necesario compartir la información y democratizar las decisiones, sin miedo a la pérdida de poder. También será importante generar alianzas con otras personas.

Un buen liderazgo debe facilitar a todas las personas aportar su punto de vista, incluidas aquellas que son más reservadas o tienen más dificultades para exteriorizar sus pensamientos.

Las cualidades que se deben desarrollar para lograrlo son:

- ▶ Capacidad para atraer, entusiasmar, para mostrar confianza en los objetivos que queremos conseguir.
- ▶ Capacidad para pensar y resolver los problemas de forma creativa e innovadora.
- ▶ Capacidad para escuchar, entender e integrar a cada una de las personas de forma individual, activando lo mejor de su personalidad<sup>84</sup>.

## B ● Consideraciones metodológicas para el Módulo 4

El módulo 4 desarrolla aspectos relacionados al autoconocimiento y a la resolución de conflictos sin violencia, para dar lugar a un modelo colaborativo de trabajo.

Este módulo se basa en el reconocimiento de la importancia de las habilidades sociales, como parte de la militancia personal. No está pensado para desarrollar procesos de formación individual, sino para generar reflexiones sobre las características personales y potencialidades para acompañar los procesos de formación entre pares

Se requiere que la persona que facilita realice una lectura previa a la Aproximación conceptual para acompañar los temas y las actividades.



# C

## ● Propuesta didáctica para el Módulo 4

Tema

# 1

### [ Autoestima y autoconocimiento ]

#### Introducción al tema

Al inicio del encuentro, recordar lo trabajado en los módulos anteriores y explicar que se abordarán las habilidades socioemocionales para que cada persona pueda reconocer qué aspectos requiere fortalecer en su proceso formativo y qué habilidades posee para acompañar a sus pares.

#### Objetivos del encuentro

- ◇ Reconocer las habilidades sociales básicas requeridas para acompañar procesos de formación de pares.
- ◇ Analizar críticamente el sentido común para realizar propuestas superadoras.

#### Ideas fuerza

#### Emoción

**Es una reacción compleja del cerebro ante un estímulo externo** (algo que se ve o escucha) o interno (pensamiento, recuerdo, imagen interna), son transitorias, no permanentes y empujan a la acción .  
Las emociones básicas del ser humano son: tristeza, alegría, enojo, miedo.

#### Sentimiento

**Es la suma de una emoción y un pensamiento. Una emoción se transforma en sentimiento cuando se toma conciencia de ella.** En el sentimiento interviene la reacción fisiológica, además del componente cognitivo y subjetivo.  
Los sentimientos suelen ser: amor, celos, sufrimiento, rencor, compasión, entre otros.

#### Autoestima

Es la consideración que una persona tiene hacia sí misma. Se desarrolla a partir de la interacción humana, mediante la cual las personas se consideran importantes unas para las otras.

MÓDULO

129

## Actividad 1

## El abanico de las emociones<sup>86</sup>

### Recursos necesarios

Hojas blancas  
Bolígrafos  
Lápiz de papel  
Proyector  
Notebook  
Pistas de músicas  
Fichas de músicas

### Descripción de la actividad



1

Trabajo en plenaria: se realizará un ejercicio donde se busca identificar las emociones y los sentimientos y explicar las diferencias entre estos.  
Pedir a las y los participantes que escriban una lista de emociones y sentimientos experimentan en la cotidianidad.

2

Trabajo individual: invitar a las y los participantes a sentarse en el suelo en un círculo, pedirles cerrar los ojos y escuchar con atención la música (de la siguiente lista de canciones).

Lista de canciones:

- **Air Johann - Sebastian Bach:** <https://bit.ly/3uh2SMb>
- **Vive la Vida - Coldplay:** <https://bit.ly/3drMC50>
- **Killing in the name - Rage against The Machine:** <https://bit.ly/3s5ofhN>
- **Thriller - Michael Jackson:** <https://bit.ly/3bp7IDQ>
- **Tico - Tico - Paco de Lucía:** <https://bit.ly/37w3vI3>
- **Despacito - Luis Fonsi - Daddy Yankee:** <https://bit.ly/200-1QqJ>
- **Staying Alive (Extended Remaster) - Bee Gees:** <https://bit.ly/3ptINPi>
- **Highway to hell - AC/DC:** <https://bit.ly/3s7E6fJ>

3

Entregar la siguiente hoja para que la completen mientras van escuchando las canciones de la lista.

<sup>86</sup> Adaptación de: Hernández Ramírez, Melania; Pintos Aguilar, Alfredo. (2012). Manual de Habilidades para la Vida. Para Facilitadores Institucionales de HpV del Instituto de Enseñanza Media Superior (IEMS). México, México D.F: Instituto Para la Atención y Protección de las Adicciones en la Ciudad de México. p. 14. Disponible en: <https://bit.ly/3zPRGZv>

Canción		Emoción que me genera	Sentimiento que me genera
1	Air Johann - Sebastian Bach		
2	Vive la Vida - Coldplay		
3	Killing in the name - Rage against The Machine		
4	Thriller - Michael Jackson		
5	Tico - Tico - Paco de Lucía		
6	Despacito - Luis Fonsi - Daddy Yankee		
7	Staying Alive - Bee Gees		
8	Highway to hell - AC DC		

4

Al terminar de escuchar todas las canciones, preguntar:

- a. ¿Cómo se sintieron?
- b. ¿Qué sentimientos y emociones identificaron?
- c. ¿Qué respuestas identificaron en sus cuerpos ante los estímulos musicales?

5

Cerrar la actividad reflexionando, en círculo, las ideas fuerza.

## Actividad 2

## Me expreso sin temores<sup>87</sup>

### Recursos necesarios

Ficha de frases para completar  
Hojas blancas  
Bolígrafos  
Lápiz de papel

### Descripción de la actividad



1

Este ejercicio busca que cada participante pueda relatar sus vivencias personales a las demás personas, para que puedan conocer a sus pares e identificar o comparar las similitudes y las diferencias.

2

Trabajo individual:  
Cada participante deberá completar, de manera individual, las siguientes frases que evocan sentimientos.

- **Cuando me dan una buena noticia, siento que ...**
- **A veces, sueño que ...**
- **La última vez que tuve miedo, recuerdo que fue por ...**
- **Espero con mucha ilusión que ...**
- **El último regalo que me hicieron, y que me produjo mucha ilusión, fue porque ...**
- **El día más triste de mi vida fue cuando...**
- **El día más feliz de mi vida fue cuando...**

3

Trabajo en parejas o tríos:  
Intercambiar entre participantes las frases, para luego, hacer una puesta en común en plenaria.

4

Trabajo en plenaria:  
Pedir a los grupos que compartan sus respuestas, y cerrar la actividad con las siguientes preguntas:

- a. **¿Qué aspectos comunes encontramos?**
- b. **¿Qué aspectos nos llamaron la atención?**
- c. **¿Qué aspectos nos sorprendió de algún compañero o alguna compañera?**

<sup>87</sup> Adaptación de: Alfaro Echarri, Patxi; Guillermo Iriarte Aranaz; M<sup>a</sup> Nieves Lerga Jiménez y, otros; (1998). Habilidades de Interacción y Autonomía Social. Instrumentos para la atención a la diversidad. Navarra, España: Gobierno de Navarra. Departamento de Educación y Cultura. p. 55. Disponible en: <https://bit.ly/2X23pGb>

## Actividad 3

### Veo veo...

#### Recursos necesarios

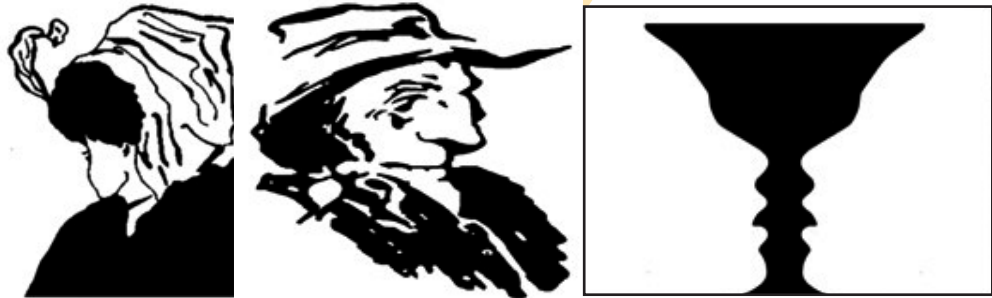
Imágenes  
Ficha de frases para completar  
Hojas blancas  
Bolígrafos  
Lápiz de papel  
Copia de cuento

#### Descripción de la actividad



1

Trabajo grupal:  
Formar grupos y entregar una de las siguientes imágenes a cada uno



2

Cada integrante mira la imagen que le tocó a su grupo y comparte con su equipo qué fue lo primero que vio. La idea es que en los grupos intercambien las respuestas y puedan preguntarse si vieron lo que las y los demás indicaron.

3

A continuación, se invita a reflexionar lo siguiente en cada grupo:

- ¿Ocurren este tipo de casos en la vida real? es decir, que ante una misma escena, ¿dos personas vean y recuerden cosas distintas?
- ¿Por qué sucede esto?
- ¿Es justo que sólo consideremos nuestras percepciones cuando tenemos ante nuestros ojos una situación concreta?
- ¿Qué salidas podemos ofrecer cuando existen visiones u opiniones diferentes?

4

Trabajo en plenaria: presentar en plenaria las reflexiones de los grupos

5

Como cierre de la actividad: leer el cuento “Los seis ciegos y el elefante”

### ● Los seis ciegos y el elefante<sup>89</sup>

En la Antigüedad, vivían seis hombres ciegos que pasaban las horas compitiendo entre ellos para ver quién era el más sabio. Para demostrar su sabiduría, exponían sus saberes y ocurrencias y luego, decidían entre todos quién era el más convincente.

Un día, discutiendo acerca de la forma exacta de un elefante, no conseguían ponerse de acuerdo. Las posturas eran opuestas y como ninguno de ellos había podido tocar nunca un elefante, decidieron salir al día siguiente a la búsqueda de un ejemplar, y de este modo, sacarse la duda.

Puestos en fila, con las manos en los hombros de quien les precedía, emprendieron la marcha enfilando la senda que se adentraba en la selva. No habían andado mucho cuando de pronto, al adentrarse en un claro, se dieron cuenta que estaban al lado de un gran elefante.

Los seis sabios ciegos estaban llenos de alegría y se felicitaban, unos a otros, por su suerte. Finalmente, podrían resolver el dilema y decidir cuál era la verdadera forma del animal.

El primero de todos, el más decidido, se abalanzó sobre el elefante preso de una gran ilusión por tocarlo. Sin embargo, las prisas hicieron que su pie tropezara con una rama en el suelo y chocara de frente con el costado del animal.

El elefante –exclamó– es como una pared de barro secada al sol.

<sup>89</sup> Existen distintas versiones de esta historia, más sencillas o elaboradas, con la participación de entre tres y seis ciegos, de las que se citan orígenes que van desde Persia a la India. El texto aquí reproducido es una adaptación a partir de algunas de estas versiones. Amnistía Internacional Catalunya. (sin fecha). Los seis ciegos y el elefante. Grup d'educació. Disponible en: <https://bit.ly/38KxBrB>

El segundo de los ciegos avanzó con más precaución, con las manos extendidas. En esta posición, tocó dos objetos muy largos y puntiagudos. Eran los colmillos.

¡La forma de este animal es exactamente como la de una lanza...sin duda es así!

Entonces, avanzó el tercer ciego. El elefante, ya algo curioso, se giró hacia él y le envolvió la cintura con su trompa. El ciego agarró la trompa del animal y la siguió de arriba a abajo, notando su forma alargada y estrecha, y cómo se movía.

Escuchad, este elefante es como una larga serpiente.

Era el turno del cuarto sabio, que se acercó por detrás y recibió un suave golpe con la cola del animal, que se movía para asustar a los insectos que le molestaban. El sabio agarró la cola y la siguió de arriba abajo con las manos. No tuvo dudas y exclamó:

Ya lo tengo, es igual a una vieja cuerda.

El quinto de los sabios se encontró con la oreja del animal y dijo:

Ninguno de vosotros ha acertado en su forma. El elefante es más bien como un gran abanico plano.

El sexto sabio era el más viejo de todos, y cuando se encaminó hacia el animal, lo hizo con lentitud, encorvado, apoyándose en un bastón. De tan doblado que estaba por la edad, pasó por debajo de la barriga del elefante y tropezó con una de sus gruesas patas.

¡Escuchad! Lo estoy tocando ahora mismo y os aseguro que el elefante tiene la misma forma que el tronco de una gran palmera.

Todos habían experimentado, por ellos mismos, cuál era la forma verdadera del elefante, y creían que los demás estaban equivocados. Satisfecha así su curiosidad, volvieron a darse las manos y tomaron otra vez la senda que les conducía a su casa.

Otra vez sentados bajo la palmera, que les ofrecía sombra y les refrescaba con sus frutos, retomaron la discusión sobre la verdadera forma del elefante, seguros de que lo que habían experimentado por ellos mismos, era la verdadera forma del elefante.

## Actividad 4

## Cuestionando al sentido común<sup>90</sup>

### Recursos necesarios

Tarjetas con frases  
Hojas blancas  
Bolígrafos  
Lápiz de papel

### Descripción de la actividad



1

En plenaria:  
Leer, en voz alta, cada frase e ir colocándola en un lugar visible para que cada participante decida trabajar o no en torno a ella. La decisión de cada uno/a, tendrá que ver con que la frase le genere alguna emoción o sentimiento. De esta manera, cada participante elegirá una sola frase.

2

Formar grupos, de hasta 4 participantes, con aquellas personas que hayan elegido la misma frase. En caso de que más de 4 personas coincidan, se pedirá que la quinta persona elija una frase diferente. Las frases son:

136

Todos los hombres son iguales.	Para qué me esfuerzo si no tengo quién me apoye.
A esta vida, se viene a sufrir.	Todos los políticos son corruptos.
Haga lo que haga, todo seguirá igual.	Yo no me meto en política porque la política es muy sucia.
Actualmente, los jóvenes están perdidos.	Calladitas se ven más bonitas.
No vale la pena esforzarse.	Los hombres no lloran.
El que no tranza, no avanza.	El que paga, manda.
Los pobres son pobres porque quieren.	

<sup>90</sup> Adaptación de: Alfaro Echarri, et. al. (sin fecha). p. 55.



3

En los grupos formados, discutir sobre las frases seleccionadas en base a las siguientes preguntas:

- a. ¿Es una frase vigente?
- b. ¿Tiene sentido para nosotras/nosotros? Sí – No ¿Por qué?
- c. ¿Cómo esa frase contribuye a la reproducción del sentido común?
- d. ¿Qué podríamos proponer para modificar la frase?

4

Cerrar la actividad, tomando en consideración lo expuesto en plenaria y el marco conceptual presentado al inicio.

Tema

2

## [ Resolución de problemas ]

MÓDULO

### Introducción al tema

Al iniciar el encuentro, recordar lo trabajado en el tema 1 y explicar que se pretende abordar cómo desarrollar algunas habilidades para poner en acción algunas estrategias para la resolución de conflictos.

### Objetivos del encuentro

- ◇ Valorar la participación activa de las y los integrantes del grupo para la resolución de problemas.
- ◇ Desarrollar experiencias que favorezcan el trabajo colaborativo.

### Ideas fuerza

#### Solución de conflictos

Ante un conflicto, una serie de elementos (percepciones, creencias, actitudes valores, emociones) definirán la dirección para su resolución. Lo que haga cada persona involucrada en él, tendrá consecuencias positivas (alivio, satisfacción, reconocimiento, mejora de la relación) o negativas (incremento de la tensión, angustia, deterioro de la relación).

## Actividad 1

## Afrontando los conflictos<sup>91</sup>

### Recursos necesarios

Test  
Fichas de preguntas  
Cuadro de puntuación  
Hojas blancas  
Bolígrafos  
Lápiz de papel

### Descripción de la actividad



1

Trabajo individual:  
Entregar a cada participante un test para descubrir su propio estilo de comportamiento frente al conflicto. Se aclara que el test no tiene carácter científico y que solo es un ejercicio de reflexión.

2

Explica en la ficha: ¿Cuál es tu forma de afrontar un conflicto?  
Al lado de cada frase, deberán ubicar la generalidad de sus comportamientos, puntuando 3 si es muy frecuente, 2 si es poco frecuente y 1 si es raramente frecuente.

3

Sumar los puntos por cada respuesta en el siguiente cuadro.

4

Trabajo en plenaria:  
Una vez que cada quien obtuvo el resultado de su forma de afrontamiento, preguntar si es el estilo que mejor concuerda con su visión de sí misma/mismo.

5

Reflexionar sobre qué aspectos se podrían mejorar, para que los estilos propios de afrontamiento de los conflictos colaboren para generar mejores vínculos y trabajo en equipo.

<sup>91</sup> Adaptación de: García Costoya, (2005). pp. 53-54.

## ¿Cuál es tu forma de afrontar un conflicto?

Comportamiento		Puntos
1	Amenazás o peleás con la otra persona	
2	Tratás de negociar los puntos de vista de la otra persona tanto como los tuyos.	
3	Buscás un punto medio, que cada uno ceda un poco.	
4	Aceptás que estás equivocado, aun cuando no creas que sea así.	
5	Tratás de no encontrarte con la otra persona.	
6	Buscás, constantemente, argumentos para sostener tu opinión.	
7	Tratás de averiguar en qué coinciden y en qué no, para reducir el conflicto.	
8	Tratás de alcanzar una solución de compromiso.	
9	Te rendís.	
10	Cambiás de tema.	
11	Gritás o te quejás hasta que obtenés lo que querés.	
12	Tratás de exponer tus preocupaciones al otro y escuchar las suyas.	
13	Concedés un poco y pedís a la otra persona que haga lo mismo.	
14	Fingís estar de acuerdo.	
15	Tratás de transformar la situación en una broma.	

MÓDULO

139

	A	B	C	D	E
1.		2.	3.	4.	5.
6.		7.	8.	9.	10.
11.		12.	13.	14.	15.
<b>Total</b>					

A= Competencia. B= Colaboración. C= Compromiso. D= Acomodamiento. E= Elusión.

## Actividad 2

# TANGRAM. Cómo resolvemos los problemas

### Recursos necesarios

TANGRAM  
Hojas blancas  
Bolígrafos  
Lápiz de papel  
Pegamento

### Descripción de la actividad



1

Trabajo grupal:  
Formar grupos de 7 personas. Este número es importante, porque cada quien desempeñará un papel específico. Si sobran participantes, se les podrá dar la tarea de observadora u observador de la actividad.

2

Entregar a cada grupo una figura del TANGRAM<sup>92</sup> y desafiarlos a armar la figura<sup>93</sup> en 10 minutos, siguiendo estas indicaciones:

- **Entre todas y todos observarán la figura que está recomendada para armar.**
- **Cada integrante tomará un pedazo del rompecabezas.**
- **Entre todas las personas que integran el grupo intentarán armarlo.**
- **Una vez armado, pegar en una hoja para presentar en plenaria.**
- **En caso de que no logren armarlo, luego de transcurrido un tiempo, entregar la solución a cada grupo.**

3

En los mismos grupos, responder las siguientes preguntas:

- a. **¿Lograron armar el TANGRAM? Sí – No, ¿Por qué?**
- b. **¿Cómo se sintieron armando el TANGRAM?**
- c. **¿Cómo fue el proceso de armado? (se pusieron de acuerdo, alguien tomó la iniciativa, colaboraron en mayor o en menor medida las y los integrantes, había algún miembro que no hizo tanto esfuerzo).**
- d. **¿Qué mejorarían si el TANGRAM fuera un problema de la vida real?**

4

Trabajo en plenaria: Los grupos presentan sus experiencias.

<sup>92</sup> TANGRAM es un rompecabezas chino que se compone de siete piezas geométricas: un paralelogramo o romboide, un cuadrado y cinco triángulos diferentes. Todas juntas suman un cuadrado dividido en siete partes distintas. El objetivo original del juego era conseguir crear siete figuras diferentes, en las que dichos bloques se toquen, pero no se superpongan nunca. Sin embargo, hoy en día existen más de 10.000 diseños. Parece tarea sencilla, pero lo cierto es que este pasatiempo requiere ingenio, imaginación y mucha paciencia.

El origen del tangram es desconocido, pero sus primeras apariciones se sitúan en China a principios del siglo XIX bajo el nombre de Chi Chiao Pan, cuya traducción literal es “tabla de sabiduría”. Hacia 1818 ya había también libros sobre este juego en algunos lugares de Europa y Estados Unidos, indicando que era un entretenimiento popular para esa época. Y es que sus características pedagógicas son muy destacables.

Crónica Global. (2019). Tangram: qué es y cuáles son sus beneficios como juego educativo. Disponible en: <https://bit.ly/3DV6NTJ>

<sup>93</sup> Las figuras del Tangram se encuentran en el apartado de Anexos del manual.

## Tema 3

# [ Conformación de liderazgos ]

## Introducción al tema

En este último tema, se consideran aspectos de todo lo trabajado anteriormente en el módulo, potenciando el liderazgo colaborativo y participativo.

## Objetivos del encuentro

- ◇ Reconocer los tipos de liderazgo fomentando el liderazgo participativo.
- ◇ Vivenciar experiencias fortaleciendo el liderazgo participativo.

MÓDULO

141

## Actividad 1

### Reconociendo liderazgos<sup>94</sup>

#### Recursos necesarios

3 tarjetas con la explicación de los estilos de liderazgo abordados en el apartado conceptual.

Tarjetas  
Marcadores  
Papelógrafos

#### Descripción de la actividad



1

Formar 3 grupos de 5 personas cada uno o más, dependiendo de la cantidad total de participantes.

2

Describir brevemente los diferentes tipos de liderazgos.

<sup>94</sup> Escuela de liderazgo femenino. (2015). p. 68.

3

Cada grupo deberá preparar y presentar un sociodrama que represente una situación cotidiana y en la que se pueda evidenciar un estilo de liderazgo.

4

Cada grupo, elige a un/a representante para pasar a seleccionar al azar una de las tres tarjetas con el nombre de un estilo de liderazgo.

5

Indicar que, para la preparación del sociodrama, cada grupo cuenta con 15 minutos, y que cada presentación tendrá un máximo de 5 minutos de duración.

### Trabajo en plenaria: Presentación de sociodramas.

1

Pedir a los grupos que presenten su dramatización

2

Cuando hayan pasado todos a hacer su sociodrama, preguntar:

- **¿Cuál de estos estilos favorece la función del liderazgo en un grupo?**

3

Una vez escuchada las respuestas, reforzar que el tipo de liderazgo más inclusivo es el participativo.

4

Para terminar la actividad, hacer las siguientes reflexiones:

- **Cuando compartimos una dirección común y tenemos sentido de comunidad, podemos llegar a donde deseamos, más fácil y más rápido. Este es el beneficio del apoyo mutuo.**
- **Obtenemos resultados óptimos, cuando hacemos turnos para realizar los trabajos difíciles.**
- **Una palabra de aliento produce grandes resultados, motiva, ayuda, da fuerzas.**

## Actividad 2

### El nudo<sup>95</sup>

#### Recursos necesarios

Espacio amplio

#### Descripción de la actividad



1

Dividir al grupo en 3 subgrupos.

2

Cada grupo conforma un círculo. Cada participante, con la mano derecha, sujeta la mano derecha de otra compañera/o que no sea la persona que tiene a su lado. Luego, con la mano izquierda, sujeta la mano izquierda de otra participante, siempre teniendo en cuenta que no sea la mano de las personas que tienen al lado.

3

Con el paso anterior, conformar el nudo, e indicar que el reto es deshacerlo. La idea es que cada grupo intente desenredarse, sin soltarse las manos, hasta que todas/os queden de nuevo en un círculo tomadas/os de las manos. Esto generará una discusión de cómo lograr desenredarse, donde pueden existir distintas opiniones o puede que una persona tome las riendas de cómo deshacer el nudo.

4

Trabajo en plenaria: generar el debate sobre el ejercicio realizado.

5

Para cerrar la actividad, preguntar cómo se sintieron con el ejercicio y qué características de liderazgo se pusieron en práctica.

MÓDULO

143

<sup>95</sup> Ídem.

# D

## ● Evaluación del Módulo 4

- **Marca la respuesta que más coincida con tus percepciones y conocimientos:**

1. Sé lo que puedo hacer para prevenir la violencia de género.
  - Totalmente en desacuerdo
  - En desacuerdo
  - Indecisa/o
  - De acuerdo
  - Totalmente de acuerdo
  
2. Me siento capaz de reconocer las causas de la violencia basada en género
  - Totalmente en desacuerdo
  - En desacuerdo
  - Indecisa/o
  - De acuerdo
  - Totalmente de acuerdo
  
3. Me comprometo a promover relaciones saludables y prevenir la violencia basada en género en mi comunidad.
  - Totalmente en desacuerdo
  - En desacuerdo
  - Indecisa/o
  - De acuerdo
  - Totalmente de acuerdo



4. La discriminación contra las mujeres es una de las causas de la violencia de género
  - Totalmente en desacuerdo
  - En desacuerdo
  - Indecisa/o
  - De acuerdo
  - Totalmente de acuerdo
  
5. Los hombres y mujeres deberían tener acceso equitativo a recursos y oportunidades sociales, económicas y políticas.
  - Totalmente en desacuerdo
  - En desacuerdo
  - Indecisa/o
  - De acuerdo
  - Totalmente de acuerdo
  
6. Tengo más información para identificar casos de violencia en mi comunidad
  - Totalmente en desacuerdo
  - En desacuerdo
  - Indecisa/o
  - De acuerdo
  - Totalmente de acuerdo
  
7. ¿Qué grado de conocimiento tenés sobre violencia basada en género?
  - Básico
  - Básico intermedio
  - Intermedio
  - Intermedio avanzado
  - Avanzado

Para cerrar el proceso formativo, entregar a cada participante la ficha que completaron el primer día, pedir que la lean y quien quiera comentar las diferencias y avances que encuentra al terminar dicho proceso, puede compartir algunos aspectos de su evaluación.

## CENTRO DE RECURSOS PARA LA ATENCIÓN DE CASOS DE VIOLENCIA DE GÉNERO

### Líneas telefónicas de instituciones del Estado

▶ **Fono Ayuda 147**

(Servicio de atención telefónica para niños, niñas y adolescentes, especializado en brindar orientación psicológica, social y legal en diversos casos de vulneraciones de derechos)

▶ **Línea SOS 137**

(Sistema Operativo de Seguridad para mujeres víctimas de violencia doméstica e intrafamiliar)

▶ **Policía Nacional 911**

(Servicio de atención de la Policía Nacional)

### Líneas telefónicas de organizaciones de la sociedad civil

▶ **Fono Lila 0983 604-888**

(Es una línea telefónica para atención a niñas, niños y adolescentes que sufren violencia)

▶ **Consultorio Jurídico Feminista 0983 217-273**

(Articulación de profesionales y estudiantes de diversas carreras que brindan orientación jurídica feminista e interdisciplinaria en Paraguay).

## Instituciones

- ▶ MINISTERIO DE LA NIÑEZ Y LA ADOLESCENCIA
- ▶ MINISTERIO DE LA MUJER
  - SEDAMUR (Servicio de Atención a la Mujer: Fono: (021) 452-060
  - Centros Regionales
  - Ciudad Mujer (Villa Elisa)
  
- ▶ PODER JUDICIAL
  - Juzgados de Paz
  - Juzgado de la Niñez y la Adolescencia
  
- ▶ MINISTERIO DE LA DEFENSA PÚBLICA
  - Defensorías de la Niñez y la Adolescencia
  
- ▶ MINISTERIO PÚBLICO
  - Fiscalías Barriales
  - Unidad Especializada contra la violencia intrafamiliar
  
- ▶ POLICÍA NACIONAL
  - Comisarías
  - Divisiones Especializadas
  
- ▶ MINISTERIO DE SALUD PÚBLICA Y BIENESTAR SOCIAL
  - Unidades de Salud de la Familia
  - Centros de Salud
  - Hospitales Regionales

## BIBLIOGRAFÍA

- ▷ Alfaro Echarri, Patxi; Iriarte Aranaz, Guillermo; Lerga Jiménez, M<sup>a</sup> Nieves; Lezaun Herce, Fernando; Sebastián del Cerro, Koldo; Villanueva Bengoechea, M<sup>a</sup> Luisa. (1998). Habilidades de interacción y Autonomía Social. Instrumentos para la atención a la diversidad. Navarra, España: Gobierno de Navarra. Departamento de Educación y Cultura. Disponible en: <https://bit.ly/2X23pGb>
- ▷ Amnistía Internacional Catalunya. (sin fecha). Los seis ciegos y el elefante. Grup d'educació. Disponible en: <https://bit.ly/38KxBrB>
- ▷ Bonino, Luis. (2004). Los micromachismos. *Revista las Cibeles*, 2. Madrid, España. Disponible en: <https://bit.ly/3wlvXXh>
- ▷ Cambia el Cuento. (Noviembre 24, 2020). *No es normal #Cambia el cuento acoso sexual laboral*. [Video]. YouTube. <https://bit.ly/3s7pJb8>
- ▷ Centre Dolors Piera d'Igualtat d'Oportunitats i Promoció de les Dones. (Sin fecha) Talleres por la igualdad. Modelo de amor romántico. Disponible en: <https://bit.ly/3l1rzlG>
- ▷ Concepto.de. (sin fecha). Concepto de Machismo. (último acceso, 12 de Marzo, 2021). Disponible en: <https://concepto.de/machismo/>
- ▷ Consejo de Derechos Humanos. (2021). Naciones Unidas, Asamblea General. La violación como una vulneración grave, sistemática y generalizada de los derechos humanos, un delito y una manifestación de la violencia de género contra las mujeres y las niñas, y su prevención. Informe de la Relatora Especial sobre la violencia contra la mujer, sus causas y consecuencias, Dubravka Šimonović. Disponible en: <https://bit.ly/3BLOy19>
- ▷ Comité para la Eliminación de todas las formas de discriminación contra las mujeres. (CEDAW). (1979). Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer. Disponible en: <https://bit.ly/2Yck0ao>
- ▷ Comité para la Eliminación de todas las formas de discriminación contra las mujeres. (CEDAW). (2017). Recomendación General N° 35 sobre la violencia por razón de género contra la mujer, por la que se actualiza la recomendación general núm. 19. Convención sobre la Eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer. Disponible en: <https://bit.ly/3t7THh0>
- ▷ Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación. (2004). Carpeta Informativa. CONAPRED, Distrito Federal, México. Disponible en: <https://bit.ly/3gWplZW>
- ▷ Corte Interamericana de Derechos Humanos (CIDH). (2020). Caso Guzmán Albarracín y Otras vs. Ecuador. Resumen de la Sentencia del 24 de junio de 2020 (Fondo, Reparaciones y Costas). Disponible en: <https://bit.ly/38MOhii>
- ▷ Crónica Global. (2019). Tangram: qué es y cuáles son sus beneficios como juego educativo. Disponible en: <https://bit.ly/3DV6NTJ>

- ▷ De la Peña Palacios, Eva Ma., Paredos, González Merino, Margarita. (sin fecha). -Adaptación- Ni + ni - = a 2. Igualados. Fórmulas para la igualdad N° 4. Disponible en: <https://bit.ly/3yl55sa>
- ▷ De la Peña Palacios, Eva Ma., Paredos, González Merino, Margarita. (sin fecha). -Adaptación- Ni + ni - = a 2. Igualados. Fórmulas para la Igualdad N° 5. Lenguaje no sexista. Disponible en: <https://bit.ly/3hxPdN3>
- ▷ De la Peña Palacios, Eva, Ma., Hueso, Pablo & AC.sl, Alins, Sonia. (2009). -Adaptación- ¡Sin machismo! SMS pásalo. Y yo... ¿soy machista? ¡Chequea tu machismo! Disponible en: <https://bit.ly/3uZTrk9>
- ▷ El Tribuno Salta. (Noviembre 14, 2018). *Campaña viral sobre el acoso callejero*. [Video]. YouTube. <https://bit.ly/3DSgLp3>
- ▷ El Valle de la Igualdad. (Febrero 14, 2018). *Mitos del amor romántico*. [Video]. YouTube. <https://bit.ly/3zRXQrQ>
- ▷ Espinoza, Marcos y Doris Gallegos, D. (2020). Habilidades blandas en la educación y la empresa: Mapeo sistemático. Revista Científica UISRAEL. Quito, Ecuador: Universidad Israel. p. 39-56. Disponible en: <https://bit.ly/3zPiYPN>
- ▷ Escuela de liderazgo femenino. (2015). Manual metodológico. CLAC; Fairtrade. p. 63. Disponible en: <https://bit.ly/3yO6h6u>
- ▷ Fundación mujeres. (sin fecha). Mujeres en red. La primera discriminación de las mujeres: la teoría sexo-género. Disponible en: <https://bit.ly/3oB1npW>
- ▷ García Costoya, Marta. (2005). Actividades para el aula. 1ª ed. Buenos Aires, Argentina: Ministerio de Ciencia y Tecnología de la Nación. Disponible en: <https://bit.ly/3trPHs0>
- ▷ García del Vello, Ma. Teresa; Flores, Sandra; Gallego, Raquel. (2019). Fundación 25 mujeres. ¿Qué sabemos sobre la violencia de género en la adolescencia y juventud? Actividad para secundaria, bachillerato y formación profesional. Disponible en: <https://bit.ly/3BDATJs>
- ▷ González-Rizzo, Vanesa, Rosario Taracena y Mónica Zárate. (2001). Liderazgo y jóvenes. Lecturas. Instituto de Liderazgo Simone de Beauvoir, Equidad de Género. A.C. México, D. F. Disponible en: <https://bit.ly/3l1Hoz8>
- ▷ Hernández Briceño, Sergio José. (2020). Cultura de la violación, un análisis del continuo en la violencia sexual que viven las mujeres. PACHA Revista de Estudios Contemporáneos del Sur Global. México. Vol.1, N° 3. p. 89-103. Disponible en: <https://bit.ly/3n7ypPz>
- ▷ Hernández Ramírez, Melania; Pintos Aguilar, Alfredo. (2012). Manual de Habilidades para la Vida. Para Facilitadores Institucionales de HpV del Instituto de Enseñanza Media Superior (IEMS). México, México D.F: Instituto Para la

Atención y Protección de las Adicciones en la Ciudad de México. Disponible en: <https://bit.ly/3zPRGZv>

- ▷ Huberman H. y Tufró. (2012). Masculinidades plurales. Reflexionar en clave de géneros. Buenos Aires: PNUD.
- ▷ Human Rights Council. (2019). Women deprived of liberty. United Nations, General Assembly. A/HRC/41/33. Disponible en: <https://bit.ly/3yyTFQs>
- ▷ Instituto Aguascalentense de las Mujeres. (Sin fecha). Manual del Taller: Noviazgo entre adolescentes. 02. Aguascalientes, México: Instituto Aguascalentense de las Mujeres. Disponible en: <https://bit.ly/3zNWOgM>
- ▷ Instituto Nacional de las Mujeres. (2016). Glosario para la igualdad. Consulta en línea. Violencia Económica. Disponible en: <https://bit.ly/2YxXqcA>
- ▷ Inter-Agency Standing Committee -IASC-. (2015). Directrices para la Integración de las intervenciones contra la violencia de género en la acción humanitaria. Comité Permanente entre Organismos. Unfpa.
- ▷ Joy Machlus, Shaina. (Sin fecha). La Palabra más sexy es... Una Guía de Consentimiento Sexual. p. 11. Disponible en: <https://bit.ly/3kS8BUM>
- ▷ Lagarde, Marcela y de los Ríos. (2018). Género y feminismos. Desarrollo humano y democracia. México: Siglo XXI Editores.
- ▷ Lavado Tejón, J. S. (sin fecha). Mafalda. (ilustración). (último acceso, 12 de Marzo, 2021). Disponible en: <https://bit.ly/3yk1pXv>
- ▷ #Latitud 25 - ¿Existe solo una forma de ser hombre? (5: 31 m): <https://bit.ly/3uaogD1>
- ▷ Ley Federal para Prevenir y Eliminar la Discriminación. (2003). Cámara de Diputados del H. Congreso de la Nación de los Estados Unidos Mexicanos. p. 1. Disponible en: <https://bit.ly/3BGIA1P>
- ▷ Ley General de "Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia". (2007) Cámara de Diputados del H. Congreso de la Nación de los Estados Unidos Mexicanos. p. 3. Disponible en: <https://bit.ly/3kY4oPz>
- ▷ Ley N° 1600/2000, del 6 de octubre. "Contra la violencia doméstica". (último acceso, 12 de Marzo, 2021). Disponible en: <https://bit.ly/2ViUXkT>
- ▷ Ley N° 4633/2012, del 6 de julio. "Contra el acoso escolar en instituciones educativas públicas, privadas o privadas subvencionadas". (último acceso, 12 de Marzo, 2021). Disponible en: <https://bit.ly/3BAc7Kd>
- ▷ Ley N° 5777/2016, del 26 de diciembre. "De protección integral a las mujeres contra toda forma de violencia". (último acceso, 12 de Marzo, 2021). Disponible en: <https://bit.ly/3jEwQXt>

- ▷ Márquez Heine, María Cristina. (2012). Guía del Taller Prevención de la Violencia en el Noviazgo. Subsecretaría de Prevención y Participación Ciudadana; Dirección General de Prevención del Delito y Participación Ciudadana. Disponible en: <https://bit.ly/3trETtW>
- ▷ Micaela Ávila. (Junio 3, 2016). Corto "Ni una menos". [Vídeo]. YouTube. <https://bit.ly/2NiJBcl>
- ▷ Ministerio de Relaciones Exteriores. Consulta de Tratados firmados y ratificados por Paraguay. Disponible en: <https://bit.ly/33QXiV5>
- ▷ Moral de la Rubia, José; Ramos Basurto, Sandra. (2016). Machismo, victimización y perpetración en mujeres y hombres mexicanos. *Estudios sobre las Culturas Contemporáneas*, XXII, 43, Universidad de Colima, México. Disponible en: <https://bit.ly/3hy7Noc>
- ▷ Naranjo Pereira, María Luisa. (2007). Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo. *Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación"*. Vol.7. N° 3. Setiembre-diciembre. San Pedro, Universidad de Costa Rica. Disponible en: <https://bit.ly/38PnaTq>
- ▷ Navarro Suanes, Marina. (2009). Autoconocimiento y autoestima. Temas para la educación. Revista digital para profesionales de la enseñanza. N° 5 – Noviembre 2009. Andalucía. Federación de Enseñanza de CC. OO. Disponible en: <https://bit.ly/3A3lQZv>
- ▷ Organización de los Estados Americanos. (1995). Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia Contra la Mujer, "Convención de Belém do Pará". Disponible en: <https://bit.ly/3zF02mw>
- ▷ Observatorio de la Mujer. (2020) Informe actualizado al 13 de diciembre del 2020. Asunción, Ministerio de la Mujer. Disponible en: <https://bit.ly/3DSaXf3>
- ▷ Organización Internacional del Trabajo. (2019). Convenio N° 190 Convenio sobre la eliminación de la violencia y el acoso en el mundo del trabajo. Conferencia Internacional del trabajo. (último acceso, 12 de Marzo, 2021). Disponible en: <https://bit.ly/3n2Ib5L>
- ▷ Organización Mundial de la Salud. (2021). Violencia contra la mujer. Disponible en: <https://bit.ly/3DAHHTJ>
- ▷ Organización de las Naciones Unidas, Mujeres. (2019) Cuando se trata de consentimiento, no hay límites difusos. Disponible en: <https://bit.ly/2WWkQHA>
- ▷ Organización de las Naciones Unidas, Mujeres. (Sin fecha). Preguntas frecuentes: Tipos de violencia contra las mujeres y las niñas. Disponible en: <https://bit.ly/3BRfwop>
- ▷ Organización de las Naciones Unidas, Mujeres. (2016). *Ending Child Marriage: Progress and prospects*. [Acabar con el matrimonio infantil: Avances y perspectivas] Disponible en: <https://bit.ly/3jDq2Jk>

- ▷ Organización de las Naciones Unidas. Derechos Humanos. Oficina del Alto Comisionado. (último acceso, 12 de Marzo, 2021) ¿Qué son los Derechos Humanos?. Disponible en: <https://bit.ly/3uZUJvI>
- ▷ ONUSIDA (1999). Educación inter pares y VIH/SIDA <https://bit.ly/2S0YWka>
- ▷ Padf Paraguay. (Marzo, 2021). Algunas frases que las mujeres escuchamos a lo largo de nuestras vidas y los hombres no. [Video]. YouTube. Realizado en el marco del "Proyecto *Ñañemoarandu ha Ñañeñanduca*"- Aprendemos y nos hacemos sentir. Proyecto de prevención de violencia basada en género en Paraguay y Brasil de la Fundación Panamericana para el Desarrollo (PADF) en alianza con Base Educativa y Comunitaria. Disponible en: <https://bit.ly/38um7c6>
- ▷ Padf Paraguay. (Marzo, 2021). Algunas frases que los hombres escuchamos a lo largo de nuestras vidas y las mujeres no. [Video]. YouTube. Realizado en el marco del "Proyecto *Ñañemoarandu ha Ñañeñanduca*"- Aprendemos y nos hacemos sentir. Proyecto de prevención de violencia basada en género en Paraguay y Brasil de la Fundación Panamericana para el Desarrollo (PADF) en alianza con Base Educativa y Comunitaria. Disponible en: <https://bit.ly/3rDb4Vp>
- ▷ Panesso G., Katherin y Maria J. Arango H. (2017). La autoestima, proceso humano. *Revista electrónica Psiconex. Psicología, psicoanálisis y conexiones*. Vol. 9 N° 14. 2017, pp. 1-9. Disponible en: <https://bit.ly/3h5Xoiq>
- ▷ Pérez Hernández, Yoliliztli. (2016). Consentimiento sexual: un análisis con perspectiva de género. Yoliliztli Pérez Hernández. Universidad Nacional Autónoma de México-Instituto de Investigaciones Sociales. *Revista Mexicana de Sociología* 78, núm. 4. Disponible en: <https://bit.ly/3tl4MLL>
- ▷ Pico de Lora. Con otros ojos. (sin fecha). Mirarnos en clave de géneros. Buenos Aires, Argentina: *Trama – Lazos para el Desarrollo*. Disponible: <https://bit.ly/3u0QRcD>
- ▷ Reyes, Adriana. (2017). 6 diferencias entre emociones y sentimientos. *Psicoemocionat*. Disponible en: <https://bit.ly/3BPbDR>
- ▷ Sanjuán, Cristina. (2019) Violencia viral. Análisis de la violencia contra la infancia y la adolescencia en el entorno digital. España: Save the Children. Disponible en: <https://bit.ly/3tioqrW>
- ▷ Secretaría de Equidad de Género. Departamento de Educación en equidad. Programa Universitario de Estudios de género "Proyecto de Institucionalización y transversalización de la perspectiva de género en la UNAM. Guía de facilitadoras/es. Curso Taller Sensibilización para prevenir la discriminación y violencia de género dirigido al subsistema jurídico de la UNAM. Disponible en: <https://bit.ly/2VglNu8>
- ▷ Sequera Buzarquis, Maricarmen. (2018). Sexting – Autocuidado en Internet #SendNudes. Asunción, Tedic. Disponible en: <https://bit.ly/2XHy5wQ>



- ▷ Sistema Nacional de Protección de Niñas, Niños y Adolescentes. (2019). *Violencia en el noviazgo: no es amor, no es amistad*. Gobierno de México. Disponible en: <https://bit.ly/3thDndN>
- ▷ Symington, Alison. (2004). *Interseccionalidad: una herramienta para la justicia de género y la justicia económica*. Derechos de las mujeres y cambio económico N° 9. Canadá: Asociación para los Derechos de la Mujer y el Desarrollo. (AWID). Disponible en: <https://bit.ly/3fz9uPM>
- ▷ Subsecretaría de Coordinación y atención de la Salud. (2019). *Programa provincial de prevención y atención de la violencia familiar y de género. Guía para el abordaje de las violencias de género*. Buenos Aires, Argentina. Disponible en: <https://bit.ly/3zGJ1bM>
- ▷ Tronco Rosas, Martha Alicia. (2012). *Género y Amor: Principales aliados de la violencia en las relaciones de pareja que establecen estudiantes del IPN*. Programa Institucional de Gestión con Perspectiva de Género. Instituto Politécnico Nacional. México. Disponible en: <https://bit.ly/2WSNbi7>
- ▷ Trufó, (2012). *Modelo para armar: nuevos desafíos de las masculinidades juveniles*. *Trama: Lazos para el desarrollo*, 1ª. Ed. Buenos Aires.
- ▷ Trufó, María Lucila. (2018) *¿Qué hacer?: Herramientas para prevenir la discriminación y la violencia de género desde la escuela*. Buenos Aires, Argentina: *Trama - Lazos para el Desarrollo*. Disponible en: <https://bit.ly/3BCVBcq>
- ▷ UN Women, (2016). *OSAGI Gender Mainstreaming - Concepts and definitions* en: *Profundicemos en términos: Guía para periodistas, comunicadoras y comunicadores*. ONU Mujeres Guatemala. Disponible en: <https://bit.ly/3yjTWaZ>
- ▷ Urpalma. (Marzo 22, 2017). *[SPOT] Acoso sexual en espacios públicos: La culpa no es de la mujer*. [Vídeo]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=pVT5EHeghFk&t=8s>
- ▷ Valenzuela, María de Lourdes y otros. (2009). *Curso taller: Y tú, ¿cómo discriminas?*. Programa para adolescentes. 1ed. México, Conapred. Disponible en: <https://bit.ly/3tYcDxD>
- ▷ Varela, Nuria y Antonia Santolaya. (2019). *Feminismo para principiantes. Adaptación, para lectura fácil*. Plena Inclusión, Ministerio de Cultura y deportes, Madrid. Disponible en: <https://bit.ly/3hC7xEG>
- ▷ Zub Centeno, M. (2016) *Violencia contra las mujeres en Paraguay: Avances y desafíos*. Asunción, Paraguay: ONU Mujeres.

## ANEXOS

### Figuras del Tangram<sup>96</sup>



<sup>96</sup> Centre Dolors Piera d'Igualtat d'Oportunitats i Promoció de les Dones. (Sin fecha). Talleres por la igualdad. Modelo de amor romántico. Disponible en: <https://bit.ly/3l1rzlG>

