

Módulo pedagógico:

Construyendo rutas hacia la igualdad de género con poblaciones adolescentes

Silvia Jiménez Mata • Sileny Mena Gómez



Comité Editorial

Kattia Castro Flores

Guiselle Román López

Manuel Arturo Fallas Vargas

María Luisa Preinfalk Fernández

Miroslava Bonilla Cabañas

Fotografías

En www.pexels.com con licencia CCO

Imagen de la portada

RODNAE Productions

Licencia de este documento

Atribución-NoComercial-CompartirIgual

3.0 Costa Rica (CC BY-NC-SA 3.0 CR)



Revisión filológica

Jessica López Víquez

Diseño gráfico y diagramación

María Amalia Penabad Camacho

Iconos y flaticonos

En www.flaticon.es

Diseñados por:

LAFS



Freepik



Kiranshastry



monkik



305.234

J61m

Jiménez Mata, Silvia, autora

Módulo pedagógico : construyendo rutas hacia la igualdad de género con poblaciones adolescentes / Silvia Jiménez Mata, Sileny Mena Gómez. -- primera edición. -- Heredia, Costa Rica, Universidad Nacional. Instituto de Estudios de la Mujer, 2021.

177 páginas : ilustraciones a color, cuadros y gráficos

Disponible en formato pdf

ISBN 978-9968-576-17-8

1. IDENTIDAD DE GÉNERO 2. ADOLESCENTES. 3. EDUCACIÓN
I. Mena Gómez, Sileny, autora

Tabla de contenido

Presentación.....	5
Introducción.....	7
Unidad 1. Desigualdades de género: abordajes desde los enfoques de género y los derechos humanos.	10
Sesión 1. Comprendo y reconozco las desigualdades de género.....	11
Actividad 1. Rompehielo “Creando acuerdos de grupo”.....	11
Actividad 2. ¿Existen desigualdades en nuestra vida cotidiana?.....	12
Actividad 3. Comprendiendo las formas de discriminación.....	14
Actividad 4. Ser mujer y ser hombre en nuestras sociedades.....	15
Actividad 5. Cierre y refrigerio.....	17
Anexo 1. Guía de trabajo.....	18
Anexo 2. Videos de discusión.....	19
Anexo 3. Canciones populares.....	20
Sesión 2. Promuevo los derechos humanos y la igualdad de género en nuestra vida cotidiana.....	22
Actividad 1: Rompehielo “Necesito de tu ayuda”.....	22
Actividad 2: ¿Tenemos todas las personas los mismos derechos?.....	23
Actividad 3: Reflexionando sobre el ejercicio de los derechos humanos en nuestras comunidades.....	25
Actividad 4. Construyendo propuestas para promover espacios libres de todo tipo de discriminación.....	26
Actividad 5: Cierre y refrigerio.....	27
Anexo 1. Frases populares.....	28
Anexo 2. Casos recreados.....	29
Anexo 3. Guía de trabajo.....	30
Anexo 4. Documental: Tenemos derecho a tener derechos.....	30
Material de profundización teórica para las personas mediadoras, Unidad I.....	31
Unidad 2. Violencia intrafamiliar. Conceptos básicos, tipos y manifestaciones	40
Sesión 3. Comprendo, reconozco y prevengo la violencia.....	41
Actividad 1. Rompehielo “La pelota preguntona”.....	41
Actividad 2: Las formas de la violencia intrafamiliar.....	43
Actividad 3: Identificando la violencia.....	44
Actividad 4: El ciclo de la violencia.....	45
Actividad 5. Cierre y refrigerio.....	46
Anexo 1. Guía de preguntas “Pelota preguntona”.....	47
Anexo 2. Tipos de violencia.....	48
Anexo 3. Casos recreados.....	49
Anexo 4. Ciclo de violencia.....	52
Anexo 5. Mitos de la violencia.....	53



Tabla de contenido

■ Sesión 4. Construyo relaciones respetuosas y responsables.....	54
Actividad 1: Rompehielo “Miro, escucho, adivino”	54
Actividad 2. Nos comunicamos, nos entendemos	56
Actividad 3: Conocer sobre otras formas de violencia y sus consecuencias.....	58
Actividad 4: Yo aporto, yo prevengo	59
Actividad 5: Cierre y refrigerio	60
Anexo 1. Fichas orientadoras.....	61
Anexo 2. Casos recreados.....	62
Material de profundización teórica para las personas mediadoras, Unidad 2.....	64
Unidad 3: Las sexualidades. Construyendo herramientas desde el conocimiento, el respeto y el cuidado mutuo	76
■ Sesión 5. Desarrollo habilidades para la vida	77
Actividad 1. Rompehielo “Un saludo diferente”.....	77
Actividad 2. Todas las personas somos diferentes pero iguales en derechos.....	78
Actividad 3. ¿Para el amor hay edad?	80
Actividad 4. Identificando los riesgos, me protejo.....	82
Actividad 5. Cierre y refrigerio	83
Anexo 1. Casos recreados.....	84
Anexo 2. Material informativo.....	88
■ Sesión 6. Reflexiono sobre la salud sexual y reproductiva de mujeres y hombres adolescentes	89
Actividad 1. Rompehielo “voy/venga”	89
Actividad 2. Reconociendo nuestros cuerpos y promoviendo el autocuidado.....	90
Actividad 3. Conociendo nuestros derechos sexuales y reproductivos para promoverlos y defenderlos	91
Actividad 4. Promoviendo los derechos sexuales y reproductivos desde la adolescencia	92
Actividad 5. Evaluación final del proceso	93
Actividad 6: Cierre y refrigerio	94
Anexo 1. Guía de trabajo 1	95
Anexo 2. Video “Camila y Sebastián”.....	96
Anexo 3. Guía de trabajo 2	97
Anexo 4. Matriz derechos sexuales y reproductivos.....	98
Anexo 5. Instrumento de evaluación general del taller	99
Material de profundización teórica para las personas mediadoras, Unidad 3.....	100
Referencias.....	110



Presentación

Desde su creación en el año 1991, el Instituto de Estudios de la Mujer de la Universidad Nacional (IEM) ha sido una instancia comprometida con el aporte a los procesos educativos formales y no formales, con miras a promover la igualdad de oportunidades entre todas las personas. Dicha línea de trabajo responde a la importancia que tiene la educación como vehículo, para generar cambios culturales en todos los niveles de formación.


La misión del IEM es “contribuir en las transformaciones sociales mediante procesos de investigación, extensión, docencia y producción desde los enfoques de género, interseccionalidad, humanista y transdisciplinario para el desarrollo pleno de las personas en sus diversidades, en armonía con el entorno” (IEM, 2021, párr.2).

Si bien el país ha aprobado desde la década de los años ochenta normativa internacional y nacional que reconoce la importancia de promover una educación libre de estereotipos de género, así como el acceso equitativo a esta por parte de mujeres y hombres, aun en el Siglo XXI persisten brechas que si bien no son marcadas en el acceso, sí lo son en lo referido a la persistencia de sesgos en los enfoques y contenidos de los materiales educativos y en el trato que el personal docente brinda al estudiantado.

En la Universidad Nacional también se han logrado avances normativos en el tema de la transversalidad de género en el currículum, donde sobresale el reconocimiento de la categoría género como un eje transversal al quehacer institucional. Además, dentro de las Políticas para la igualdad y equidad de género (2010) se contempla la incorporación de los enfoques de género y de derechos humanos dentro de todos los planes de estudio que se imparten en la UNA. Otra acción clave ha sido el brindar espacios de formación dirigidos a la comunidad universitaria y que abarcan planes de estudio a nivel de grado y posgrado, cursos de actualización profesional y cursos optativos, así como otras actividades formativas abiertas a la comunidad nacional y extranjera como congresos, conferencias, entre otros.

De igual manera, el IEM ha impulsado diferentes proyectos de investigación y extensión que han estado dirigidos a fortalecer las capacidades de las personas participantes en las herramientas teóricas y metodológicas que brinda el enfoque de género. Un ejemplo de estos esfuerzos es el Proyecto “Construyendo herramientas de aprendizaje y formación en género y derechos humanos con población joven”, que se ejecutó desde julio de 2019 hasta diciembre 2021 e incluyó acciones de coordinación interinstitucional con la gerencia técnica del Patronato Nacional de la Infancia (PANI).





El presente módulo pedagógico es un producto de dicho proyecto y es un insumo elaborado en forma participativa con personas menores de edad que integran los Consejos Participativos de Niñas, Niños y Adolescentes del PANI. Constituye una herramienta clave para ejecutar a futuro procesos formativos con otros grupos de adolescentes. Se espera que sea un recurso didáctico que apoye otros procesos formales e informales de instituciones y organizaciones que trabajen por la promoción de relaciones de igualdad y equidad de género para todas las personas sin distinciones de sexo, identidad, clase social, etnia, raza, condición de discapacidad, entre otras.

Desde el IEM se agradece los aportes de instancias de la UNA y externas que participaron en diferentes etapas de la ejecución de este proyecto y que hicieron posible este recurso didáctico: a Silvia Jiménez Mata y Sileny Mena Gómez, investigadoras a cargo del proyecto y de la elaboración del Módulo; a Ana Ruth Salas Murillo, por sus valiosos aportes como estudiante asistente del proyecto; al Instituto de Estudios Interdisciplinarios de la Niñez y la Adolescencia (INEINA-UNA) por la asesoría brindada en las etapas iniciales del proyecto; a la gerencia técnica del PANI, quienes fueron el enlace con los Consejos Participativos, en especial al representante con quien se coordinó el proceso, el señor José Bogantes Camacho y a las promotoras sociales de los Subsistemas Locales de Protección de los cantones de Alajuelita y Sarapiquí, las señoras Katia Gómez Vargas y Angélica Mora Montoya, respectivamente. Un agradecimiento especial a las personas evaluadoras que retroalimentaron la propuesta metodológica y pedagógica del Módulo: Guiselle Román López, Manuel Arturo Fallas Vargas, María Luisa Preinfalk Fernández, Miroslava Bonilla Cabañas y Kattia Castro Flores. Por último, se agradece a las personas adolescentes de los Consejos Participativos de los cantones de Alajuelita y Sarapiquí, por su activo aporte en las diferentes etapas del Proyecto, que hizo posible la construcción conjunta de esta propuesta de formación.

Doris Fernández Carvajal
Directora, Instituto de Estudios de la Mujer de la UNA



Introducción

Desde la década de los años ochenta, Costa Rica ha ratificado instrumentos internacionales que apuntan a la importancia de que desde el sistema educativo se impulsen acciones dirigidas a erradicar estereotipos de género en todos los niveles de formación, con el fin de garantizar la igualdad de acceso y condiciones en este campo, tal como se estipula en el Artículo 10 de la Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer, Ley N.º 6968 del 2 de octubre de 1984.


En el ámbito nacional, también se cuenta con normativa que establece el compromiso con la igualdad de género, tal es el caso de la Política Nacional para la Igualdad Efectiva entre Mujeres y Hombres 2018-2030. Esta contiene como primer eje la “Cultura de los derechos para la igualdad”, que apunta a que los cambios se deben continuar impulsando culturalmente desde las instituciones públicas y privadas. Entre los resultados esperados al 2030 se encuentran:

2. Aumenta la población de todas las regiones, cubierta con acciones formativas públicas y privadas; formales y no formales, orientadas hacia el reconocimiento de la igualdad efectiva entre mujeres y hombres.
3. Más instituciones públicas, municipalidades, empresas privadas y organizaciones sociales ponen en práctica iniciativas, acciones afirmativas u otras estrategias, orientadas hacia la eliminación de patrones socio culturales discriminatorios y violentos y la visibilidad de las discriminaciones múltiples, disipando estereotipos y actitudes sexistas (INAMU, 2018, pp. 69-70).

La UNA, como institución de educación superior, también se ha comprometido con el impulso de cambios sociales gracias a su accionar en las comunidades. El Plan de Mediano Plazo Institucional (2017-2021) contiene en el segundo eje la Universidad dialógica e interconectada y como línea de acción el “2.1 Fortalecimiento de la acción sustantiva de la UNA en concordancia con los intereses y las necesidades de las poblaciones en las diferentes regiones donde se ubica la Universidad” (UNA, 2016, p.54) y como meta estratégica “2.1.2 Implementar un modelo de vinculación universidad-sociedad que considere las relaciones colaborativas con universidades, organizaciones, instituciones y actores nacionales e internacionales, que refuercen el quehacer institucional y genere nuevas oportunidades de desarrollo” (UNA, 2016, p.54)

Dentro de la UNA, el Instituto de Estudios de la Mujer es una instancia que desde hace 30 años viene desarrollando acciones y proyectos dirigidos a los sectores sociales con alta vulnerabilidad social. En estos se ha priorizado el componente educativo y de formación, con el fin de impulsar transformaciones culturales que promuevan sociedades más justas y equitativas. Entre los ejes de trabajo se encuentran el desarrollo de acciones formativas dentro y fuera de





la universidad en temáticas referidas a enfoque de género y de derechos humanos, violencias contra las mujeres y otros grupos sociales, hostigamiento sexual en el empleo y la docencia universitaria, formas de discriminación y de exclusión desde un enfoque interseccional (género, etnia, raza, orientación sexual, condición socioeconómica, discapacidad, entre otras).

En atención al compromiso del IEM de proyectar su quehacer en las comunidades, se inicia en el año 2019 el Proyecto “Construyendo herramientas de aprendizaje y formación en género y derechos humanos con población joven”. El objetivo general propuesto fue “desarrollar procesos participativos de formación en género y derechos humanos con jóvenes de zonas urbanas y rurales, que promuevan relaciones sociales hacia la igualdad y la equidad” (IEM, 2018, p.6).

Dicho proyecto se enmarca en la importancia del aporte de herramientas teóricas desde los enfoques de género y derechos humanos hacia las personas adolescentes, quienes enfrentan problemáticas en común y otras particulares de acuerdo con el contexto social y económico en el que se desenvuelven, el sexo, entre otras variables. Según la Tercera Encuesta Nacional de Juventudes (2018), el 14.7% de la población entre 15 y 17 años indicó que no se encontraba estudiantado. En el caso de las mujeres, los motivos que más pesaban eran el cuidado de otras personas, el embarazo y dificultades para el estudio, mientras que los hombres señalaron en mayor medida el tener un trabajo, la falta de interés o dificultades para pagarse los estudios.


Otro dato que se desprende de dicha encuesta es que 67% de adolescentes entre 15 y 17 años ha enfrentado al menos un evento de acoso o intimidación dentro de los centros educativos. En lo referido a prácticas sexuales, 28% indicó que ha tenido relaciones sexuales con penetración, con una edad promedio para la primera relación sexual de los 14.9 años. Además, 47% la tuvo con una persona mayor a 18 años.

La población participante en el Proyecto estuvo constituida por personas menores de edad que formaban parte de los Consejos Participativos de Niñas, Niños y Adolescentes del PANI, de los cantones de Alajuelita y Sarapiquí. La selección de dichas comunidades se hizo en coordinación con la Gerencia Técnica del PANI, con un criterio de selección de la zona geográfica (urbana y rural).

El Proyecto contempló el desarrollo de procesos participativos que pretendían construir la propuesta de formación, con lo que se reconoce a las personas adolescentes su papel de agentes sociales activos. Para tal fin se llevaron a cabo varias sesiones o encuentros con las poblaciones para identificar sus necesidades e intereses de formación de acuerdo con las problemáticas que vivían en sus comunidades. Posteriormente se validó la propuesta de contenidos y metodologías. Finalmente, se llevaron a cabo los talleres donde se desarrollaron las actividades de formación y se evaluó el proceso.

Además, se validó la propuesta de temas, contenidos y metodologías con personas especialistas externas al Proyecto, quienes la revisaron e hicieron sugerencias de mejora que fueron incorporadas previo a su desarrollo con los grupos de adolescentes.





Otro aspecto clave en el proceso metodológico fue que, por motivo de la emergencia sanitaria por el COVID-19, las actividades fueron adaptadas para desarrollarse en sesiones sincrónicas y por medio de plataformas virtuales. El presente módulo pedagógico contiene la propuesta teórica y metodológica que fue desarrollada y validada con los grupos de adolescentes y con especialistas, cuyas actividades y recursos pueden adaptarse y llevarse a cabo en modalidades presencial, virtual o mixta.

La propuesta se organiza en tres unidades temáticas. La primera contiene los aportes de los enfoques de género y derechos humanos para el abordaje y comprensión de las desigualdades de género, formas de discriminación y procesos de construcción de identidades. La segunda unidad desarrolla el tema de las manifestaciones de la violencia intrafamiliar y otras formas de violencia que afectan a nivel social como el ciberacoso, la trata de personas, entre otras. La tercera y última unidad comprende el tema de los derechos sexuales y reproductivos de adolescentes, así como el ejercicio de la sexualidad desde el respeto y cuidado mutuo.

La estrategia metodológica empleada en cada una de las unidades presenta actividades que parten de los conocimientos y las experiencias de las personas participantes. Luego, se promueve la reflexión sobre conceptualizaciones y aportes desde los enfoques de género y derechos humanos. Finalmente, se plantea la aplicación de los conocimientos a la realidad de sus comunidades, con el fin de que elaboren propuestas de cambio puntuales desde los entornos en los que participan.

Se espera que este módulo pedagógico constituya un insumo y material de consulta para que se continúe impulsando procesos de formación en las temáticas abordadas, con miras a la promoción y defensa de los derechos humanos de las personas adolescentes.



Unidad 1.

Desigualdades de género: abordajes desde los enfoques de género y los derechos humanos

Objetivo de la unidad:

Reflexionar sobre las formas en las que se expresan las desigualdades de género en espacios claves como las familias, las comunidades y en el sistema educativo, para la promoción de acciones dirigidas a la igualdad de género.



Objetivo de la sesión:
Identificar las formas cómo se expresan las desigualdades de género en nuestras sociedades, para la identificación de las consecuencias que conllevan para las personas en su vida cotidiana.



Actividad 1.

Rompehielo "Creando acuerdos de grupo"

Objetivo de la actividad:

Crear un espacio seguro que favorezca la participación y la reflexión a partir del intercambio sobre las expectativas personales en relación con el curso.



Tiempo proyectado:

- 20 minutos



Materiales:

- Ninguno

Descripción de la actividad:

Se conforma un círculo con todas las personas asistentes. La persona facilitadora motiva el inicio del proceso de formación, para lo cual le indica al grupo que van a imaginar que en el centro hay una gran olla donde vamos a depositar nuestras expectativas y deseos sobre el curso. Seguidamente les solicita que compartan libremente en voz alta dos o tres palabras sobre lo que esperan del curso y de su participación en el grupo. Una vez que todas las personas hablan, quien facilita les indica que todas esas intenciones aportadas serán un acuerdo que respetaremos durante el curso; por lo que en todo momento debemos respetar y promover espacios y deseos donde se cumplan.

Sesión 1.

Comprendo y reconozco las desigualdades de género



Actividad 2.

¿Existen desigualdades en nuestra vida cotidiana?

Objetivo de la actividad:

Generar un espacio de reflexión sobre las formas cómo se expresan las desigualdades de género en nuestra vida cotidiana, a partir de las vivencias de las personas participantes.



Tiempo proyectado:

- 40 minutos



Materiales:

- Guía de trabajo (Anexo 1)
- Hojas blancas
- Lapiceros
- Papelógrafos
- Marcadores
- Cinta adhesiva

Descripción de la actividad:

Se divide el grupo en cuatro subgrupos. A cada uno se le entrega una guía de trabajo. La persona mediadora lee la guía y explica el objetivo y la dinámica de la actividad, que consistirá en que reflexionen sobre situaciones de desigualdad a las que se enfrentan como adolescentes en espacios como sus familias, comunidades y escuela o colegio. Posteriormente, cada subgrupo elegirá una de las situaciones de desigualdad que identificaron y escribirán en un papelógrafo frases cortas donde señalen:

- a) ¿Cuál es esa forma de desigualdad que viven las personas adolescentes?
- b) ¿Por qué consideran que se da?
- c) Qué consecuencias trae para las personas menores de edad?



En forma adicional se les solicita que reflexionen sobre lo siguiente:

d) Dialoguen sobre las actividades que ustedes realizan un día de fin de semana durante la mañana y el tiempo que le dedican a cada actividad, luego comenten: ¿existen diferencias en las tareas o actividades que realizan mujeres y hombres adolescentes?, ¿por qué consideran que se dan o no esas diferencias?

Luego se pasa a un espacio de plenaria donde cada subgrupo presentará su trabajo. Por último, la facilitadora retoma las principales expresiones de desigualdad planteadas por los grupos y motiva un análisis colectivo. Se les consulta por qué consideran que se dan dichas situaciones y los efectos que tienen en las personas que las viven y las presencian. Asimismo, apoya la reflexión aportando algunos aspectos desde la teoría que explican dichas desigualdades, tales como instituciones patriarcales, las relaciones de poder, la división sexual del trabajo y las diversas formas de discriminación.



Anotaciones



Sesión 1.

Comprendo y reconozco las desigualdades de género



Actividad 3.

Comprendiendo las formas de discriminación

Objetivo de la actividad:

Reflexionar sobre las principales formas de discriminación que existen en nuestras sociedades, por medio del análisis de situaciones de la vida cotidiana.



Tiempo proyectado:

- 40 minutos



Materiales:

- Videos cortos sobre manifestaciones de discriminación (Anexo 2)
- Equipo multimedia
- Papelógrafos
- Marcadores
- Cinta adhesiva

Descripción de la actividad:

Se divide el grupo en subgrupos y se les presenta las propuestas de video corto referido a manifestaciones de discriminación, para que cada uno elija uno. La persona facilitadora les invita a ver el video seleccionado y luego comentar qué les parece, si consideran que se presenta en sus comunidades, y qué consecuencias trae para las personas que las viven. Luego, deben sintetizar en un papelógrafo los principales aspectos que comentaron sobre el video, para luego compartírselos con el resto del grupo. Se abre un espacio de plenaria donde cada subgrupo comenta sus aportes. La persona que facilita la actividad amplía los aspectos conceptuales sobre las formas de discriminación y las consecuencias que en cuanto a la limitación de los derechos humanos.





Actividad 4.

Ser mujer y ser hombre en nuestras sociedades

Objetivo de la actividad:

Reflexionar sobre los procesos de construcción de nuestras identidades como mujeres y hombres y sus implicaciones en las relaciones de poder entre los géneros, a partir del análisis de situaciones que se dan en las familias, en las instituciones educativas y los medios de comunicación.



Tiempo proyectado:

- 50 minutos



Materiales:

- Letra de las canciones. (Anexo 3)
- Audio de las canciones
- Reproductor de audio y parlantes
- Papelógrafos
- Cinta adhesiva
- Marcadores
- Revistas o periódicos para recortar
- Goma
- Tijeras

Descripción de la actividad:

Nuevamente se regresa a los subgrupos previamente conformados y a cada uno se le entrega la letra de una canción. La persona facilitadora explica que el objetivo de la actividad es analizar los mensajes presentes en la cultura acerca de cómo se describe la forma de ser y los roles que deben cumplir las personas según su sexo y género, para lo cual se les invita a analizar el contenido de la canción. Posteriormente, cada subgrupo sintetiza en un papelógrafo las principales ideas planteadas, para lo cual pueden utilizar diferentes recursos como imágenes, frases de la canción, entre otros. Luego se abre un espacio de plenaria, donde primero se escucha la canción por analizar y posteriormente, los subgrupos seleccionados presentan sus

Sesión 1.

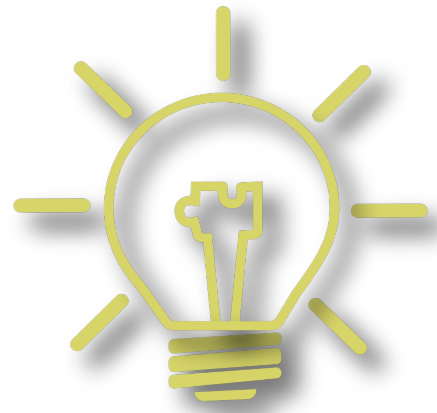
Comprendo y reconozco las desigualdades de género

resultados. Una vez que se escuchan y comentan ambas canciones, quien facilita retoma los principales aportes planteados por los grupos y profundiza con aspectos teóricos referidos a los procesos de construcción de las identidades, los estereotipos de género y los efectos que tienen en la vida cotidiana de las personas según su sexo y género.



Otros materiales de apoyo:

Para trabajar la construcción social de las identidades, puede discutirse también el video: Barrientos, Violeta y Hernández, Toli (2011). **Diverdiferencias. Por una escuela para todos** [video]. Youtube. <https://youtu.be/et8OH7tWps>





Actividad 5. Cierre y refrigerio

Objetivo de la actividad:

Retomar los principales aspectos de la sesión por medio del intercambio grupal de emociones de las personas participantes.



Tiempo proyectado:

- 30 minutos



Materiales:

- Tarjetas de colores
- Lapiceros
- Papelógrafos
- Cinta adhesiva
- Refrigerio

Descripción de la actividad:

Se invita a cada persona a elegir una tarjeta de color y se les solicita que anoten en dicha tarjeta algún sentimiento o emoción que tienen al finalizar la sesión, el cual puede ser generado a partir de las actividades realizadas. Cada persona pasa y pega su tarjeta en un papelógrafo disponible. Una vez que todas las personas presentes han colocado su tarjeta, quien facilita las lee en voz alta y brinda el espacio para que quienes lo deseen amplíen las ideas que plantearon. Se agradece la participación de todas las personas y se les invita a compartir un refrigerio.



Anexo 1. Guía de trabajo

En subgrupos realizamos la siguiente actividad:

↗ Comentamos:

↗ ¿Qué situaciones de desigualdad vivenciamos como adolescentes dentro de nuestras familias, comunidades, en la escuela o colegio?

↗ ¿Por qué creemos que se dan dichas situaciones?

↗ ¿Qué consecuencias tienen para las personas adolescentes?

↗ Si tomamos en cuenta las actividades que hacemos un día de fin de semana durante la mañana, ¿existen diferencias en las tareas o actividades que realizan mujeres y hombres adolescentes?, ¿por qué consideran que se dan o no esas diferencias?

↗ Luego escogemos una de las situaciones de desigualdad que comentamos y escribimos en un papelógrafo cuatro frases cortas que señalen:

a) ¿Cuál es esa forma de desigualdad que viven las personas adolescentes?

Ejemplo: *“En nuestra comunidad las y los adolescentes no tienen espacios adecuados para realizar actividades de recreación”.*

b) ¿Por qué consideran que se da dicha desigualdad? **Ejemplo:** *“El parque de la comunidad es el único espacio disponible, pero es un lugar muy inseguro y está descuidado”.*

c) ¿Qué consecuencias trae esa situación para las personas adolescentes?

Ejemplo: *“Cuando van al parque se exponen a asaltos, mientras que otras personas prefieren quedarse en su casa”.*

d) ¿Existen o no diferencias en las actividades que realizan mujeres y hombres adolescentes en su tiempo libre? **Ejemplo:** *“Las mujeres adolescentes dedican más horas que los hombres de su misma edad apoyando tareas domésticas”.*

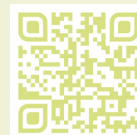




Anexo 2. Videos de discusión

Videos cortos sobre manifestaciones de discriminación:

➔ Universidad Nacional (2019). **Discapacidad: Campaña contra la discriminación UNA** [video]. Youtube. https://youtu.be/F0aYl0wV_Fw



➔ Universidad Nacional (2019). **Por ser mujer: Campaña contra la discriminación UNA** [video]. Youtube. <https://youtu.be/Xvd7ByeKYYM>



➔ Universidad Nacional (2019). **Orientación del deseo sexual: Campaña contra la discriminación UNA** [video]. Youtube. <https://youtu.be/urTEZvmn4h4>





Anexo 3.

Canciones populares

Propuesta Indecente - Romeo Santos (2013)

Hola, me llaman Romeo
Es un placer conocerla
Qué bien te ves
Te adelanto, no me importa quién sea él
Dígame usted
Si ha hecho algo travieso alguna vez

Una aventura es más divertida
Si huele a peligro
Y si te invito a una copa
Y me acerco a tu boca
Si te robo un besito
A ver te enojas conmigo

Qué dirías si esta noche
¿Te seduzco en mi coche?
Que se empañen los vidrios
Si la regla es que goces

Si te faltó el respeto
Y luego culpo al alcohol
Si levanto tu falda
¿Me darías el derecho
A medir tu sensatez?

Poner en juego tu cuerpo
Si te parece prudente
Esta propuesta indecente
A ver, a ver
Permíteme apreciar tu desnudez (take it off)
Relájate
Que este martini calmará tu timidez (don't be shy)
Una aventura es más divertida
Si huele a peligro

Y si te invito a una copa
Y me acerco a tu boca
Si te robo un besito
A ver te enojas conmigo
Qué dirías si esta noche
¿Te seduzco en mi coche?
Que se empañen los vidrios
Y la regla es que goces

Si te faltó el respeto
Y luego culpo al alcohol
Si levanto tu falda
¿Me darías el derecho
A medir tu sensatez?
Poner en juego tu cuerpo
Si te parece prudente
Esta propuesta indecente

I'm back
It feels good to be king
Gostoso
Hey
Listen
I know what you like

How about if you and I
Me and you
Bailamos bachata
Y luego
You and I
Me and you
Terminamo' en la cama (qué rico)

How about if you and I
Me and you
Bailamos bachata (ay, bailamos bachata)
Y luego
You and I
Me and you
Terminamo' en la cama (terminamos en la cama)

How about it you and I (you and I)
Me and you (me and you)
You and I (you and I)
Me and you (you)
You and I (you and I)
Me and you
(I'm a bad boy)
Me and you (you)

Ay, chichi
Llora guitarra
Llora

Fuente de la letra original: <https://www.letras.com/romeo-santos/propuesta-indecete>



Golpe Avisa - Paulina Goto (2020)

Mira yo me encargo
Que es muy complicado
Mejor hazte a un lado
Yo no sé a quién le hablas

¿Y tu novio 'on 'ta?
Ven hazte pa' acá
Ya déjame en paz
Yo no me quedo
Calladita y sentadita, porque así estás más bonita
¿Que son esas palabritas?, que no son de señorita

Oye lo que digo
Voy derecho, no me quito
Si me pegan, me desquito
Y no lo siento ni un poquito

Aquí estoy
Cuidado que ahí voy
Golpe avisa, golpe avisa, baby
Y ya, no pienso frenar
Así que
Golpe avisa, golpe avisa, baby
Oh, oh, oh, oh, oh, oh
Oh, oh, oh, oh, oh, huh
(Golpe avisa)
Oh, oh, oh, oh, oh, huh
Golpe avisa, golpe avisa, baby

No salgas así, ¿qué van a decir?
Esa falda es pedir
Uso lo que me da la gana

¿Y pa' qué trabajas?
Tu lugar es en casa
¡Ay, no vienen al caso!
Así que vete a la...
Calladita y sentadita, porque así estás más bonita
¿Qué son esas palabritas?, que no son de señorita

Oye lo que digo
Voy derecho, no me quito
Si me pegan, me desquito
Y no lo siento ni un poquito

Aquí estoy
Cuidado que ahí voy
Golpe avisa, golpe avisa, baby
Y ya, no pienso frenar
Así que
Golpe avisa, golpe avisa, baby
Oh, oh, oh, oh, oh, oh
Oh, oh, oh, oh, oh, huh
(Golpe avisa)
Oh, oh, oh, oh, oh, huh
Golpe avisa, golpe avisa, baby

Atrévete y dímelo ya
Repítemelo, una vez más
Dímelo ya
Vamos, arranca que quiero escuchar
¿Ahora no quieres hablar?, ¿ahora no puedes hablar?
¡Mírame ya! Entiende que tú y yo somos igual

Aquí estoy
Cuidado que ahí voy
Golpe avisa, golpe avisa, baby
Y ya, no pienso frenar
Así que
Golpe avisa, golpe avisa, baby
Oh, oh, oh, oh, oh, huh
Oh, oh, oh, oh, oh, huh
(Golpe avisa)
Oh, oh, oh, oh, huh
Golpe avisa, golpe avisa, baby

Fuente de letra: <https://www.letras.com/paulina-goto/golpe-avisa/>

Sesión 2.

Promuevo los derechos humanos y la igualdad de género en nuestra vida cotidiana

Objetivo de la sesión:

Reflexionar sobre el enfoque de derechos humanos para la construcción colectiva de estrategias que favorezcan el avance hacia relaciones de igualdad de género en nuestra vida cotidiana



Actividad 1.

Rompehielo "Necesito de tu ayuda"

Objetivo de la actividad:

Promover la atención y el trabajo colaborativo por medio del intercambio con las diferentes personas que nos rodean.



Tiempo proyectado:

- 30 minutos



Materiales:

- Tarjetas con frases populares incompletas (Anexo 1)

Descripción de la actividad:

En un espacio abierto, se invita a todas las personas presentes que se pongan en pie y seguidamente se les entrega una tarjeta que contiene una frase popular incompleta. Se les indica que no la comenten en voz alta. Cuando todas las personas tienen una tarjeta, quien facilita explica que el objetivo de la actividad será que cada quien interactúe con las demás personas del grupo, hasta encontrar a quien tenga el texto que completa la frase. Una vez que se agrupan en parejas, se les solicita que comenten cuáles estereotipos de género están presentes en la frase y cómo se relaciona con los contenidos vistos en la sesión anterior. Luego, se comparte con el resto del grupo la frase popular y sus comentarios sobre esta. Además, expresan cómo se sintieron durante el desarrollo de la actividad, si enfrentaron o no dificultades. Una vez que todas las personas lo comentan, quien facilita hace un cierre retomando la importancia que tiene establecer relaciones respetuosas, la comunicación y escucha en el trabajo colaborativo, retoma y profundiza algunos aspectos contenidos en las frases.





Actividad 2.

¿Tenemos todas las personas los mismos derechos?

Objetivo de la actividad:

Reflexionar sobre los derechos humanos y su aplicación en nuestras sociedades a partir del análisis de casos de la vida cotidiana.



Tiempo proyectado:

- 30 minutos



Materiales:

- Papeles con los perfiles de diferentes casos hipotéticos (Anexo 2)
- Guía de trabajo: Preguntas sobre acceso a derechos humanos (Anexo 3)

Descripción de la actividad:

Para el desarrollo de esta actividad, se solicita de forma voluntaria la participación de cuatro personas del grupo. Seguidamente, se entrega a cada una un perfil personal construido a partir de diferentes condiciones sociales como lo son el sexo, nacionalidad, etnia, raza, nivel educativo, condición de discapacidad, edad, maternidad/paternidad, orientación del deseo sexual, condición migratoria, condición socioeconómica, entre otras.

Se le invita a cada persona participante a leer en silencio su perfil y que no lo comenten con el resto del grupo. Seguidamente, quien facilita lee una a una y en voz alta una serie de preguntas referidas al ejercicio de derechos humanos a la salud, a la educación, a una vida libre de violencia, al libre tránsito, a la organización y participación en grupos, entre otros. La instrucción dada a las personas al inicio de la actividad es que se ubiquen todas en el mismo punto de partida y

Sesión 2.

Promuevo los derechos humanos y la igualdad de género en nuestra vida cotidiana

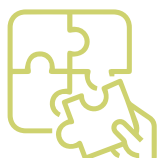
que, en función del perfil, den un paso adelante con cada respuesta afirmativa ante la pregunta planteada y en caso de una respuesta negativa que se queden en el mismo lugar.

Al finalizar la actividad, cada persona comparte con el resto del grupo cuál fue el perfil que le correspondió y cómo se sintió y por qué motivos decidió o no avanzar. Luego, la persona facilitadora le consulta al resto del grupo sus opiniones sobre la actividad realizada y retoma el enfoque de derechos humanos, su origen y aquellos elementos fundamentales que conlleva su aplicación, enfatizando en la persona como sujeto pleno de derechos, así como las desigualdades existentes según sexo, género, orientación sexual, discapacidad, etnia, entre otros.



Anotaciones





Actividad 3.

Reflexionando sobre el ejercicio de los derechos humanos en nuestras comunidades

Objetivo de la actividad:

Analizar algunos aspectos claves del enfoque de derechos humanos, a partir de la reflexión sobre su aplicación en las comunidades de las personas menores de edad.



Tiempo proyectado:

- 60 minutos



Materiales:

- Documental: “Tenemos derecho a tener derechos” (INAMU, 2006, 23 minutos) (Anexo 4)
- Reproductor de video
- Papelógrafos
- Marcadores
- Cinta adhesiva

Descripción de la actividad:

Se proyecta el documental “Tenemos derecho a tener derechos”. Luego se invita a las personas participantes a que se integren en los subgrupos de trabajo y que comenten el video observado, los aspectos que les gustó y los que no, y que luego hagan una lluvia de ideas sobre la situación de sus comunidades en relación con el cumplimiento de los derechos humanos y las desigualdades que existen en el acceso y disfrute de dichos derechos vinculados con el sexo, género, edad, nacionalidad, entre otros. Dichas ideas las deben resumir en un papelógrafo y luego compartirlas con el resto del grupo. Quien facilita hace un cierre profundizando en la situación de la comunidad y las desigualdades identificadas en el acceso a derechos humanos desde un enfoque interseccional.



Sesión 2.

Promuevo los derechos humanos y la igualdad de género en nuestra vida cotidiana



Actividad 4.

Construyendo propuestas para promover espacios libres de todo tipo de discriminación

Objetivo de la actividad:

Construir propuestas de acciones para la promoción de la igualdad de género en nuestras familias, comunidades, escuelas y colegios, a partir del trabajo colectivo.



Tiempo proyectado:

- 30 minutos



Materiales:

- Papelógrafos
- Marcadores
- Hojas blancas
- Lapiceros

Descripción de la actividad:

Se conforman los subgrupos de trabajo. La persona facilitadora explica que el propósito de esta actividad de cierre de la Unidad I será que construyan una propuesta titulada “Mi compromiso personal”, que consistirá en diez acciones a las que se comprometan para impulsar en sus familias, comunidades, centros educativos y otros espacios que consideren importantes. Se trata de promover relaciones de respeto de los derechos humanos y la no discriminación. Luego, cada subgrupo sintetiza su “Compromiso” en un papelógrafo y lo comparte con el resto del grupo. Quien facilita la actividad hace una reflexión de cierre retomando los principales aportes y realimentando las propuestas.





Actividad 5. Cierre y refrigerio

Objetivo de la actividad:

Retomar los principales aspectos de la sesión por medio del intercambio grupal de emociones y aprendizajes de las personas participantes.



Tiempo proyectado:

- 30 minutos



Materiales:

- Refrigerio

Descripción de la actividad:

Se invita a las personas participantes a expresar con una palabra lo que piensa o siente en relación con la sesión que se ha trabajado. Es importante que quien facilita preste especial atención y retome sentires y aprendizajes para sintetizar la sesión. Una vez que todas las personas han hecho la dinámica, se les invita a participar de un refrigerio compartido.





Anexo 1. Frases populares

Mujer al volante...	...peligro constante
Calladita...	...más bonita
La que de rojo se viste...	...en la calle la desvisten
A la mujer no se le toca...	... ni con el pétalo de una rosa
Madre...	...solo hay una
Flojita...	...y cooperando
El hombre es como el oso...	...cuanto más feo, más hermoso
Aguántese...	...como los machos
Árbol que nace doblado...	...jamás su troco endereza
Casa donde manda mujer...	...no vale un alfiler
Hombres de muchos pareceres...	...más que hombres son mujeres
La esposa con chat...	...el marido a Pizza Hut
El hombre llega...	...hasta donde la mujer le permite
La suerte de la fea...	...la bonita se la desea
En renquera de perro y lágrimas de mujer...	...no hay que creer





Anexo 2. Casos recreados

1

Mujer, indígena, 15 años, estudios de primaria incompletos, madre, soltera, condición socioeconómica baja.

2

Hombre, homosexual, 17 años, estudios de secundaria incompletos, utiliza silla de ruedas para moverse.

3

Mujer, migrante nicaragüense, 10 años, estudios de primaria interrumpidos, condición socioeconómica baja, en condición migratoria irregular.

4

Hombre, 20 años, "blanco", estudia en la universidad, condición socioeconómica de clase media, heterosexual, padre.





Anexo 3. Guía de trabajo

Preguntas sobre acceso a derechos humanos

- 1) ¿Puede ir a servicios de salud públicos (EBAIS) y recibir un trato no discriminatorio?
- 2) ¿Puede asistir a la escuela o colegio para finalizar estudios o iniciar otro grado? O bien, ¿puede continuar en la universidad para finalizar estudios o iniciar otra carrera?
- 3) ¿Puede movilizarse libremente por la comunidad sin sufrir discriminación por sus condiciones particulares?
- 4) ¿Puede vivir una vida libre de violencia (sexual, psicológica, física) en su familia, escuela, colegio o universidad?
- 5) ¿Puede participar en grupos de su comunidad, para aprender, compartir con personas de su misma edad o recrearse?



Anexo 4. Documental: Tenemos derecho a tener derechos

Instituto Nacional de las Mujeres (2006). Tenemos derecho a tener derechos [documental]. Youtube.
<https://youtu.be/gzeupLj4cA0>





Material de profundización teórica para las personas mediadoras

Se invita a las personas facilitadoras a profundizar en los contenidos teóricos descritos, los cuales son necesarios para obtener una mayor comprensión de la temática. Asimismo, estos conceptos les permitirán reforzar sus conocimientos, previo a la aplicación de las actividades pedagógicas.

En el presente texto de apoyo conceptual vamos a reflexionar acerca de las **desigualdades** presentes en nuestras sociedades, las cuales afectan a personas y grupos en razón de diferentes condiciones como lo son su sexo, su identidad de género, la nacionalidad, el origen étnico y racial, la edad, la condición socioeconómica, condición de discapacidad, entre otras.

El **enfoque de género** es una herramienta teórica y práctica que nos permite comprender las causas y consecuencias de esas desigualdades que enfrentan en el ámbito social y cultural las personas. Tiene su origen en las **luchas políticas por la igualdad de derechos**, desde las demandas de figuras claves en la historia hasta los movimientos sociales como lo son el feminismo y otros que demandan el reconocimiento de las diversidades sexuales y étnicas.

A lo interno del **feminismo** existen diversas posiciones y corrientes de pensamiento, que discuten alrededor de la **categoría de género**, los factores que explican las causas y consecuencias de las desigualdades, así como las propuestas políticas de transformación social.

En el presente texto se parte desde un **enfoque de género interseccional**, desde el cual se reconoce las desigualdades que persisten socialmente en razón a las **construcciones de género**, las cuales están atravesadas por otras **categorías como lo son la clase social, la etnia, la raza, la diversidad sexual**, entre otras. Su entendimiento como categorías apunta a una construcción de significados y regulaciones históricas que han sido elaboradas desde los **grupos de poder** y que conllevan en el marco de sociedades occidentales a visiones que dividen y otorgan un mayor reconocimiento a unas sobre otras, por ejemplo: hombre-mujer, masculino-femenino, blanco-negro, clase media-clase baja, heterosexual-homosexual, entre otras.

Todas las personas somos diferentes, por ejemplo, tenemos características específicas de nacionalidad, edad, identidad de género, por lo que vamos a reflexionar acerca de las **construcciones sociales y culturales** que han generado que algunas de estas condiciones

sean valoradas por la cultura como superiores o más valiosas, mientras que otras son consideradas como inferiores.

Un primer aspecto importante de ubicar es que las acciones individuales que se dan en la vida cotidiana en la familia, en los lugares de estudio y trabajo, están relacionadas con la forma como se organiza a nivel social, cultural, político y económico nuestras sociedades. De ahí la importancia de reconocer los sistemas que han predominado desde finales del siglo XVIII y hasta la actualidad, los cuales se caracterizan por ser históricos, es decir, que funcionan en forma diferente de una época a otra, y también de una cultura a otra. Nos referimos al **sistema patriarcal y al capitalismo**, los cuales funcionan como sistemas relacionados, es decir que operan en forma articulada en las regulaciones que se establecen sobre el mercado de trabajo, la familia, el Estado, entre otras instituciones claves sociales

Si bien el patriarcado como sistema es anterior al capitalismo, vamos a centrarnos en sus características en los dos últimos siglos en el contexto de sociedades occidentales.

Si hay que definir el **patriarcado** de una manera concisa, podemos decir que es una forma de 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, del marido sobre la esposa, del padre sobre la madre y los hijos, de los viejos sobre los jóvenes, y de la línea de descendencia paterna sobre la materna. El patriarcado ha surgido de una toma de poder histórico por parte de los hombres, quienes se apropiaron de la sexualidad y reproducción de las mujeres y de su producto, los hijos, creando al mismo tiempo un orden simbólico a través de los mitos y la religión que lo perpetuarían como única estructura posible. (Reguant, 1996, p.20, citada por Sau, 2001, p.55)

Dicha definición del **sistema patriarcal** permite comprenderlo como un sistema social que toma fuerza a partir de un momento histórico, lo cual cuestiona posiciones e ideas esencialistas que atribuyen los diferentes roles, identidades y características de mujeres y hombres a la biología, a partir de una visión que solo reconoce dos posibles sexos biológicos. Lo anterior niega en primer lugar la existencia de los **intersexos**, que se presenta cuando una persona tiene una combinación de caracteres femeninos y masculinos, que incluye los órganos reproductivos y sexuales internos y externos, hormonas, entre otros. En segundo lugar, al atribuirse las diferencias y las desigualdades a la naturaleza, se niega su carácter social y por ende las posibilidades de su transformación hacia relaciones equitativas entre las personas con independencia de su sexo e identidad de género.

Otro punto clave es que el sistema patriarcal es por definición un **sistema de dominio y explotación** de las mujeres, pero además de las personas menores de edad y adultas mayores, en una serie de ámbitos que abarcan desde sus propios cuerpos, sexualidad y trabajo, lo cual refuerza su exclusión de los ámbitos de toma de decisiones y reconocimiento social y cultural.



Un ejemplo que evidencia cómo los sistemas patriarcales y capitalistas operan en forma articulada es la instauración que se da en los albores del capitalismo a finales del siglo XVIII de la **familia nuclear** como modelo de las sociedades modernas. Dicho tipo de familia respondía a la lógica capitalista, donde se refuerza la **división sexual del trabajo** en las familias de clase alta y media, donde se reconoce al hombre como proveedor económico y le atribuye a la mujer el rol maternal como principal cuidadora de sus hijos/as y además dependiente económicamente del esposo. Dicho modelo familiar se basa en la explotación del trabajo doméstico y de cuidado de las mujeres, el cual no es reconocido por la lógica capitalista como trabajo, precisamente porque no media una remuneración de tipo económica.

Si bien desde finales del siglo XX se vienen gestando transformaciones importantes en dicho modelo familiar, ante cambios como la progresiva incorporación de las mujeres al trabajo asalariado y aumento en su nivel educativo, así como las luchas y reivindicaciones de diferentes movimientos sociales, que demandan el reconocimiento de sus derechos, aún prevalece en la sociedad dicha división sexual del trabajo. Se continúa recayendo en las mujeres, a nivel simbólico y material, la responsabilidad de cuidado de las personas dependientes y labores que implican el área de servicios, ya sea como trabajo familiar o bien como parte de actividades remuneradas.

Otro sistema que históricamente ha estado articulado al patriarcado y posteriormente al capitalismo es el **racismo**, a partir del cual se refuerza, a nivel simbólico y con implicaciones en las condiciones de vida, una relación dicotómica y jerárquica entre personas que son definidas como “blancas” y otras como “negras”, división que va acompañada de las categorías “humano” y “no humano”. Las **mujeres afrodescendientes e indígenas** fueron excluidas a nivel ideológico y material de las luchas y demandas feministas en la medida en que estas solo contemplaron las experiencias de las mujeres “blancas” como sujetos de dominio y exclusión. Lo anterior refuerza la importancia que tiene analizar y comprender las desigualdades desde una perspectiva que considere las intersecciones entre construcciones de género, raza, etnia, clase social, entre otras. Estas son condiciones que caracterizan a las personas y determinan las exclusiones a las cuales se enfrentan y sus vivencias particulares.

Desde la ideología racista, la raza blanca tiene todas las características propias del ser humano y por lo tanto se convierten en el prototipo de lo humano, y todas las demás razas son consideradas como inferiores y menos humanas, pues no poseen los distintivos necesarios y se alejan del prototipo humano blanco. Valga resaltar que las características humanas relacionadas con la raza blanca desde la ideología racista, son atribuidas desde la perspectiva patriarcal, a lo masculino. Humano es, desde este análisis parcial, falso y excluyente: “hombre blanco”; y por lo tanto entre más alejada se encuentre una persona de esta definición menos humana es. (Campbell, 2002, pp.24-25)



Dichas desigualdades que caracterizan a los sistemas patriarcales, capitalistas y racistas están presentes y adquieren fuerza en los diferentes niveles de la vida social, para lo cual cumplen un papel clave las **instituciones sociales**. Entre estas sobresale el **Estado**, que abarca las formas de gobierno, las leyes e instancias responsables de su ejecución, hasta los **sistemas educativos, las religiones, las familias, los lugares de trabajo, los medios de comunicación**, entre otros. Por medio de dichas instituciones se refuerza, o bien se cuestiona las **ideologías** de los sistemas sociales, las cuales establecen deberes, derechos y normas diferenciadas según el sexo, el género, la clase social, el origen étnico o racial, la edad, la nacionalidad, entre otras condiciones.

En este punto es importante introducir los **procesos de construcción de subjetividades e identidades**, que incluyen el aprendizaje del lenguaje, por medio del cual se adquieren visiones de mundo que nos enseñan los códigos sociales y culturales de la sociedad en la que vivimos.

En la **construcción de las identidades** intervienen procesos de diversa índole: psíquico e inconscientes, las representaciones culturales de género, la historia familiar y las condiciones particulares de etnia, raza, clase social en las que se desenvuelve cada persona. Por lo tanto, se trata de procesos complejos y dinámicos, que tienen un peso importante en los primeros años de vida y que continúan a lo largo de las etapas posteriores.

En este punto, es importante comprender las **intersecciones entre lo individual y lo sociocultural**, en la medida en que la experiencia particular está atravesada por los significados culturales que se otorgan en contextos históricos específicos. Por ejemplo, diferentes corrientes teóricas apuntan a la importancia que adquieren las **figuras maternas y paternas como referentes identitarios primarios**, las cuales trascienden el vínculo biológico y abarca a otras figuras que han sido significativas en la vida de las personas. En torno a la maternidad y la paternidad se teje una serie de significados sociales acerca de lo que culturalmente se espera de dichas figuras. Por ejemplo, la construcción ideológica perfila a la madre como la principal responsable de cuidar y a quien se le demanda que priorice a sus hijos/as sobre otros proyectos personales, mientras que de los padres se tienen expectativas culturales diferenciadas con énfasis en el rol de proveedor.

Estas construcciones sociales tienen un impacto importante en las identidades y en las experiencias particulares de las personas, así como los significados que van elaborando acerca del ser mujer y el ser hombre. En la práctica las personas construyen sus identidades de género en formas muy diversas, que no corresponden en su totalidad con los modelos que la sociedad o la cultura refuerza, lo cual amplía los referentes identitarios. También puede generar conflictos individuales cuando se trasgreden aspectos que a nivel social y cultural siguen estando regulados, por ejemplo, sobre los cuerpos, las identidades y la vivencia de la sexualidad.



En el marco de sociedades modernas y occidentales, las cuales como ya se planteó se caracterizan por la prevalencia de sistemas patriarcales y capitalistas. **Las construcciones de género tienen un papel fundamental en los procesos de construcción de las identidades**, las cuales son a su vez atravesadas por otras categorías sociales como la clase social, la etnia y la raza.

Las **construcciones de género** abarcan una serie de **ideologías, normas y estereotipos** que una sociedad determinada elabora a partir de las diferencias biológicas entre mujeres y hombres, las cuales son reforzadas con “dadas por la naturaleza” por medio de discursos desde las principales instituciones como lo son las familias, las disciplinas científicas como la medicina y la psicología, los medios de comunicación, las escuelas y colegios, entre otras.

A partir de dichas construcciones culturales, se crean **modelos de feminidades y masculinidades**, que abarcan los discursos sobre las características psicológicas, intelectuales, habilidades e intereses de mujeres y hombres, las cuales son entendidas como opuestas y excluyentes.

Cabe destacar que los sistemas sociales de dominio y exclusión mantienen las desigualdades a lo largo del tiempo por medio de los **grupos de élite** o en **posiciones de poder** que integran las diferentes instituciones sociales. Estos crean ideologías, normas y prácticas acorde con sus propios intereses económicos y políticos. La **legitimación de esos grupos de élite** ha permitido crear órdenes sociales donde el dominio es interiorizado, incluso por los mismos grupos que sufren la discriminación y exclusión. Si bien el **poder** no es una pertenencia de una persona o grupo, sino un recurso presente en todas las relaciones, las jerarquías sociales se encuentran integradas en las formas de organización de los ámbitos políticos, académicos, comunitarios, educativos e incluso en las relaciones más inmediatas o interpersonales. Es importante reconocer que en todos los ámbitos sociales las personas que se encuentran en una posición de subordinación **resisten de múltiples formas a las expresiones abusivas de poder** que se ejercen sobre sus cuerpos y sus vidas, a partir de los recursos materiales, psicológicos y físicos de que disponen.

Un eje clave en la reproducción de desigualdades de género y que caracteriza los procesos de construcción de las identidades es la **división sexual del trabajo**, a partir de la cual se refuerzan **roles sexuales** diferenciados para mujeres y hombres.

Se entiende por división sexual del trabajo el reparto social de tareas en función del sexo. En todas las sociedades que se conocen, desde la prehistoria a los tiempos actuales, los antropólogos e historiadores han encontrado que los hombres y las mujeres realizan trabajos de distinto tipo. La separación entre las tareas que se atribuyen a hombres y mujeres es más o menos rígida, según el tipo de sociedad.... La división sexual del trabajo se traduce en la mayor parte de las sociedades en una jerarquización en cuanto a la valoración social y económica otorgada a las funciones que unas y otros desempeñan, valoración que se realiza en perjuicio de las mujeres, y que se traduce en una manifiesta desigualdad entre ambos sexos (Amorós, 2000, pp.257-258).

Con el surgimiento del capitalismo a finales del siglo XVIII, se agudiza la separación entre la esfera pública y la privada. La primera está asociada al trabajo asalariado fuera del hogar en el caso de los hombres, mientras que la segunda al trabajo doméstico y de cuidado relegado en las mujeres. Dicha separación no se limita a una diferenciación de tareas, sino que además supone una **personalidad e identidad** de los hombres enfocada en el desarrollo de habilidades como proveedor, fuerte, racional, exitoso, dado que dentro del sistema patriarcal y capitalistas dichas características son valoradas en forma positiva, asociadas al control y manejo del dinero. Por otra parte, en el caso de las mujeres se refuerza el rol materno como el principal, donde se plantea que lo que predomina es la atención y cuidado de las otras personas, una mayor conexión y cercanía con las emociones que se asocia con debilidad y menor racionalidad, así como la dependencia económica y emocional hacia los hombres.

Dichas características de personalidad forman parte de los **modelos hegemónicos de masculinidad y feminidad**, los cuales siguen presentes en la actualidad en espacios de socialización como las familias, los lugares de trabajo y de estudio e inclusive en los marcos de referencia de algunas leyes que refuerzan roles tradiciones de género. Resulta importante situar dichas visiones hegemónicas en los **contextos específicos inter e intraculturales**, y además de reconocer las transformaciones sociales y económicas que se vienen dando desde finales del siglo XX tanto en los roles como en las identidades. Lo anterior pone en evidencia que las personas elaboran y experimentan las construcciones de género en formas particulares que no se corresponden en su totalidad con los modelos imperantes socialmente.

Otro de los ejes claves en la reproducción de desigualdades de género son los mecanismos institucionales que a partir del siglo XIX fueron cobrando fuerza para el control de las sexualidades. Un aspecto clave es que las **orientaciones y prácticas sexuales diferentes de la heterosexualidad** han pasado a ser consideradas como aspectos que definen la identidad de las personas; por tanto, han pasado a ser de interés y regulación por parte de los Estados, las instituciones médicas y otras disciplinas como la psicología. De esta forma, se refuerza la **heterosexualidad como norma**, lo que conlleva que otras orientaciones, identidades y prácticas sean entendidas como “anormales” o “desviadas”.

La diversidad sexual puede considerarse que abarca tres dimensiones para su análisis y definición: la orientación sexual, de acuerdo con la dirección erótica-afectiva del objeto amoroso; la identidad sexual, de acuerdo con la definición sexual que adopta la persona; y la expresión sexual, de acuerdo con las preferencias y comportamientos sexuales que adopta la persona. Estas dimensiones, sin embargo, no son lineales, se superponen e interactúan de manera cambiante a través del tiempo en las diferentes etapas de la vida. (Careaga, 2004, p.16)

Tanto la reproducción de la **homofobia** –entendida como el odio o rechazo a las personas que se sienten atraídas afectiva y sexualmente o que viven su sexualidad con personas de su mismo sexo–, así como otras **expresiones de prejuicios hacia otra diversidades sexuales**



–como lo son la bisexualidad, transexualidad, *queer*, lesbianismo– tienen un papel clave en las instituciones en el marco de las cuales las personas construyen sus identidades durante sus primeros años de vida, tal es el caso de las familias, las escuelas y colegios, las religiones y, posteriormente, otras como leyes o normas que excluyen y niegan los derechos civiles y sociales de las personas que ejercen su sexualidad fuera de la heteronormatividad. Lo anterior genera consecuencias en las identidades, en la medida en que se desvaloriza a quienes se identifican con formas diversas de vivir su sexualidad.

Dichos ejes de desigualdad se expresan socialmente como **formas de discriminación**. Cuando las personas no se ajustan al modelo patriarcal-capitalista, a saber: hombre, blanco, heterosexual, de clase media o alta, sin condiciones de discapacidad, serán valoradas a nivel de la cultura como inferiores, lo cual es un argumento que legitima la negación o limitación de sus derechos. La base de dichas formas de discriminación son los prejuicios sobre la persona que es entendida como “el otro”, en razón a su cultura, su sexo, su identidad de género, condición socioeconómica, orientación sexual, edad, etnia, raza, nacionalidad, entre otros. Esta desvalorización y reducción de una persona a atributos o características que a nivel cultural se consideran negativos impacta sus identidades y todas las esferas en las que participan, desde sus comunidades, escuelas, colegios, trabajos, entre otras.

Algunos **prejuicios que generan formas de discriminación** en el contexto de sociedades patriarcales, capitalistas y racistas se establecen a partir del sexo de las personas. El **sexismo** se entiende como “...el conjunto de valores legitimadores de la superioridad sexual y desde luego, de la inferioridad sexual, o sea, de la sexometría como medida valorativa a partir del sexo de las personas” (Lagarde, 1997, p.110). Otra categoría que socialmente genera manifestaciones de discriminación es el **clasismo**, entendido como “el conjunto de juicios, ideas e interpretaciones descalificadoras de las otras clases sociales. En la reivindicación clasista, cualquiera que ésta sea, se construye la descalificación automática de las personas, los logros y creaciones provenientes desde otra clase social” (Lagarde, 1997, p.114).

Paralelamente en el ámbito cultural se constata formas de discriminación en razón a la nacionalidad de las personas, que se conceptualiza como **nacionalismo** y que “fomenta prejuicios excluyentes, hostiles, descalificadores al afirmar la superioridad nacional frente a otras personas de otras nacionalidades.... Nacionalismo y clasismo generan también otros prejuicios como la xenofobia: fobia a las personas que no forman parte de nuestra cultura” (Lagarde, 1997, p.115). Por otra parte, la edad es otra categoría de discriminación y se conceptualiza como **adultocentrismo** en la medida en que en nuestras sociedades “el poder y muchos recursos relacionados a la conducción de la vida social están centrados en las personas adultas, mujeres y hombres; para las mujeres en algunos ámbitos y para los hombres en todos los ámbitos” (Lagarde, 1997, p.118). Lo anterior conlleva que culturalmente se desvalorice a las personas menores de edad; por tanto, se les niega el ejercicio de derechos de expresión, a una vida libre de violencia, a la salud, a la educación, entre otros.



Es importante reconocer que dichos prejuicios y formas de discriminación no operan en forma separada, dado que las personas se caracterizan por sus diversidades de género, étnicas, de edad, nacionalidad, entre otras, las cuales se co-constituyen en la medida que forman parte de su identidad. También, puede generar que en diferentes contextos específicos se excluya a una persona por algunas de sus características sociales y subjetivas, en razón de los sistemas culturales, económicos y políticos predominantes.

Ante las desigualdades y formas de discriminación que se evidencia que prevalecen en nuestras sociedades, es importante reflexionar sobre el concepto de igualdad, sus alcances y limitaciones, y su relación con el reconocimiento y garantía de los derechos humanos.

A nivel de los Estados y en las legislaciones, se reconoce el **principio de igualdad de facto** o igualdad ante la Ley, a partir del cual todas las personas deberían gozar de los mismos derechos con independencia de su sexo, identidad, clase social, origen étnico y racial, orientación sexual, entre otros. Dicha igualdad también es conocida como **igualdad formal** y es de gran importancia que los Estados la reconozcan en sus legislaciones nacionales.

No obstante, en el ámbito social prevalecen desigualdades que en la práctica limitan o restringen la aplicación de dicho principio de igualdad, dado que las personas no cuentan con las mismas condiciones para acceder a derechos básicos como lo son la salud, el trabajo y la educación. En el contexto de sociedades neoliberales, se constata además una reducción de la cobertura y la calidad de los servicios sociales que el estado ofrece a la población, bajo el principio de acceso universal, lo que afecta el disfrute de condiciones de igualdad de frente a otras personas que sí tienen los medios económicos para acceder a dichos servicios en forma privada.

Otra dimensión que limita la aplicación del principio de igualdad de trato son los prejuicios y formas de discriminación que social y culturalmente siguen vigentes en espacios claves para el desarrollo de las personas, como lo son los sistemas educativos y los espacios laborales, así como el acceso a los sistemas de salud. De ahí la importancia del concepto de **igualdad sustantiva**, el cual apunta a que la sociedad y sus instituciones debe reconocer las inequidades existentes, con el fin de implementar las medidas o mecanismos que garanticen a todas las personas el disfrute y ejercicio de sus derechos humanos.

Entre las **inequidades o desigualdades** que siguen presentes en el marco social está la división sexual del trabajo, que afecta la inserción en el trabajo asalariado de las mujeres y el acceso a puestos de toma de decisión; así como la prevalencia de prejuicios y formas de exclusión hacia poblaciones indígenas, afrodescendientes, personas con discapacidad, conlleva que se nieguen derechos de acceso en igualdad de condiciones a la educación, al trabajo, a la salud.

De ahí la importancia que tienen las **acciones positivas o afirmativas**, las cuales se entienden como medidas de carácter temporal que tienen como fin garantizar la igualdad de



oportunidades de grupos sociales que se encuentran en situaciones de desventaja social. De esta forma, se reconoce que no todas las personas disfrutaban de las mismas condiciones para el ejercicio de sus derechos humanos, por lo que el Estado y sus instituciones deben implementar este tipo de medidas mientras que se mantengan esas situaciones de desigualdad social o cultural.

Ejemplo de **acciones afirmativas** son las cuotas de participación política de las mujeres, disposiciones que establecen cuotas o porcentajes de contratación para personas con discapacidad en las instituciones públicas, políticas específicas de las universidades que promueven el ingreso de estudiantes provenientes de zonas rurales o en desventaja social, entre otras.

Para entender la dimensión normativa del principio de igualdad es importante hacer referencia al concepto y a la historia de los **derechos humanos**, que se suele ubicar a finales del siglo XVIII en el marco de la Revolución Francesa y la proclama de los “Derechos del hombre y del ciudadano”. Esto pone en evidencia su carácter patriarcal en la medida en que esos principios de igualdad definidos en la época de la Ilustración excluyeron los derechos de las mujeres de participación en la política y en las esferas social y cultural. Paralelamente, se niegan los derechos de otros grupos sociales como lo son las personas indígenas y afrodescendientes. Dichas desigualdades fueron puestas en evidencia por mujeres y hombres de la época, quienes plantearon un concepto de igualdad que abarcara además a las mujeres, donde destaca Olympe de Gouges, autora de la “Declaración de los derechos de la mujer y de la ciudadana”.

Es en el siglo XX que Eleonor Roosevelt reformula dicha conceptualización de los derechos del hombre y la amplía a los derechos humanos, con el fin de evidenciar, tal como lo señala Lagarde (1999), “que el concepto anterior sólo se refería a los hombres, a los varones, y para incorporar a las mujeres de una manera explícita: humanos, en plural y en neutro es abarcador de los dos géneros, las mujeres y los hombres” (p.42).

Tal y como se señaló, el principio de igualdad de trato, de oportunidades y de derechos en nuestras sociedades ha estado limitado en la práctica por las desigualdades sociales y que afectan a las mujeres como género; pero además, a grupos humanos en razón a su clase social, etnia, raza, edad, discapacidad, nacionalidad, orientación sexual, entre otros. De ahí la importancia que adquiere que la defensa de los derechos humanos y que su garantía sea abordada por el Estado y sus instituciones con un enfoque interseccional que considere la diversidad de particularidades que caracterizan la identidad y las condiciones de vida de las personas.

En el siglo XXI es necesario que se garantice el cumplimiento de las normativas internacionales y nacionales que protegen los derechos humanos de todas las personas, así como programas institucionales y otras acciones enfocadas en promover los cambios culturales que se requieren para cuestionar cualquier forma de discriminación y exclusión. Por último, sigue siendo necesaria la implementación de acciones afirmativas desde las instituciones que garanticen el ejercicio pleno de la igualdad y los derechos humanos.



Unidad 2.

Violencia intrafamiliar. Conceptos básicos, tipos y manifestaciones

Objetivo de la unidad:

Analizar los tipos, las manifestaciones y los mecanismos que perpetúan la violencia intrafamiliar para favorecer en la población adolescente, la identificación y la prevención de esta problemática.



Objetivo de la sesión:

Comprender los aspectos generales referentes a la violencia mediante actividades participativas con la población adolescente.

**Actividad 1.****Rompehielo "La pelota preguntona"****Objetivo de la actividad:**

Recapitular los principales aprendizajes de las sesiones previas a partir de los aportes de las personas participantes

**Tiempo proyectado:**

- 15 minutos

**Materiales:**

- Bola
- Cinta adhesiva
- Guía de preguntas (Anexo 1)

Descripción de la actividad:

Previamente se elaborarán diferentes preguntas que se pegarán con cinta adhesiva sobre una bola. Seguidamente, se solicita al grupo formar un círculo y se irá pasando la bola hasta que quien facilita dé la señal de detenerse; quien tenga la bola deberá arrancar una pregunta y contestarla. Se repite varias veces cada turno en forma más rápida para dinamizar la actividad. Deben incluirse preguntas tanto de repaso como otras que faciliten la integración grupal. Una vez finalizado, quien modera hace una síntesis de los aspectos retomados en la actividad.



Sesión 3.

Comprendo, reconozco y
prevengo la violencia

Ejemplos

- ↪ Explique el concepto que para usted fue el más importante de la sesión pasada.
- ↪ ¿Cuáles temas recuerda que se abordaron en la sesión anterior?
- ↪ De lo visto previamente, mencione un tema que le pareció que era un poco confuso o que amerite mayor explicación.
- ↪ Mencione un concepto nuevo que haya aprendido en las sesiones realizadas hasta el momento.
- ↪ De las actividades realizadas, ¿cuál le pareció más interesante y por qué?
- ↪ Mencione su fecha de cumpleaños.
- ↪ ¿Cuál es su comida favorita?
- ↪ ¿Qué tipo de música le gusta escuchar?
- ↪ ¿Qué le gusta hacer en su tiempo libre?
- ↪ Mencione el nombre de una persona que admira y ¿por qué le admira?





Actividad 2.

Las formas de la violencia intrafamiliar

Objetivo de la actividad:

Comprender los aspectos básicos del concepto, tipos y manifestaciones de la violencia intrafamiliar a partir de la construcción colectiva de conocimiento.



Tiempo proyectado:

- 45 minutos



Materiales:

- Guía Tipos de violencia (Anexo 2)

Descripción de la actividad:

Se divide el grupo en cuatro subgrupos y a cada uno se le entrega una guía donde se indica un tipo de violencia (psicológica, sexual, física y patrimonial). Por cada tipo de violencia deben discutir y plasmar en la guía cómo explicarían el tipo de violencia que se les asignó (concepto) y de qué forma se expresa ese tipo de violencia (manifestaciones).

Cuando todos los grupos finalicen, cada uno expondrá su trabajo y se discutirá con el resto del grupo si están de acuerdo, o si agregarían algo más.

Finalmente, la persona mediadora retoma aspectos vistos en la sesión anterior (poder, machismo, socialización, feminidad, masculinidad, etc.) como aspectos que sostienen la violencia.

**Actividad 3.****Identificando la violencia****Objetivo de la actividad:**

Reflexionar acerca de las diversas interpretaciones sobre la violencia intrafamiliar por medio del análisis de casos recreados.

**Tiempo proyectado:**

- 45 minutos

**Materiales:**

- Tarjetas con casos recreados (Anexo 3)
- Papelógrafos
- Cinta adhesiva
- Marcadores

Descripción de la actividad:

Con los subgrupos previamente conformados, se procede a proporcionarle a cada uno de ellos una serie de tarjetas con contenidos ficticios (Anexo 3), que les permita generar discusión y, posteriormente, la identificación de situaciones de violencia presentes en el material. Una vez resuelto el trabajo de cada subgrupo, le corresponderá a una persona (coordinadora) pegar las tarjetas en un papelógrafo, clasificándolas por tipo de violencia.

Seguidamente, cuando se haya colocado el total de tarjetas de los diferentes subgrupos, la persona mediadora leerá cada situación ficticia, en voz alta, estableciendo así un espacio de plenaria para compartir la pluralidad de opiniones, percepciones, inquietudes, por parte de los distintos subgrupos sobre los hallazgos de cada uno, desde posturas reflexivas y críticas y promoviendo disensos y consensos.





Actividad 4. El ciclo de la violencia

Objetivo de la actividad:

Reflexionar sobre algunos de los factores que perpetúan la violencia intrafamiliar a través del análisis del ciclo de la violencia y sus mitos.



Tiempo proyectado:

- 45 minutos



Materiales:

- Diagrama sobre el ciclo de la violencia (Anexo 4)
- Cinta adhesiva
- Mitos de la violencia intrafamiliar (Anexo 5)

Descripción de la actividad:

A través de preguntas generadoras, se consulta al grupo que piensan del por qué una persona se mantiene en una relación de violencia. Posteriormente, quien modera explica en un papelógrafo el concepto del ciclo de violencia (Anexo 4). Además, retoma la idea de que la violencia va en aumento y que tiene que ver con cómo lo percibe la persona que está recibiendo la violencia. Posteriormente, se genera una reflexión colectiva con el grupo.

Al finalizar la discusión, se pregunta si aún quedan dudas o consultas respecto del tema. Una vez evacuadas, se dibuja una línea con cinta adhesiva en el piso y se solicita al grupo que se coloque sobre la línea, haciendo una fila. Quien esté a cargo de facilitar leerá diferentes frases, una por una (Anexo 5) y con cada frase se le solicita al grupo que se mueva según la indicación. Por ejemplo, "quienes creen que eso es cierto, muévase a la derecha, quienes creen que eso NO es cierto, a la izquierda". Posterior a cada frase, se discute en plenaria la realidad con respecto a cada afirmación.



Otros materiales de apoyo: Para trabajar el ciclo de violencia también puede analizarse el video: Ruiz, Carmen (s.f.). Pepa y Pepo: La escalada cíclica de la violencia de género [video]. YouTube. <https://youtu.be/26txqL99eFM>



Sesión 3.

Comprendo, reconozco y
prevengo la violencia



Actividad 5. Cierre y refrigerio

Objetivo de la actividad:

Revisar los principales aprendizajes y sentires de las personas participantes a partir de lo analizado a lo largo de la sesión.



Tiempo proyectado:

- 30 minutos



Materiales:

- 3 sillas

Descripción de la actividad:

Se colocarán tres sillas y cada participante se sentará en cada una completando a las siguientes frases: "Cuando llegué me sentí..." (Silla 1), "Durante el taller me sentí..." (Silla 2) y "Ahora que me voy me siento..." (Silla 3). Una vez que todas las personas presentes han hecho la dinámica se les invita a participar de un refrigerio compartido.





Anexo 1.

Guía de preguntas "Pelota preguntona"

- Explique el concepto que fue para usted el más importante de la sesión pasada.
- ¿Cuáles temas recuerda que se abordaron en la sesión anterior?
- De lo visto previamente, mencione un tema que le pareció era un poco confuso o que requiera mayor explicación.
- Mencione un concepto nuevo que haya aprendido en las sesiones realizadas hasta el momento.
- De las actividades realizadas, ¿cuál le pareció más interesante y por qué?
- Mencione su fecha de cumpleaños.
- ¿Cuál es su comida favorita?
- ¿Qué tipo de música le gusta escuchar?
- ¿Qué le gusta hacer en su tiempo libre?
- Mencione el nombre de una persona que admira y ¿por qué le admira?



Anexo 2.

Tipos de violencia

1. Favor indicar en sus propias palabras qué entienden por violencia

2. ¿De qué formas se manifiesta la violencia?





Anexo 3. Casos recreados

1

En mitad de una conversación de un grupo de amigos, un chico le dice a su novia: “¡Tienes la cabeza llena de aserrín! Calladita más bonita”.

2

Ana le dice a Nuria, su mejor amiga: “¡Manuel está loco por mí! Todo el rato me está escribiendo mensajes preguntándome dónde estoy, con quién y si lo extraño...”.

3

Mientras pasean, María y Andrés se cruzan con un conocido que les saluda y Andrés le dice a María: “No me gusta que veas a otros chicos cuando estás conmigo”.

4

Una pareja está discutiendo, él le toma el portarretrato que le regaló su madre antes de morir, lo tira y lo rompe.

5

Sonia se tiene que ir a estudiar y ya hace rato que está buscando el suéter que se acaba de comprar y no lo encuentra. Cuando va a la cocina a desayunar, ve el suéter tirado en la basura y se da cuenta de que lo ha botado Manuel.

6

Luis y Susana están discutiendo, Luis está tan enojado que empieza a golpear la pared del cuarto donde están discutiendo y a tirar al piso algunos objetos.

7

Los amigos de José le acaban de explicar que han visto a su novia, Julia, andando con otro chico el fin de semana. Cuando él la ve, le da una bofetada.

8

Adriana no quiere tener relaciones sexuales con Robert, siente que no lo conoce tanto, pero Robert le reclama que bien que tuvo relaciones con su exnovio, que si no accede, le va a contar a todos que es una zorra.

9

Kendall le dice a Rita que quiere que vean porno y que luego tengan relaciones sexuales. A Rita no le parece bien, pero Kendall le insiste en que todos lo hacen, que ella es una anticuada y que, si lo quisiera, no sería tan cuadrada.

10

En una discoteca, una chica le dice a su amiga: "¡¡¡Alguien de la barra me acaba de tocar una nalga!!!".

11

Llega el paseo de fin de curso y Sergio va a buscar a su amiga Silvia a casa. Silvia le pregunta a Sergio ¿cómo se ve? Él le dice: "¡Mujer esa ropa no te conviene, se ve raro!".

12

Daniela le dice a Juan: "¡Si no me acompañas al cine es porque no me quieres lo suficiente!".

13

Es fin de semana y Maite tiene que ir a comprar cosas para hacer la cena, se lo comenta a Miguel, su marido, que viene entrando con un six-pack para ver el partido. Él le responde: "Toma dos mil colones para las compras, no tengo más".



14

Ester ha quedado con sus amigas, pero como siempre no puede ir, porque Luis no se lo permite, ya que prefiere que se queden en casa los dos solos.

15

María ha quedado con sus primas para ir al cine después de mucho tiempo sin verse. Cuando su pareja se entera, le dice que él también irá con ellas, porque no tiene por qué ir sola.

16

Son fiestas en el pueblo cercano donde viven Martín y Nuria quienes son pareja. Un grupo de amigos y amigas llaman a Martín para que vayan a tomar algo juntos, él le dice a Nuria que va a salir con sus amigos, que se vean otro día. Nuria decidió tomar café con Raúl, su amigo pues tienen mucho de no verse.

17

Toni y Ana están enfadados y casi ni se hablan. Él como venganza cuando llega a casa abre la jaula del periquito de Ana y deja que se escape volando.

18

Una mañana en el cole Rosa le comenta a su compañero: "No entiendo por qué en el cole, todos los que participan en la olimpiada de matemáticas son hombres, hay mujeres que incluso tienen mejores notas y son súper responsables".

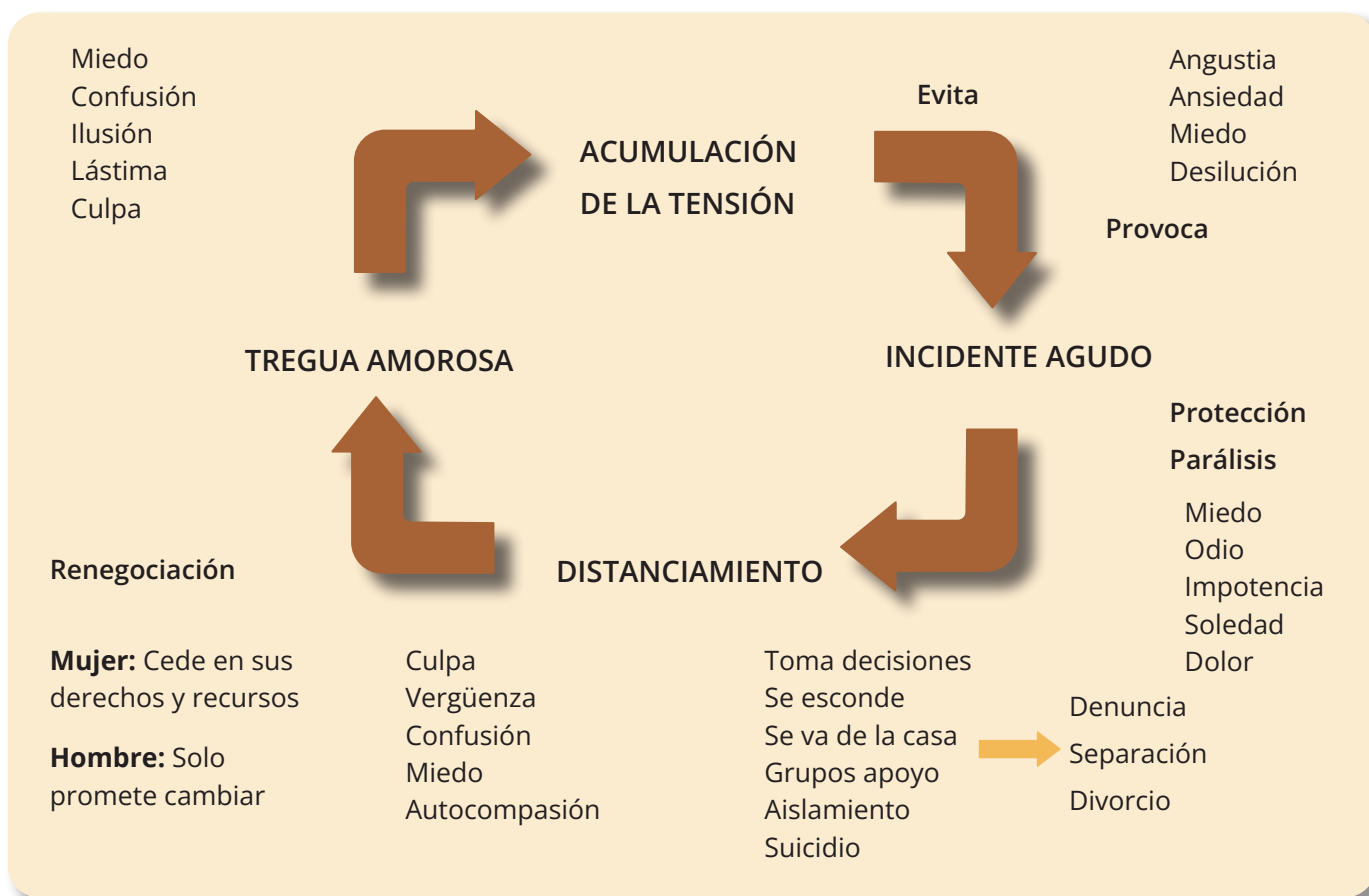
Fuente: Elaboración propia.





Anexo 4.
Ciclo de violencia

El ciclo de la Violencia



Fuente: Tomado del Instituto Nacional de las Mujeres (2010), Taller de Interaprendizaje: para sentir, pensar y enfrentar la violencia intrafamiliar, de género y sexual. INAMU.





Anexo 5. Mitos de la violencia

Mitos	Realidad
Si él no me cela, no controla con quien o donde ando, ni se opone a la forma en cómo visto es porque no se interesa lo suficiente en mí. (Falso)	Los celos y el control no son una expresión de amor todo lo contrario. El amor se basa en el respeto y la confianza.
Agradando a la pareja y haciendo lo que dice, no se comportará violento. (Falso)	La sumisión no es la respuesta para detener la violencia. Si tu pareja es violenta o tiene problemas para controlarse y no canaliza correctamente su enojo, esto no es culpa tuya. No sos responsable de sus actos, ni mucho menos la responsable de que él cambie, esa es solo su responsabilidad.
Cuando una mujer dice que NO quiere decir que SÍ, se está haciendo de rogar. (Falso)	Es una creencia entre los hombres muy arraigada, creen que las mujeres no son capaces de manifestar sus deseos y decisiones abierta y directamente. Se sienten con el derecho de obligarlas o forzarlas a que actúen según sus propios deseos e intereses. Un NO es un NO, obligar es un acto de violencia.
Los hombres llegan hasta donde la mujer lo permita. (Falso)	En ocasiones no es suficiente decir no para que el hombre entienda que NO es NO. Hay una creencia muy fuerte de que al final la mujer dice que no, pero que al final "si tiene ganas" es solo de insistir.
Los varones deben tomar la iniciativa en las relaciones sexuales o insistir sobre su pareja. (Falso)	Tanto los hombres como las mujeres pueden iniciar un acercamiento sexual y ambos de igual manera tienen el derecho de escoger si acceden o no. La opción de la persona a decir "NO" es un derecho y hay que respetarlo.
Los obsequios y halagos solucionan los problemas de una pareja. Al final, los pleitos se arreglan debajo de las cobijas. (Falso)	La equidad y el respeto en la pareja no tienen precio. La solución de los problemas no se logra con regalos, ya que no se trata únicamente de malentendidos o de conflictos de pareja. Ningún acto que daña a una persona –física, psicológica o sexualmente- puede considerarse como privado (asuntos de pareja solamente), debe entenderse como falta o delito. Lo privado es el espacio donde ocurre, no el acto en sí mismo.
La forma de vestir de una joven nos indica si es una mujer fácil. (Falso)	La forma de vestir de una persona no es un indicador de su manera de ser y mucho menos otorga permiso para juzgarla ni faltarle el respeto. La persona que falta al respeto es la única responsable del acto cometido, nunca la persona que recibe la violencia.
Los hombres son infieles, porque las mujeres los provocan. (Falso)	Nadie obliga a nadie a ser infiel. Es una elección propia responder afirmativamente o negativamente a un acercamiento íntimo. Siempre es posible decir que no.
Las mujeres tienen que ser vírgenes. Los hombres deben tener experiencia sexual. (Falso)	La sexualidad es algo natural tanto para la mujer como para el hombre. Tanto la virginidad y la actividad sexual son alternativas para todas las personas, no son exclusividad de un solo sexo.
Cuando nos casemos él va a cambiar. (Falso)	Los actos violentos van en aumento con el tiempo, nunca disminuyen. Entre más se conviva con una persona agresora, más se pone en riesgo la vida.

Fuente: Elaboración propia.

Sesión 4.

Construyendo relaciones respetuosas y responsables

Objetivo de la sesión:

Construir colectivamente estrategias para el fomento de relaciones respetuosas que favorezcan el bienestar común.



Actividad 1.

Rompehielo "Miro, escucho, adivino"

Objetivo de la actividad:

Reconocer a nivel grupal la importancia de la comunicación asertiva dentro de nuestra vida cotidiana.



Tiempo proyectado:

- 30 minutos



Materiales:

- Ninguno

Descripción de la actividad:

Se solicita a una persona voluntaria que se considere a sí misma con grandes habilidades de comunicación. Cuando se tenga identificada, se piden a tres personas voluntarias más y se enumeran como persona voluntaria 1; voluntaria 2; voluntaria 3 y se les invita a salir del salón.

A la persona comunicativa se le indicará que represente por medio de mímica, sin hablar, la siguiente situación: *"Hoy es el día de su graduación, va caminando y empieza a llover, abre su sombrilla y sigue caminando. No obstante, detrás viene un vehículo a toda velocidad y acelera sobre un charco justo por donde usted va pasando, quedando completamente empapada(o). Triste sigue caminando y llega al salón donde es su graduación. ¡Qué raro, no hay nadie! Se sorprende, llama a una amiga para ver que pasó y su amiga le dice que ¡¡¡hoy es jueves!!! La graduación es mañana viernes"*.



Cuando esté lista y preparada se comenta la situación con el grupo, pero se les indica que no pueden intervenir. Se pide que pase la persona voluntaria 1, la persona que actuará inicia su representación para explicarle a la persona voluntaria 1 lo sucedido por medio de gestos, sin hablar. Al terminar, toma asiento y se pide a la persona voluntaria 2 que entre al salón, mientras que la persona voluntaria 1 representará lo más cercano posible la actuación observada, de la misma forma al terminar tomará asiento y su lugar lo tomará la persona voluntaria 2, una vez que se haya pedido a la persona voluntaria 3 que ingrese. Al terminar, se le pedirá a la persona voluntaria 3 que haga la representación y al terminar se le solicita que explique qué estaba representando y se compara su historia con la historia inicial.

Posteriormente se analiza puntualmente: ¿Qué observamos?, ¿Dónde identificamos fallas?, resaltando la importancia de una buena comunicación, de la escucha, entre otros aspectos.



Anotaciones





Actividad 2.

Nos comunicamos, nos entendemos

Objetivo de la actividad:

Identificar los efectos que tiene la comunicación en las relaciones sociales para determinar aciertos y desaciertos en nuestros vínculos cotidianos.



Tiempo proyectado:

- 45 minutos



Materiales:

- Fichas orientadoras (Anexo 1)

Descripción de la actividad:

Esta actividad parte de dos momentos:

Primero: Se pregunta sobre qué se entiende por comunicación asertiva y qué caracteriza una buena comunicación. Posteriormente se explican los conceptos de comunicación asertiva, pasiva y agresiva, y se consulta acerca de si hay dudas o preguntas.

Segundo: Se divide al grupo en parejas, donde una persona hará una escucha activa y otra una mala escucha. Para esto se solicita a una de las personas que conforman la pareja que salga del salón. Al quedar dentro, la mitad del grupo, se les da la ficha 1 y se les explica en detalle las indicaciones.

Posteriormente, se les solicita que salgan y se invita a ingresar a las personas que están afuera. Al ingresar, a estas se les da la ficha 2 y se les explica las indicaciones. Se invita a pasar a la totalidad del grupo y se les pide que formen nuevamente las parejas y que cuando quieran pueden empezar a conversar. Es importante que cada persona cuente su situación por alrededor de cinco minutos. Una vez pasado el plazo, se solicita que cambien de rol y quien estaba escuchando



pasa a contar su historia, mientras que la persona que comentó una situación en el primer turno tendrá ahora que escuchar siguiendo las indicaciones de la ficha que le correspondió. Al terminar se pregunta cómo se sintieron en ambos roles.

Quien está a cargo de moderar, retomará aspectos importantes y los efectos que podemos esperar de acuerdo con el cómo nos comunicamos. Es importante que en la discusión se retomen aspectos de las sesiones previas, por ejemplo: cómo influye las formas de comunicación dentro de situaciones de violencia, como la comunicación también se relaciona con nuestra masculinidad y feminidad y cómo hemos sido construidos y construidas socialmente, así como el papel de la cultura, la familia y otras instituciones sociales que favorecen o limitan la comunicación.

Otros materiales de apoyo: Para analizar la comunicación asertiva y la escucha activa también pueden discutirse los siguientes videos:

➤ **Comunicación asertiva:**

Prepa en Línea. (s.f.). ¿Qué es la comunicación asertiva? [Video].
Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=ZgmSfdE2y-s>



Van Womer, Dylany Scelina Logan. (2011). Carrot crazy [Video].
Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=pkP0Eo5fWg>



Chian Ting (2010). El puente de la asertividad. [Video].
Youtube. https://www.youtube.com/watch?v=rJQiE_7IFag



➤ **Escucha activa:**

Universidad de Antioquía (s.f.). El arte de saber escuchar [Video].
Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=Tt2J6KLPvnU>





Actividad 3.

Conocer sobre otras formas de violencia y sus consecuencias

Objetivo de la actividad:

Crear un espacio de discusión sobre otras formas de violencia y factores de vulnerabilidad que favorezca su identificación y prevención.



Tiempo proyectado:

- 45 minutos



Materiales:

- Papelógrafos
- Marcadores

Descripción de la actividad:

A lo largo del salón se colocan diferentes papelógrafos con un título que indique otras formas de violencia a las que pueden estar expuestas las niñas, niños y adolescentes como la trata, explotación sexual comercial, acoso callejero, ciberacoso, grooming, etc. Seguidamente se le pedirá a cada persona que tome un marcador y pase a cada papelógrafo y escriba lo que sabe acerca de esa violencia.

Una vez finalizado, la persona facilitadora expondrá los resultados obtenidos, profundizando en la explicación de la forma de violencia específica, factores de vulnerabilidad y formas de prevención, haciendo énfasis en la importancia de comunicarnos con personas de confianza sobre lo que no nos hace sentir bien, cuando nos sentimos en riesgo y dónde acudir. De esta forma, se introduce a la vez, la importancia de una buena comunicación como un factor protector frente a la violencia.



Materiales de apoyo: Para trabajar otras formas de violencia se sugiere la lectura de casos recreados como los que se adjuntan (Anexo 2) para que las personas participantes logren identificar a que manifestación de violencia corresponde. También se invita a ver el video: Defensor del Menor en Madrid (s.f.). Antes de colgar tu imagen en la Web... Piénsalo [video]. YouTube. <https://youtu.be/LD70Q41bbqU>





Actividad 4. Yo apporto, yo prevengo

Objetivo de la actividad:

Reconocer la importancia de establecer acciones personales, grupales y sociales para prevenir la violencia.



Tiempo proyectado:

- 30 minutos



Materiales:

- Marcadores
- Papelógrafo

Descripción de la actividad:

Por medio de lluvia de ideas, se pregunta a las personas participantes sobre qué consideran que pueden hacer, en el presente, a mediano plazo (5-10 años) y a largo plazo (10 años y más), para prevenir la violencia intrafamiliar, retomando lo visto en las cuatro sesiones realizadas hasta este momento. Quien modera, toma nota en diferentes papelógrafos y dirige la discusión revisando cuáles de esas propuestas son realmente realizables, considerando aspectos como a) de quién depende que suceda, b) relaciones de poder, c) recursos, d) riesgos, e) otros.



Anotaciones

Sesión 4.

Construyendo relaciones respetuosas y responsables



Actividad 5. Cierre y refrigerio

Objetivo de la actividad:

Visualizar los principales aprendizajes, opiniones y sentires del colectivo participante a través de la síntesis de los resultados centrales de la sesión.



Tiempo proyectado:

- 30 minutos



Materiales:

- Refrigerio

Descripción de la actividad:

Se solicita a cada persona expresar con una palabra lo que piensa o siente en relación con la sesión que se ha trabajado. Es importante que quien esté a cargo de facilitar, preste especial atención y retome sentires y aprendizajes para sintetizar la sesión. Una vez que todas las personas presentes han hecho la dinámica, se les invita a participar de un refrigerio compartido.



Anotaciones





Anexo 1. Fichas orientadoras

Ficha 1

Su compañero(a) le contará una historia importante sobre algo que le sucedió, usted le escuchará, pero llegado el momento usted...

- ... formula preguntas aclaratorias.
- ... le expresa que entiende cómo se siente.
- ... le felicita.
- ... le mira a la cara y asiente con la cabeza.
- ... valora las cosas positivas que le dice la otra persona.

Ficha 2

Su compañero(a) le contará una historia importante que le sucedió, usted le escuchará, pero llegado el momento usted...

- ... pondrá pegatas a todo lo que dice.
- ... dará consejos sin que se los pida quien habla.
- ... dirá "ya hablaremos de eso más tarde".
- ... tratará de contar una historia mejor.
- ... conversará con alguien más mientras le está hablando la otra persona.
- ... no responderá.
- ... se pasará de gracioso diciendo una tontería tras otra.
- ... interrumpirá y cambiará de tema.
- ... le hará reproches, le callará.
- ... mirará a otra parte y no a quien le habla.
- ... responderá con "por qué..." a todo lo que se le dice.
- ... se reirá sin sentido.
- ... se sentirá molesto y ofendido por lo que le dice la otra persona.



Anexo 2.

Casos recreados

Casos basados en la cotidianidad para facilitar el reconocimiento de otras formas de violencia.

1

➔ **Caso de Inés:** Siempre quise ser modelo, pero siempre me dijeron que era muy costoso ingresar a una academia. Un día por redes sociales vi un concurso y participé. Jamás creí que me escogerían, pero luego de varias entrevistas, sobre cómo era mi familia, mi situación económica y luego de enviar unas fotografías en traje de baño, me dijeron que había ganado una beca y que me enviarían todo para viajar a Argentina. ¡!!!Estaba tan feliz!!!! Pero cuando llegué allá me quitaron el celular, mi identificación, me pusieron a trabajar en un bar nocturno y me obligaron a prostituirme. No sé si alguna vez lograré salir de esto, no sé si mi familia aún me está buscando. [Trata de personas]

2

➔ **Caso de Dana:** Dana recibió una invitación de amistad de un chico bien guapo, por lo que lo aceptó. Su madre le ha dicho que se cuide de los hombres mayores, pero este es de su edad, es súper atento y llevan tres meses conociéndose por chat. Un día su amigo Dilan le dice que le envíe una foto en ropa interior y que él también lo hará. Ella le dice que no, apenas tienen 13 años. Él le dice que no se preocupe, que igual están al otro lado del país y que ambos tienen la misma edad. Dana accede, no ve mayor riesgo. A partir de ahí Dilan empieza a manipularla con colgar sus fotos en la red si no cede a lo que él le pida. Además, empieza a amenazarle con que sabe donde estudia su hermanito menor y que él puede hacerle daño. Dana le dice que no, que igual él también es un niño. Dilan le responde que eso es lo que ella siempre ha creído, que él tiene 45 años vive a unas cuadras de su casa y sabe todo de ella. Dana queda impactada. Él le pide que se desnude frente a la cámara.... [Grooming]

3

➔ **Caso de Sebas:** Sebas y René siempre andan juntos, han sido amigos desde la escuela y además son vecinos, hace un mes Sebas cumplió 15 años. Un día mientras jugaban videojuegos, René le dijo que estaba muy agradecido por tener un amigo como él. Sebas aprovechó y le contó que necesitaba contarle algo: soy gay y Luis, el compa de mate, me gusta mucho. René quedó paralizado, salió corriendo, le dejó de hablar y le dijo a todo el mundo: Sebas es un playo. Desde ese momento en el colegio nadie le habla. El otro día unos chicos lo agarraron a golpes, le robaron el almuerzo y aunque René vio todo. no hizo nada. En su casillero escribieron con marcador: maricón. Siente que todos se burlan de él, lo miran raro, siente miedo, no sabe qué hacer. [Bullying]



4

➔ **Caso de Rita:** Rita hoy se levantó temprano, se vistió y se maquilló, se siente maravillosa. De camino a las clases de inglés, se topó a un chico joven, lo saludó con un “buenos días”. Él se volvió y le dijo una vulgaridad que no quiere ni recordar. Se subió al bus e iba llenísimo. Un tipo que iba de pie pasó rozándole el pene en el hombro todo el rato, se bajó molesta incluso una parada antes. Cuando iba llegando al instituto, un tipo le agarró una nalga. Cuando pudo reaccionar, el hombre ya iba lejos, llegó a la clase con muchas ganas de llorar, no pudo concentrarse, se sentía tan culpable y a la vez con tanto miedo. [Hostigamiento sexual callejero]

5

➔ **Caso de Jimena:** Jimena siempre ha tenido una vida muy difícil. Su familia vive en pobreza extrema, son muchos y su madre recién quedó embarazada. Hay días en que no tienen qué comer. Un vecino les ofrece a los padres de Jime encargarse de la niña, abiertamente menciona que Jimena le atrae y que, si ellos consolidan la relación, él no tendría problema con hacerse cargo de la alimentación de la familia. Jimena se paraliza, tiene 15 años y ese tipo 52. Pero su familia tiene hambre, el hombre tiene mucho dinero y de seguro no le faltará nada a sus hermanos. Con gran temor y tristeza Jimena se va a vivir con él. Todo iba muy mal, pero empeoró cuando este hombre la empezó a obligar a tener relaciones sexuales con sus amigos. Jimena le dijo que estaba loco, pero él le contestó que ese era su pago por los gastos de su familia y que no tenía elección. Así fue como este tipo la prostituyó, su familia lo sabía, el pueblo lo sabía, pero nadie hacía nada. [Explotación sexual comercial]

6

➔ **Caso de Thiago:** Es la primera vez que Thiago sale con sus compas a la playa sin que vayan los padres. Thiago la estaba pasando muy bien, pero luego se emborracharon y empezaron a hacer retos. Thiago estaba un poco indispuerto, pero sus amigos empezaron a presionarlo a que fumara marihuana. Él no quería, siempre le ha tenido miedo a las drogas. Finalmente accedió y le fue fatal, pero eso no fue lo peor. Él no supo quién lo grabó, pero llegando a su casa, le llegó un mensaje al celular de un desconocido amenazándole que tenía que darle una suma de dinero si no quería que le enviara el video a sus padres. Thiago pensó que era broma, pero cuando entró al Facebook también tenía un mensaje advirtiéndole que iba a subir el video a redes sociales, habían hecho un video en TikTok con él, la misma amenaza se repitió por correo. Si esto se sabe puede afectar incluso su beca y si su padre se entera, lo mata. [Ciberacoso]



Material de profundización teórica para las personas mediadoras

Se invita a las personas facilitadoras a profundizar en los contenidos teóricos que se describen a continuación, los cuales son necesarios para obtener una mayor comprensión de la temática. Asimismo, estos conceptos les permitirán reforzar sus conocimientos, previo a la aplicación de las actividades pedagógicas.

Introducción

La violencia intrafamiliar, así como otras formas de violencia contra las mujeres o por razones de género se sostienen en un sistema patriarcal que dicta, a través de relaciones de poder desiguales, una serie de privilegios que permiten dominar, humillar, oprimir y limitar el acceso a derechos por parte de la persona que ejerce el maltrato en contra de quien es violentada.

Para entender mejor como se desarrollan estas relaciones de dominio, se describen a continuación algunos conceptos básicos sobre distintas formas de violencia, sus manifestaciones, factores de vulnerabilidad y algunas estrategias que puede favorecer el reconocimiento y prevención de los riesgos que estas conllevan.

a) La socialización de género y su función en el sostenimiento de situaciones de violencia

La socialización de género abarca procesos que inician antes de nacer. Se establece una serie de mandatos para hombres y mujeres que deben cumplir para poder adaptarse a la vida en sociedad. Autorías como Vielma (2003), Meza y Mata (2003) Arroyo y Jiménez (2018) coinciden en apuntar que instituciones como la familia, instancias educativas, religiosas, medios de comunicación, entre otros, juegan un papel fundamental en el establecimiento de esas normas, las cuales responden a expectativas sociales respecto a la emotividad, los afectos, las cogniciones y, por su puesto, a las conductas y comportamientos que justifican la desigualdad en razón del género. Esto convierte a la socialización en uno de los principales medios de reproducción de la violencia y la discriminación de género.

Para Vielma (2003), la socialización de género comprende la forma en que se construye la identidad a partir de la influencia de factores socioculturales y de representaciones sociales sobre lo que se concibe como masculinidad y feminidad, así como en “las cosmovisiones sobre la vida, la familia, las relaciones humanas y la estructuración de las identidades genéricas” (Vielma, 2003, p.56).



Por su parte, Meza y Mata (2003) detallan cómo, por ejemplo, a las mujeres se les entrena para desarrollar conductas de sumisión, a través del reforzamiento de expectativas, como esperar que la mujer sea dependiente, sumisa, emotiva, recatada, con poca estimulación para desarrollar su capacidad cognitiva y se instaura como punto de realización la crianza de hijos e hijas y el cuidado de otras personas. Mientras que en el caso de los hombres se espera que estos sean fuertes, racionales, no emotivos, exitosos, proveedores, independiente, e incluso agresivos.

Por lo tanto, como afirman Arroyo y Jiménez (2018), la masculinidad y feminidad “se construyen en intrincados procesos psicosociales y no por razones naturales o biológicas como se tiende a justificar” (p. 45).

b) El concepto de violencia y los diferentes modos en que esta se desarrolla en la vida social

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021), se entiende por violencia al “uso intencional de la fuerza física, amenazas contra uno mismo, otra persona, un grupo o una comunidad que tiene como consecuencia o es muy probable que tenga como consecuencia un traumatismo, daños psicológicos, problemas de desarrollo o la muerte” (párr.1).

Asimismo, Careita y Barbeiro (2005) agregan que la violencia puede ser una actitud o comportamiento, e incluso puede ser su omisión, lo cual resulta en una afectación a la integridad física, psíquica, moral o en la limitación de los derechos humanos y, por tanto, en su desarrollo y libertad de elegir. Esta puede ser ejercida por una persona, un grupo o incluso a nivel estructural.

De esta forma, Arroyo y Jiménez (2018) exponen que la **violencia estructural** es aquella que se encuentra impregnada en todo el tejido social y sus manifestaciones se desarrollan en todos los espacios de producción del saber humano, entre estos mencionan: “la medicina, la política, la filosofía, la antropología, el derecho, los derechos humanos, etc. y en toda la cotidianidad de las relaciones humanas y de estas con su entorno social, natural, en todas estas se evidencia un sesgo sexista” (p.45) que viene a impactar directamente la vida de las mujeres.

Por su parte, la **violencia social** remite a un conjunto de acciones y procesos sociales, que según Campos (2014) se encuentran interrelacionados y provocan efectos nocivos y teniendo como base la pobreza, la desigualdad y la exclusión social. El Instituto Nacional de las Mujeres (INAMU, 2010) agrega que en esta forma de violencia pueden incluirse los homicidios, suicidios, accidentes de tránsito, secuestros, asaltos, delitos sexuales, entre otros.

El INAMU (2010) afirma que dentro de esta forma de violencia se puede mencionar a otras violencias específicas, como son la violencia de género y la violencia contra las mujeres. Si bien estas tienden a confundirse, es importante hacer la diferenciación en su concepto y su funcionamiento.



Es así como se entiende por **violencia de género** a acciones o incluso la omisión de actos que causen “muerte, daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico a una persona, por su género, tanto en el ámbito público como en el privado. Se incluyen todas las violaciones a los derechos de las personas debido al género” (INAMU, 2010, p. 53). Mientras, la **violencia contra las mujeres** se define en la Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer –Belem do Pará- como “cualquier acción o conducta, basada en su género, que cause muerte, daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico a la mujer, tanto en el ámbito público como en el privado” (Artículo 1).

La diferencia radica en que en el caso de la primera pueden sufrirla tanto hombres como mujeres por no cumplir con el rol esperado socialmente, como por ejemplo: hombres que no ejercen una masculinidad dominante aun cuando son heterosexuales, mujeres y hombres con una identidad de género o con deseo sexual no heterosexual, personas trabajadoras sexuales, transgéneros, transexuales, entre otros (Núñez y Wong, 2014; ONU MUJERES, 2021a). Mientras que la violencia contra las mujeres es una violencia específica, direccional, asimétrica, en donde el mayor factor de riesgo es precisamente ser mujer (CEFEMINA, 2010), dentro de lo cual se menciona la violencia doméstica, la violación, prostitución forzada, hostigamiento sexual, femicidio, entre otros (Belem do Pará, 1994). Es importante mencionar que si bien la violencia de género la pueden sufrir tanto hombres como mujeres, es claro que existe una mayor direccionalidad hacia estas de manera desproporcionada (ONU MUJERES, 2021a).

Finalmente, otra forma de violencia es justamente la **intrafamiliar o doméstica**, entendida como las acciones llevadas a cabo por “alguna o algún integrante de la familia o por una persona cercana a esta, con más poder, con quien existe un vínculo afectivo o parentesco, que afecta de manera negativa su integridad física, sexual, psicológica o patrimonial” (Giusti, Delvó, García y Fernández, 2014, p. 15).

La Ley contra la Violencia Doméstica (No. 7586) es aún más específica y la define como la:

Acción u omisión, directa o indirecta, ejercida contra un pariente por consanguinidad, afinidad o adopción hasta el tercer grado inclusive, por vínculo jurídico o de hecho o por una relación de guarda, tutela o curatela y que produzca como consecuencia, el menoscabo de su integridad física, sexual, psicológica o patrimonial (Artículo 2, inciso a).

c) Violencia intrafamiliar, sus manifestaciones y sus mitos

Como se mencionó previamente la violencia intrafamiliar o violencia doméstica incluye todas aquellas acciones dentro de una relación de consanguinidad, adopción o afinidad que tienen como resultado la afectación de la persona que recibe el acto violento. Esta forma de violencia se desarrolla dentro de un espectro al cual se le llama **contínuum de la violencia** que explica como la violencia a la que están expuestas las mujeres se expresa en multiplicidad de formas que ocurren a lo largo de su ciclo de vida, en distintos grados, frecuencias y escenarios, ocasionando diversas consecuencias en el desarrollo personal de quienes la sufren (INAMU, 2019).



Específicamente, en el caso de la violencia intrafamiliar, la cual ocurre por lo general entre personas cercanas, puede presentarse mediante diferentes tipos como la violencia física, psicológica, sexual, patrimonial y la negligencia.

- ⇒ **Violencia física:** es la acción que provoca un daño físico que pueden concluir con la muerte de la persona que la sufre. La violencia física puede manifestarse a través de golpes, patadas, quemaduras, jalones de pelo, mordiscos, empujones, entre otros (Giusti, 2011; ONU MUJERES, 2021a).
- ⇒ **Violencia psicológica:** son aquellas conductas o acciones que provoquen daño emocional, afectación en el desarrollo personal y la autodeterminación. Se manifiesta a través de la humillación, denigración, aislamiento, control, intimidación, manipulación, amenazas, entre otros. Incluye también las amenazas a terceros como el hacer daño a hijos e hijas, mascotas, bienes, entre otros (Ley No. 7586 contra la Violencia Doméstica; ONU MUJERES, 2021a).
- ⇒ **Violencia sexual:** Este tipo de violencia puede manifestarse a través del abuso sexual, la violación, exposición a pornografía en contra de la voluntad de la víctima, negarse a utilizar protección durante las relaciones sexuales, entre otros (Mena, 2018). Para la Ley contra la Violencia Doméstica, se entiende por violencia sexual la:

Acción que obliga a una persona a mantener contacto sexualizado, físico o verbal, o a participar en otras interacciones sexuales mediante el uso de fuerza, intimidación, coerción, chantaje, soborno, manipulación, amenaza o cualquier otro mecanismo que anule o limite la voluntad personal. Igualmente, se considera violencia sexual el hecho de que la persona que ejerce la violencia obligue a la persona maltratada a realizar algunos de estos actos con terceras personas (Artículo 2, inciso d)

- ⇒ **Violencia patrimonial:** La Ley contra la Violencia Doméstica entiende por violencia patrimonial a toda:

Acción u omisión que implica daño, pérdida, transformación, sustracción, destrucción, retención o distracción de objetos, instrumentos de trabajo, documentos personales, bienes, valores, derechos o recursos económicos destinados a satisfacer las necesidades de las niñas, niños, adolescentes, mujeres, personas adultas mayores o con algún tipo de discapacidad (Artículo 2, inciso e).

- ⇒ **Negligencia:** Acciones u omisiones de actos que provocan el descuido, el abandono y la desatención de las necesidades básicas de las personas que no pueden suplir estas necesidades por sí mismas, como alimentación, protección, educación, vestimenta, acceso a servicios médicos, supervisión, entre otros, aun cuando las personas a cargo tengan los medios para hacerlo. Entre esta población se encuentran las personas adultas mayores, personas con discapacidad, niños, niñas y adolescentes (INAMU, 2010; Giusti, 2011).

La violencia intrafamiliar junto con otras formas de violencia hacia las mujeres se sostiene en lo que Bourdieu (1998, citado por INAMU, 2019) nombró **violencia simbólica**. Se establece así una categoría teórica que explica cómo muchas de las manifestaciones violentas son tan sutiles que pueden pasar desapercibidas, incluso estas acciones a pesar de sus efectos dañinos, tienden a ser naturalizadas y logran imponer creencias, mitos y formas de pensar difíciles de ser cuestionadas y transformadas, favoreciendo que se permanezca dentro de relaciones violentas (INAMU, 2019).

Claramunt (1999) menciona que estos mitos tienden a dificultar la intervención en casos de maltrato, como por ejemplo: creer que la violencia se da por problemas de comunicación; considerar que la mujer lo provoca debido a su comportamiento y, por tanto, debe ser educada y corregida; sugerir que si ella es paciente y amorosa el agresor va a cambiar; alegar que el alcohol o las drogas son la causa del maltrato; pensar que si se da la separación, ella será la responsable de dejar a sus hijos sin padre, entre muchos otros. Lo cierto de todo esto es que la violencia es responsabilidad de quien la ejecuta, nunca de la víctima; por lo que nada justifica el maltrato, por el contrario, sus efectos son tan nocivos que ha sido considerada un problema de salud pública y una grave violación a los derechos humanos de las mujeres (INAMU, 2019).

Otra de las razones que dificultan que una mujer abandone una relación atravesada por la violencia es el hecho de que esta no es lineal ni tampoco espontánea; por el contrario, se desarrolla en una dinámica cíclica que se convierte en una trampa que refuerza la dependencia hacia la relación dañina. Leonor Walker desde 1979 expuso un ciclo de violencia compuesto por tres fases a las que llamó acumulación de tensión, episodio de agresión y luna de miel (Cuervo y Martínez, 2013). Este ciclo se ha modificado a lo largo del tiempo por diferentes autorías (CEFEMINA, 1993; INAMU, 2010; Rodríguez, 2020) quienes agregan una fase más a la que han denominado distanciamiento.

De esta forma, el ciclo de violencia de quien agrede se inicia por la **acumulación de tensión**, provocando en la mujer sentimientos de angustia, temor, desilusión y ansiedad, hasta que llega la segunda fase y ocurre el **incidente agudo** que va desde los golpes, empujones, amenazas, uso de armas, violaciones, entre otros. Esto ocasiona en la mujer dolor, miedo, soledad, impotencia y da paso a la tercera fase, la de **distanciamiento** en la que ella se aleja del agresor, busca ayuda, toma decisiones, esto acompañado de vergüenza, culpa y confusión. Al ver este distanciamiento, es muy común que haya una renegociación y se prometa un cambio para salvar la relación, dando inicio con la cuarta fase conocida como **tregua amorosa**, en donde por lo general la mujer cede en sus derechos y recursos como dejar de estudiar, alejarse de amistades o familiares, mientras él promete un cambio que no llega, ante esto ella siente culpa, ilusión, miedo, y de esta forma el ciclo vuelve a empezar (INAMU, 2010; Rodríguez, 2020).

Esta tregua amorosa es lo que genera esperanza en la víctima, ya que aunque sea momentáneamente puede darse un cambio en el agresor y con este la ilusión de intentar



nuevamente reconstruir la relación. El problema es que este ciclo cada vez se vuelve más violento, acortando e incluso eliminando algunas de las fases, teniendo en muchas ocasiones como resultado final, el femicidio.

Se entiende por **femicidio** al asesinato de una mujer por el hecho de serlo, donde en la mayoría de los casos su muerte es provocada por la pareja o expareja y llega a ser el final de una cadena de acontecimientos violentos mediados por relaciones de poder opresivas (ONU MUJERES, 2021 a). Por esto, es de vital importancia el contar con acompañamiento al llegar a la fase de distanciamiento, donde puede aumentar el riesgo de violencia o en el peor de los casos concretarse el femicidio.

De esta forma, analizar esta realidad desde la perspectiva de género permite identificar cómo las violencias no afectan por igual a todas las mujeres, sino que factores como la edad, la clase social, la etnia/raza, las discapacidades, el lenguaje, la nacionalidad, la religión, entre otros, se convierten en factores que pueden colocar a las mujeres en mayor vulnerabilidad y mediar en la posibilidad de sufrir, mantenerse o salir de las relaciones violentas (Muñoz, 2011).

d) Otras formas de violencia que afectan a las mujeres y a otras poblaciones en condición de vulnerabilidad

Como se explicó anteriormente, las mujeres se encuentran insertas en un continuum de violencia, término utilizado por primera vez por Liz Kelly en 1988 para explicar que las distintas manifestaciones de violencia hacia las mujeres no son situaciones inconexas, sino que se alimentan y se fortalecen unas a otras, muchas de estas terminando en la muerte de la mujer (Guajardo y Cenitagoya, 2017).

Si bien estas situaciones afectan también a los hombres, hay una clara direccionalidad hacia mujeres, niñas y adolescentes (ONU MUJERES, 2021a; INAMU 2019). Entre estas puede mencionarse la trata de personas, la explotación sexual comercial, acoso sexual callejero, el *bullying*, la violencia digital, entre otras.

➔ **La trata de personas:** Según la Ley No. 9545 de trata de personas, esta consiste en:

Acción en la que mediante el uso de las tecnologías o cualquier otro medio, recurriendo a la amenaza, al uso de la fuerza u otras formas de coacción, al rapto, al fraude, al engaño, al abuso de poder, a una situación de vulnerabilidad, o a la concesión o recepción de pagos o beneficios para obtener el consentimiento de una persona que tenga autoridad sobre otra, promueva, facilite, favorezca o ejecute, la captación, el traslado, el transporte, el alojamiento, el ocultamiento, la retención, la entrega o la recepción de una o más personas dentro o fuera del país, para someterlas a trabajos o servicios forzados y otras formas de explotación laboral, la servidumbre, la esclavitud o las prácticas análogas a la esclavitud, el matrimonio servil o forzado, la adopción irregular, la mendicidad forzada, el embarazo forzado y el aborto forzado y la ejecución de cualquier forma de explotación sexual (Art. 5).

De lo anterior, el INAMU (2015) retoma tres elementos importantes por identificar: a) *La acción*: desarrollada a través de la captación, el transporte y traslado; b) *Los medios*: ya sea a



través de la amenaza, uso de la fuerza o engaño, y; c) *Los fines*: explotación sexual, trabajos forzados, esclavitud, extracción de órganos, servidumbre, etc.

Rodríguez y Ramos (2018) mencionan que “la trata de personas se caracteriza por el abuso de la condición de vulnerabilidad de las personas víctimas, su condición de desarraigo, la limitación total o parcial de su libertad y la limitación a su autodeterminación” (p. 22). Asimismo, distintas fuentes señalan que al menos el 80% de las víctimas de trata son mujeres, siendo la explotación sexual el fin mayormente reportado (DNI, 2010; INAMU, 2015; Rodríguez y Ramos, 2018).

Si bien es importante mencionar que factores como la pobreza, la migración irregular y el género son factores de vulnerabilidad que favorecen la trata de personas, es un hecho que toda persona puede ser víctima de este delito. La trata no necesariamente implica el cruce de fronteras, puede suceder en la misma región. Aun cuando en muchos casos suceda el traslado transfronterizo, esta puede hacerse de forma regular, contar con alto nivel de escolaridad y medios económicos y aún así constituir un delito por trata de personas (DNI, 2010).

Finalmente, Jagger (2008, citada por INAMU, 2015) menciona como consecuencias para las víctimas a partir de la trata de personas, las siguientes:

- ↗ Lesiones y enfermedades derivadas del abuso físico y sexual y otros padecimientos relacionados por las largas jornadas de trabajo, mala alimentación e higiene, hacinamiento, falta de sueño y poco o nula atención de la salud.
- ↗ Problemas en la salud mental de las víctimas ocasionado por el abuso psicológico persistente.
- ↗ Ausencia de relaciones interpersonales y sociales no solo ocasionado por el aislamiento, sino también reforzado por la provocación de enfrentamientos entre las mismas víctimas para eliminar cualquier muestra de solidaridad entre estas.
- ↗ Abuso económico, creación de deudas imposibles de saldar y extracción de documentos de identidad para mantener el cautiverio.

↗ **Explotación sexual comercial:** Esta ocurre cuando “una o varias personas, con la promesa de una remuneración económica o de cualquier otro tipo de retribución (pago en especie) o inclusive bajo amenazas, involucran o utilizan una persona menor de 18 años de edad en actividades sexuales comerciales” (OIT, 2008. p.4).

Dentro de sus manifestaciones, se encuentra el pago por mantener relaciones sexuales, la producción de material pornográfico, la participación en espectáculos sexuales ya sean públicos o privados (CEFEMINA, 2010). Asimismo, como factores de vulnerabilidad, se menciona la pobreza, falta de oportunidades educativas y expulsión del sistema escolar, el trabajo infantil, la discriminación social, estancia prolongada en la calle, problemas familiares como drogas, alcohol y violencia, negligencia familiar y social, entre otros (OIT, 2008).



Como parte de las consecuencias que tiene esta forma de violencia en aquellas personas que la sufren, sobresale la afectación a derechos básicos como el derecho a la salud, la educación, a vivir libre de violencia, a vivir en familia, al acceso a la justicia y, en muchos casos, el derecho a la vida. Estos pueden verse amenazados por daños físicos, embarazos no deseados, infecciones de transmisión sexual, y daños psicológicos (OIT, 2008).

➔ **Acoso sexual callejero:** De acuerdo con la ley 9877 contra el acoso sexual callejero, esta forma de violencia se define como:

toda conducta o conductas con connotación sexual y con carácter unidireccional, sin que medie el consentimiento ni la aceptación de la persona o las personas a la que está dirigida, con potencial de causar molestia, malestar, intimidación, humillación, inseguridad, miedo y ofensa, que proviene generalmente de una persona desconocida para quien la recibe y que tiene lugar en espacios públicos o de acceso público (Art. 1).

Solís (2018) menciona que si bien esta forma de violencia es larga data, tiende a interpretarse como una nueva forma de abuso, ya que ha sido sumamente naturalizada como una práctica cultural e interpretada como poco dañina, aun cuando en la realidad los efectos negativos pueden ser alarmantes. Esta atenta contra los derechos humanos de las víctimas, principalmente mujeres, su integridad física, sexual y psicológica, así como el libre tránsito.

➔ **Bullying:** Esta forma de violencia hace referencia a conductas agresivas que suceden dentro del ámbito escolar, muchas veces sutiles y silenciosas, pero no por esto poco perjudiciales, caracterizado por un proceso repetido de acoso físico, verbal y psicológico; puede ser ejercido por una o varias personas (Mena, 2014).

Si bien en esta problemática no se han encontrado diferencias porcentuales por sexo, sí se ha identificado que las estrategias para llevarlo a cabo difieren en hombres y mujeres. La violencia física se presenta en mayor medida en el caso de los hombres y a la violencia emocional, en el caso de las mujeres, con lo cual se responde así también a la socialización de género (Mena, 2014; Aguilar, Cordero, Núñez, Pereira y Segura, 2015)

Dentro de las consecuencias principales sobresale la afectación emocional como pesadillas, fobia escolar, consumo de sustancias, aislamiento, sensación de rechazo social, dificultades para mantener relaciones sociales, depresión, ideación suicida, bajo rendimiento académico, malestares físicos como dolores de cabeza o estómago, náuseas, entre otros (Mena, 2014).

➔ **Violencia digital:** Las tecnologías de la información y la comunicación (TICs) han facilitado la expresión de nuevas formas de violencia con mayor énfasis en mujeres y niñas, lo cual tiene consecuencias lamentables. Según el Observatorio de Violencia de Género en Medios de Comunicación (OVIGEM, 2021), la violencia digital es aquella que se realiza a través de medios digitales, como mensajería, redes sociales, correos electrónicos, y que causa daños a la dignidad, seguridad e integridad de las personas. Dentro de sus manifestaciones se destaca el acoso, la extorsión, suplantación, robo de identidad, amenazas y el abuso sexual, donde media la tecnología (ONU MUJERES, 2021b).

Dentro del contexto actual en el que las TICs se han convertido en una herramienta fundamental para trabajar, estudiar, incluso para espacios de ocio, estas nuevas estrategias de control se han profundizado, dentro de las cuales se encuentra el **ciberacoso o cyberbullying**. De acuerdo con Hinduja y Patchin (2011, citados por Aguilar, 2015), este se entiende como “un daño repetido e intencional, ocasionado a través de computadoras, teléfonos celulares u otros aparatos electrónicos” (p.53). Dentro de sus manifestaciones puede presentarse, por ejemplo, la difusión de fotografías vergonzosas, difundir mentiras, enviar mensajes ofensivos o amenazas, hacerse pasar por otra persona y establecer información falsa, entre otros (UNICEF, 2021).

El ciberacoso y el *bullying* normalmente se desarrollan juntos; no obstante, los efectos del ciberacoso pueden ser aún más perjudiciales, ya que dificulta la detención de la acción violenta, así como de sus efectos. Asimismo, puede ser más cruel al debilitar la culpa de la persona ofensora por el distanciamiento que la tecnología ofrece (Aguilar, 2015; UNICEF, 2021).

Otra forma de violencia digital es la conocida como **sexteo o sexting**, la cual consiste en el envío de información por medios digitales con contenido sexual explícito. Es más común que suceda entre jóvenes y adolescentes bajo la creencia de que se está compartiendo información con personas de confianza; no obstante, en internet esta información termina por filtrarse, con efectos nocivos en las víctimas (INDOTEL, 2014).

Asimismo, el **grooming** es otra estrategia para violentar por medio de la tecnología. En este, personas adultas se ganan la confianza de las personas menores de edad y se hacen pasar por alguien de su edad, para luego chantajearles, intimidarles o amenazarles (PANIAMOR, 2021).

Otra de las formas en que se desarrolla estas nuevas estrategias de la violencia contra las mujeres es través del **doxing**, el cual:

alude a la publicación de información privada, como datos de contacto en Internet con intención dolosa, normalmente insinuando que la víctima está ofreciendo servicios sexuales; consiste en investigar y divulgar información de carácter personal sobre una persona sin su consentimiento, a veces con la intención de exponer a una mujer al mundo “real” con fines de acoso y/u otros fines (Asamblea General de las Naciones Unidas, p.10).

Finalmente, muy de la mano con las necesidades virtuales que requiere el contexto actual a nivel mundial, se establece otra categoría bajo el nombre **zoombombing**. Remite a la intrusión durante conferencias, videollamadas o reuniones virtuales para introducir imágenes con contenido sexual explícito o tintes raciales (ONU MUJERES, 2021b).

ONU MUJERES (2021b) llama la atención sobre los efectos que la violencia digital tiene en las mujeres y las niñas, y asegura que con esto se limita el alcance de la igualdad de género pues se les excluye de la posibilidad de ejercer derechos esenciales como el derecho a libre expresión, a la información y a la no discriminación. Asimismo, influye en la construcción de identidades y afecta la sensación de inseguridad, el aislamiento y la angustia, lo cual repercute sobre los campos psicológico, social y de salud sexual y reproductiva.



e) La comunicación y la escucha activa como factores de protección ante los riesgos cotidianos

En este apartado, queremos enfatizar sobre la comunicación como factor de protección. Por ningún motivo la causa de la violencia es la falta de comunicación. Este es uno de los principales mitos de la violencia intrafamiliar anteriormente explicado. Nuestra postura remite a la importancia de establecer comunicación asertiva y mostrar escucha activa para poder buscar o brindar ayuda en caso de identificar señales de peligro, remite a la importancia de reconocer aquello que nos hace sentir incomodidad, en poder identificar personas de confianza para comunicar nuestro malestar y pedir ayuda, así como prestar atención activamente, si alguien de nuestro círculo cercano nos solicita apoyo.

De esta forma, hablar de comunicación se vuelve fundamental cuando hacemos referencia a las relaciones sociales, entendiendo estas como aquellos eventos en donde las personas desarrollan habilidades dirigidas al establecimiento positivo de relaciones interpersonales (Araujo, 2006, citado en Camargo y Macias, 2013). Garro, Mora, Rojas y Ruiz (2006) mencionan que el proceso de comunicación es el proceso de recibir, procesar y transmitir información, mediado por tres elementos: el elemento emisor, el elemento receptor y el mensaje que queremos comunicar. Agregan que, al recibir el mensaje, es de vital importancia que este sea “escuchado correctamente, y determinar los sentimientos, pensamientos, y la intencionalidad (p.10).

Para hablar de comunicación se hace referencia a tres tipos principales por medio de los cuales podemos comunicarnos. No obstante, dependiendo del tipo que se lleve a cabo, los resultados pueden diferir unos de otros.

Así, se entiende la **comunicación asertiva** como la capacidad de transmitir información expresando los sentimientos, las emociones y los pensamientos, con respeto por la forma de sentir de la otra persona, así como la propia. Esta forma de comunicación promueve las relaciones interpersonales positivas, ya que permite la expresión de sentimientos y la identificación de necesidades mutuas, así como la reflexión y difusión de conocimientos (Barboza y Ramírez, 2007; Orrego y Arango, 2007; Gutiérrez y Patiño, 2016). La persona asertiva habla de manera fluida, mantiene contacto visual directo, pero sin ser desafiante, muestra una escucha activa, establece una postura corporal relajada, expresa sus necesidades y da espacio para conocer las de la otra persona (Rivera, 2016)

Por su parte, la **comunicación pasiva** se caracteriza por estar mediada por el temor o la vergüenza a molestar o recibir rechazo y se colocan las necesidades de las demás personas sobre las propias, lo cual genera para sí sentimientos de inferioridad y culpa (Naranjo, 2008; Rivera, 2016). Es común que este tipo de comunicación esté acompañado de muletillas al hablar, tono de voz baja, se evite el contacto visual, entre otros (Rivera, 2016).

En cuanto a la **comunicación agresiva**, esta se da a partir de la imposición de los requerimientos propios sobre los demás y el irrespeto a los derechos ajenos al mostrar poco a nulo interés por

las condiciones de las otras personas (Naranjo, 2008; Rivera, 2016). Es común que se presente a través de un tono de voz elevada, interrumpa constantemente e imponga su postura, con invasión al espacio personal, con la mirada en forma retadora, insultos y amenazas (Rivera, 2016).

De esta forma, contar con estrategias para la comunicación asertiva es fundamental para establecer relaciones interpersonales positivas y se convierte en un factor de protección, con el fin de prevenir e identificar los riesgos que conllevan las distintas formas de violencia a las que la población adolescente puede estar expuesta. Pues, como menciona Flores (2002, citada por Rivera, 2016), la comunicación asertiva permite: “la habilidad de decir <<no>>, la habilidad para pedir favores y hacer demandas, para expresar sentimientos positivos y negativos, continuar y terminar conversaciones generales” (p.47).

Como se indicó previamente, es común que como parte del proceso de socialización se fomente con mayor fuerza la comunicación pasiva, en particular en las mujeres, y se espera de ellas una conducta sumisa, el silencio y la obediencia, con lo cual se evitaría incomodar a otras personas (Meza y Mata, 2003; Arroyo y Jiménez, 2018). No obstante, son también las mujeres quienes se encuentran mayormente expuestas a los distintos tipos de violencia, como la trata, la violencia digital, intrafamiliar, acoso callejero, entre otros (ONU MUJERES, 2021a; INAMU 2019).

Como mencionan Aguilarte, Calcurián y Ramírez (2008), “Las personas asertivas tienen la capacidad de reconocer e identificar sus necesidades y hacérselas saber a otras personas con firmeza y claridad” (p. 118). De ahí la importancia de fomentar las conductas asertivas para poder identificar los riesgos, poner un alto y si en sus posibilidades está, buscar ayuda con personas de confianza.

Es importante recordar que las mujeres y personas en general que sufren violencia no siempre logran buscar ayuda con facilidad. Sienten temor a que no se les crea, sienten culpa, confusión, vergüenza, impotencia, miedo a que el riesgo aumente y a perder la confianza de las personas cercanas (OIT, 2008; INAMU, 2010; Mena, 2014; Mesa, 2014). Por esto, una escucha activa hacia estas situaciones puede marcar la diferencia tanto para prevenir como para apoyar como docentes, padres, madres, personal de salud, personas adultas en general y como amigos o amigas a que una persona que está siendo violentada pueda salir de la situación de riesgo.

De manera que se entiende por escucha activa no solamente a prestar atención a lo que la otra persona nos quiere decir, sino también implica demostrarle que está siendo escuchada. Es “la capacidad de captar, atender e interpretar los mensajes verbales y otras expresiones como el lenguaje corporal y el tono de la voz. Representa deducir, comprender y dar sentido a lo que se oye” (Hernández-Calderón y Lesmes-Silva, 2018, p.85).

Hernández-Calderón y Lesmes-Silva (2018) advierten que mostrar una escucha activa favorece para detectar problemas a tiempo, fortalece las relaciones interpersonales, permite descubrir necesidades e inquietudes de las otras personas, ganar confianza y establecer lazos de amistad. Es un factor de gran ayuda en la respuesta a situaciones que sugieren vulnerabilidad y riesgo.



Dentro de las estrategias para aplicar la escucha activa, Hernández-Calderón y Lesmes-Silva (2018) recomiendan:

- ⇒ Dejar de hablar. No podrá escuchar si usted está hablando.
- ⇒ Conseguir que la otra persona se sienta en confianza y en libertad de expresarse.
- ⇒ Demostrar que quiere escuchar, preste atención a su lenguaje corporal.
- ⇒ Domine sus emociones.
- ⇒ Evite criticar o juzgar.
- ⇒ No descuide el lenguaje no verbal de la otra persona, preste atención.
- ⇒ Pregunte e infórmese.

Las estrategias de prevención de la violencia parten desde lo más inmediato como el apoyo que pueda encontrarse en el círculo más cercano a quien la sufre, hasta lo más estructural, con medidas específicas y efectivas desde las instituciones sociales, el Estado y la cultura que pueden ir desde capacitaciones a todo su personal, la creación de políticas, entre muchas otras.

La violencia en cualquiera de sus modalidades es un asunto que compete a la colectividad. No puede verse como un hecho privado que afecta solo a quien es víctima, sino que todas las personas tenemos un papel fundamental en la identificación, prevención y eliminación de esta problemática.

De esta forma, si se desarrolla la comunicación de manera asertiva –incluyendo dentro de esta una escucha activa– se convierte en un diálogo en que todas las personas pueden expresar su punto de vista, lo cual permite identificar las necesidades mutuas y buscar respuestas a estas necesidades, que favorecen, a su vez, el crecimiento e interés común.



Unidad 3.

Las sexualidades. Construyendo herramientas desde el conocimiento, el respeto y el cuidado mutuo

Objetivo de la unidad:

Reflexionar colectivamente acerca de la vivencia de la sexualidad para la promoción de estrategias de aprendizaje y afectividad basadas en el conocimiento, respeto y cuidado mutuo.



Objetivo de la sesión:
Identificar las formas cómo se expresan las desigualdades de género en nuestras sociedades, para la identificación de las consecuencias que conllevan para las personas en su vida cotidiana.



Actividad 1. Rompehielo "Un saludo diferente"

Objetivo de la actividad:

Crear un espacio seguro que favorezca la participación grupal por medio de un ejercicio de reconocimiento del espacio personal y colectivo.



Tiempo proyectado:

- 20 minutos



Materiales:

- Un salón amplio que permita movilizarse

Descripción de la actividad:

Se invita al grupo a caminar por el espacio sin orden alguno; primero, muy despacio y luego, de forma más rápida. La persona facilitadora solicitará que se saluden dándose la mano y sigan caminando, luego se les indica que se saluden con una mirada, con un sonido, tocándose el codo, tocándose la rodilla, haciendo un gesto de felicidad, un gesto de enojo, un gesto de temor, etc. Quien facilita irá indicando de forma entremezclada que caminen rápido o despacio para dinamizar la actividad.

Al terminar, quien modera pregunta ¿cómo se sintieron?, ¿cuáles formas de saludo les hicieron sentirse mejor y cuáles no? ¿Qué cambiarían? Y se introduce la importancia de hacer saber a otros qué nos gusta y qué no nos gusta.



Actividad 2.

Todas las personas somos diferentes pero iguales en derechos

Objetivo de la actividad:

Reflexionar acerca de los conceptos de diversidad sexual, sororidad, solidaridad y cuidado mutuo para la construcción de relaciones responsables y respetuosas.



Tiempo proyectado:

- 40 minutos



Materiales:

- Lapicero
- Post-it
- Casos recreados (Anexo 1)

Descripción de la actividad:

Se abre la actividad consultando ¿qué recuerdan sobre el concepto de discriminación?. Se solicita enumerar formas en que las personas pueden ser discriminadas, asimismo, se pregunta si han escuchado ¿en qué consiste el concepto de sororidad? ¿En qué se diferencia la sororidad del concepto de solidaridad?

De forma puntual se explican ambos conceptos.

Posteriormente, se divide al grupo en diferentes subgrupos y a cada uno se le facilitará una historia recreada (Anexo 1) que deberán leer. Posteriormente, se discuten las preguntas que acompañan la historia.



Cuando hayan terminado, se abre la plenaria solicitando que cada grupo resuma su caso y comente las conclusiones a las que llegaron. Asimismo, es importante que entre las exposiciones de los subgrupos quien esté a cargo de facilitar, abra un espacio para compartir si han vivenciado -en forma personal o en alguien cercano (a)- situaciones similares de discriminación a las comentadas previamente.

Del mismo modo, es importante que quien facilita retome conceptos de relevancia para la discusión ejemplificados en las distintas situaciones, como por ejemplo bullying, orientación sexual, prácticas sexuales, identidades sexuales, ciberacoso, entre otros, así como reflexionar sobre los derechos que se están limitando cuando una persona está siendo discriminada y la importancia de la sororidad y de ser solidarios(as) ante estas situaciones.



Anotaciones



Actividad 3.

¿Para el amor hay edad?

Objetivo de la actividad:

Identificar las implicaciones y los riesgos de las relaciones impropias en la vida de las personas adolescentes.



Tiempo proyectado:

- 60 minutos



Materiales:

- Material informativo (Anexo 2)
- Hojas blancas
- Lapiceros
- Estructura que simule un televisor o materiales que permitan hacer el montaje de forma más cercana a la realidad

Descripción de la actividad:

Se divide a las personas en cuatro subgrupos y se les entrega la información que explica en qué consisten las relaciones impropias y los aspectos básicos de la ley 9406 de relaciones impropias (Anexo 2), con el fin de que les ayude en la preparación de un programa de televisión.

Al grupo uno se le pide revisar el material y preparar argumentos que apoyen la idea de que los y las adolescentes puedan establecer relaciones afectivas, sexuales y de convivencia con personas adultas.



Al grupo dos se le pide revisar el material y preparar argumentos en contra.

Al tercer grupo se le solicita que prepare tres anuncios que promuevan la prevención de relaciones impropias enfatizando en sus riesgos (ejemplo: violencia, embarazo adolescente, abandono del sistema escolar).

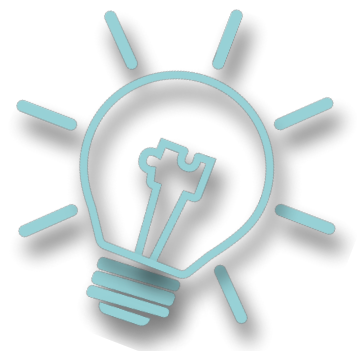
Al cuarto grupo se les invita a preparar varias entrevistas con diferentes personas por ejemplo un padre de familia, representante religioso, un adolescente, una docente (la idea es que son las personas adolescentes que actúan como tales).

Quien facilita es la presentadora del programa, el cual consiste en que se dé el debate, los comerciales y las entrevistas.

Al finalizar, la persona mediadora abre la reflexión para escuchar opiniones y comentarios, retomando la discusión acerca de si en una relación impropia podemos hablar de amor, incluyendo tanto a las personas con orientación del deseo sexual heterosexual como homosexual. Posteriormente se expone los principales riesgos de las relaciones impropias y los aportes de la Ley 9406.

Otros materiales de apoyo: También podría discutirse sobre el tema de las Relaciones Impropias por medio de un videoforo, para esto se recomienda la revisión del siguiente video: Fundación Paniamor. (2018). En tus manos: Di no a las relaciones impropias [video]. YouTube <https://youtu.be/KH1Xp1W2iGA>

Para reforzar contenido se sugiere el siguiente texto: Fondo de Población de las Naciones Unidas. (2017). *Relaciones Impropias. Cuando la edad si importa*. UNFPA. <https://www.mep.go.cr/sites/default/files/ID27-relaciones-impropias-cuando-edad-si-importa.pdf>



**Actividad 4.****Identificando los riesgos, me protejo****Objetivo de la actividad:**

Desarrollar propuestas colectivas de cuidado mutuo e individual que promuevan el derecho a tener una vida saludable y segura.

**Tiempo proyectado:**

- 30 minutos

**Materiales:**

- Papelógrafos
- Marcadores

Descripción de la actividad:

A lo largo del espacio se van a colocar cuatro carteles con las consignas: *“Lo que nos ayuda a vivir mejor a las mujeres”, “Lo que nos ayuda a vivir mejor a los hombres”, “Lo que nos pone en riesgo a las mujeres”, y “Lo que nos pone en riesgo a los hombres”*. Esto es con base en todo lo trabajado hasta el momento a lo largo de las sesiones, incluidas las relaciones de pareja, las relaciones sociales, mi sexualidad, etc.

Posteriormente, se les pide a las personas participantes que pasen aleatoriamente y escriban sus ideas en cada uno de los carteles. Es importante explicar previamente, que aquello que nos ayuda a vivir mejor son nuestros derechos, y por tanto es lo contrario a aquello que nos pone en riesgo.

Seguidamente, la persona mediadora hace una lectura de los principales riesgos y lo que necesitamos para vivir mejor y se indaga sobre si quisieran agregar algo más. Finalmente, se retomará la discusión enfatizando la responsabilidad que tenemos todas las personas tanto para exigir el respeto de los derechos para sí, como para respetar el derecho de las otras personas.





Actividad 5. Cierre y refrigerio

Objetivo de la actividad:

Visualizar los principales aprendizajes, opiniones y sentires del colectivo participante a través de la síntesis de los resultados centrales de la sesión.



Tiempo proyectado:

- 30 minutos



Materiales:

- Refrigerio

Descripción de la actividad:

Se invita a tres personas voluntarias a resumir en sus propias palabras cuales fueron los principales aprendizajes de la sesión, posteriormente se pregunta si alguien más quiere agregar algo a lo mencionado. Finalmente, se les invita a participar de un refrigerio compartido.

Nota: De acuerdo con las características de la población, se recomienda valorar el dividir el contenido de la Sesión 5 en dos sesiones, para abordar con mayor amplitud la temática de relaciones impropias.



**Anexo 1.****Casos recreados**

Historias basadas en la propuesta: Instituto Nacional de las Mujeres (2014). *Educación y Diversidad Sexual. Guía Didáctica*. INMUJERES, ANEP, Uruguay.

Situación 1. Alexa

Alexa tiene 16 años y está enamorada de Daniela, una chica de la misma edad. Son novias desde hace 3 meses y las mejores amigas de ambas saben de su relación. Para el resto son amigas y nada más. Alexa tiene poco de vivir en la zona y le ha costado mucho encajar, al principio nadie le hablaba por ser negra, al parecer no hay muchas personas negras por acá. Ahora tiene amigas y una relación con Daniela. El lunes salieron juntas del cole y deciden quedarse un rato en el parque cercano a la casa de ambas. Daniela andaba unas galletas que son las preferidas de Alexa y empezaron a compartirlas, la estaban pasando bien, hablaban de sus familias, del cole, se reían y abrazaban y hasta se besaron un par de veces. Todo parecía perfecto y el amor les daba esa cosquillita de “querer quedarse ahí todo el día” simplemente estando una junto a la otra.

Sin embargo, un compañero de clase pasó por ahí en bicicleta y las vio besarse. No dijo nada, nadie lo vio.

Una hora más tarde, cada una se dirigió hacia su casa, Daniela tenía que ir a recoger a su hermano menor a la escuela, por lo que llegó a su casa y salió de una vez. Alexa dejó sus cosas en su cuarto y encendió la compu, abrió el Facebook y quedó pálida. Una foto de ella tirada en el parque besando a Daniela, aparecían ambas etiquetadas y con 23 comentarios....

Eliminó la etiqueta enseguida y empezó a temblar. El chico que pasó en la bici les tomó una foto y la publicó en su perfil, ella no podía eliminar la foto, sintiendo que le faltaba el aire empezó a leer los comentarios:

Comentario de Thiago: ¡ja, ja, ja, ja! Mirá a Alexa, una negra lesbiana, ¡ja, ja, ja!

Comentario de Ronald: Se le notaba lo tortillera.



Comentario de Raquel: Qué asco, tras de negra.

Comentario de Jesús: Con esa cara no se la come nadie más, ¡ja, ja, ja!

Comentario de Thiago: Póngale nombre a la foto: "Tortis de colores en el parque" ja, ja, ja.

Comentario de Ronald: Le falta estar con uno de nosotros así se les quita lo lesbianas.

Comentario de Thiago: Sí, sí, que pruebe con nosotros lo que es bueno.

Comentario de Ronal: Bueno, aunque yo me apunto a hacer un trío, ja, ja, ja... un trío exótico, ¡ja, ja!

Alexa no pudo seguir leyendo y empezó a llorar. Durante todo el día no salió del cuarto, los mensajes seguían llegando... Le mandó un mensaje a Daniela pero no le contestó, le mando otro y otro, y nada.

Al día siguiente Alexa no quiso ir al cole, dijo que se sentía mal, pero al otro día su mamá la obligó a ir. En su casa nadie sabe qué le pasa y ella no quiere hablar.

Cuando llega al cole, Daniela hace como que no la ve, está con sus amigas. Cuando Alexa se acerca, todos empiezan a silbar y a gritar "cométela", "ahí van las tortis". Daniela responde: "no ven que estábamos jodiendo para que ustedes cayeran, idiotas".

Daniela se da vuelta y se va, no quiere juntarse más con Alexa. Le da vergüenza estar cerca y ahora se ríe con otros de la situación. Incluso ya le arreglaron un aprete para el viernes con Paul. Aunque extraña a Alexa, el miedo a lo que puede pasar supera lo que siente su corazón.

Alexa va sola a clases, nadie le habla, solo escucha risas y ve sus caras burlándose, pero no dice nada. "Tiene ganas de no existir, de no estar, de que nadie la vuelva a ver nunca más".

1. ¿Cómo te sentirías si estuvieras en la situación de Alexa?
2. ¿Qué harías si estuvieras en la situación de Daniela?
3. ¿Qué harías si estuvieras en la situación del chico que las vio?
4. ¿Qué harías si fueras la madre de Daniela y te enteras de lo que pasó?
5. ¿Qué harías si fueras uno(a) de los (las) amigos (as) de Facebook?

Situación 2. Jorge

Jorge siempre ha sido el gracioso del grupo, siempre lo han tratado del gordito vacilón. Antes lo hacían a un lado por su peso, pero desde que comenta con sus amigos las películas porno que ven en internet lo incluyen un poco más. Incluso lo han invitado a que juegue al fútbol y le va bien siendo el portero, la verdad es que el fútbol le gusta bastante.

De noche siempre se encierra en su cuarto y se mete a internet, allí ve películas y fotos, pero no son de mujeres, son de hombres. Intentó ver películas de mujeres, pero le aburren, no siente lo mismo. Siente temor de que alguien se entere, porque incluso él se ha burlado de compañeros del cole, gritándoles “maricas”, “playitos” y otras ofensas por ser “amanerados”, pasar mucho tiempo con mujeres, o porque dudan de su orientación sexual. Siente culpa de lo que pasa y de lo que mira en la compu. Se siente triste y solo, pero le ha costado tanto ser aceptado, ya fue suficiente con lo que ha sufrido por su apariencia física como para hablar con alguien sobre esto.

Hace un mes por internet conoció a un chico y han estado chateando, ya se conocen por fotos y la cámara del chat, pero no se animan a encontrarse todavía. Parece ser una buena persona. Es el primer chico gay que conoce y también le gusta el fútbol, aunque siempre discuten, porque a uno le gusta Saprissa y al otro La Liga.

Ayer después del partido, vinieron dos amigos de Jorge y mientras Jorge llevaba algunas cosas para comer, Edgar y Donald encendieron la compu de Jorge y el chat se activó automáticamente, entraron y leyeron los mensajes que Jorge había intercambiado con su amigo.

Cuando Jorge llegó y vio lo que pasaba se quedó helado. Edgar agarró sus cosas y le gritó: “Espérese a que todos sepan la basura que es usted, gordo pervertido” y ambos se fueron dejándolo solo. Jorge está tan asustado que no puede ni pensar. Está temblando, no puede ni hablar.

Al día siguiente, Jorge no se presentó a clases, pero es claro que algo pasa. Ya todos saben, Edgar y Donald le dijeron a todos. Claudia en voz alta le dijo a la profe: “Profe, vio que Jorge es playo”, a lo que la profe le contestó: “dejé de inventar”. Sin embargo, la profesora sabe de qué están hablando, incluso escuchó decir que “lo iban a agarrar a patadas en el próximo partido”. La profesora, sin embargo, no dice nada, no hace nada, son cosas de muchachos. Ella tiene mucho trabajo como para andar cuidándoles a todos.

1. ¿Cómo te sentirías si estuvieras en la situación de Jorge?
2. ¿Qué harías si estuvieras en la situación de Jorge?
3. ¿Qué harías si estuvieras en la situación de Edgar y Donald?
4. ¿Qué harías si fueras el padre de Jorge y te enteras de lo que pasa?
5. ¿Qué harías si estuvieras en la posición de la profesora?



Situación 3. Sonia

Sonia desde que estaba pequeña supo que era diferente. Cómo no saberlo, si por una enfermedad cuando era apenas una bebé perdió la movilidad de su brazo izquierdo. La escuela había sido durísima, recuerda que un profesor solo le llamaba como “el impedido”, lo odiaba tanto. Pero el sentirse diferente iba más allá. Siempre se sintió niña y luego mujer. Le agarraba las cosas a su hermana mayor y a su mamá. La castigaron muchas veces, pero ella era feliz viéndose con tacones, maquillada y sus vestidos.

Cuando era pequeña la obligaron a entrar en una escuelita de fútbol “para que se hiciera hombre”, pero Sonia no sabía jugar. Se sentía humillada, siempre decía que seguro por su discapacidad era que jugaba tan mal, pero en realidad lo odiaba.

Poco a poco, y después de muchas lágrimas por no conocer del tema, su familia fue entendiendo que Sonia (hasta entonces aún le decían Joel) había nacido con el cuerpo de un varón, pero que ella se sentía niña desde siempre. Les costaba mucho la idea de que ella fuera diferente del resto, ya habían luchado mucho porque la aceptaran con su discapacidad como para ahora enfrentar este nuevo reto, pero por el amor que le tenían la fueron aceptando como Sonia.

Sin embargo, sabían que la cosa no iba a ser tan fácil en la sociedad. Por eso, la prepararon desde niña para que tuviera las herramientas básicas para sobrevivir. Su mamá le decía “lo único que puedo es darte el estudio para que usted se defienda siempre”.

Así llegó Sonia al colegio, tenía profes que la apoyaban y profes que no. Algunos de sus compañeros y compañeras la veían como “un bicho raro”, otras personas abiertamente se burlaban y unas más preferían andar de lejos.

Pero afortunadamente, Kattia y Sabrina decidieron acercarse y conocerla, se fijaron en lo buena persona que es Sonia, lo dispuesta que estaba siempre a ayudar, lo estudiosa que era. Kattia le decía a Sabrina que eso de serrucharse el piso entre mujeres no está bien. Sonia no era una competencia y ellas podrían ayudar a que Sonia se sintiera aceptada, además, le caía super bien su personalidad. Sabrina coincidió, un poco con temor de como actuarían las otras personas, pero las tres juntas iban a salir adelante.

Ahora Sonia está en la universidad, trabaja medio tiempo para ayudarse con los estudios, pero aún cuando no se ven tan seguido, Kattia, Sabrina y Sonia siguen apoyándose cuando alguna pasa por algo difícil. Sabrina está ahora embarazada y le ha pedido a Sonia que sea la madrina de su bebé, Sonia está encantada.

1. ¿Cómo te sentirías si estuvieras en la posición de Sonia?
2. ¿Cómo hubiera sido tu vida? ¿Dónde estarías? Si fueras Sonia.
3. ¿Qué harías si estuvieras en la situación de la familia, maestras (os), compañeras (os) de Sonia?
4. ¿Cómo reaccionarías cuando ves en la calle a una persona trans?
5. ¿Qué piensas de la actitud que tomó Sabrina y Kattia con respecto a Sonia?
6. ¿Cómo te sentirías si tu profesora fuera una mujer trans como Sonia?



Anexo 2.
Material informativo

Se tomará como base el material divulgativo desarrollado por la Fundación PANIAMOR que se puede descargar en el siguiente enlace: Fundación Paniamor. (8 de febrero, 2022). Relaciones Impropias. <https://bit.ly/3Lj7TMK>



Anotaciones



Objetivo de la sesión:

Reflexionar sobre el derecho a la salud sexual y reproductiva de hombres y mujeres adolescentes, para la promoción de estrategias para su atención y cuidado

**Actividad 1.****Rompehielo "voy/venga"****Objetivo de la actividad:**

Reconocer la importancia del consentimiento en las interacciones sociales, por medio del respeto de los espacios personales.

**Tiempo proyectado:**

- 15 minutos

**Materiales:**

- Ninguno

Descripción de la actividad:

Se forma un círculo con todas las personas asistentes; posteriormente, quien facilita explica que una persona a la vez deberá cambiar de espacio con uno de sus compañeros o compañeras, pero para hacer el cambio primero debe pedir permiso mirándole a los ojos y diciendo en voz alta "voy". La persona a quien se le pide el permiso debe autorizar el cambio diciendo en voz alta "venga", pero al mismo tiempo debe pedir permiso a otra de las personas participantes diciendo "voy" y así sucesivamente.

La persona facilitadora debe explicar que nadie puede moverse de su lugar sin tener la autorización de ir de su compañera (o) y que por ninguna razón debe haber dos personas en un mismo espacio, el recorrido debe hacerse lo más rápido posible. Debe buscarse que la mayoría de las personas participen y quien facilita puede agregar modificaciones, como pedir permiso sin hablar, con la mirada o con un gesto, hacerlo más despacio y luego más rápido, y cuando alguien le pida permiso con la palabra "voy", responder "no", esto obligará a que la persona a la que se le niegue el permiso busque otro espacio rápidamente.

Posteriormente, quien facilita promoverá la reflexión sobre la importancia de respetar los espacios personales, cómo nos sentimos cuando nos dicen que no o cuando decimos que no, así como la importancia del consentimiento cuando queremos acercarnos a alguien.

Sesión 6.

Reflexiono sobre la salud sexual y reproductiva de mujeres y hombres adolescentes



Actividad 2.

Reconociendo nuestros cuerpos y promoviendo el autocuidado

Objetivo de la actividad:

Dialogar sobre los cambios corporales, emocionales y psicológicos durante la adolescencia, a partir del conocimiento y el cuidado propio.



Tiempo proyectado:

- 40 minutos



Materiales:

- Guía de trabajo (Anexo 1)
- Papelógrafos
- Marcadores
- Revistas y periódicos para recortar
- Goma
- Tijeras
- Papel seda de colores

Descripción de la actividad:

Las personas participantes se dividen en cuatro subgrupos. Se les explica que el objetivo de la actividad es que reflexionemos sobre los cambios físicos, emocionales y psicológicos que se dan durante la adolescencia, para lo cual cada subgrupo va a hacer una representación gráfica de un cuerpo de mujer y uno de hombre, al identificar los cambios que han experimentado como adolescentes.

Además, se les solicita que comenten en el subgrupo sobre las siguientes preguntas: ¿cómo me he sentido con esos cambios físicos, emocionales, psicológicos?, ¿cuál información recibí sobre esos cambios y quién me la suministró o donde la he obtenido?, ¿qué me gusta de esos cambios que conlleva ser adolescente?, ¿qué me da miedo de dichos cambios? Se les solicita que incluyan en sus dibujos, dichas emociones y sentimientos que han comentado.

Una vez que todos los grupos han terminado, se abre un espacio de plenaria para compartir sus creaciones y quien facilita promueve que se retome y amplíe la reflexión a partir de las experiencias de las personas adolescentes. Se sugieren las siguientes preguntas generadoras: Si esas representaciones gráficas de cuerpos de mujeres y hombres pudieran hablar, ¿qué le dirían a la sociedad o a ustedes como adolescentes? ¿Qué les llamó la atención al hacer este ejercicio? ¿Cómo se sintieron? ¿Qué les gustó y no les gustó de esta experiencia? Se cierra la actividad agradeciendo la participación de todas las personas.





Actividad 3.

Conociendo nuestros derechos sexuales y reproductivos para promoverlos y defenderlos

Objetivo de la actividad:

Reflexionar sobre los derechos sexuales y reproductivos de mujeres y hombres, a partir de la situación actual del entorno de las personas adolescentes.



Tiempo proyectado:

- 50 minutos



Materiales:

- Video: "Camila y Sebastián" (Secretaría Distrital de Salud y Fondo de Población de las Naciones Unidas, 2010) (Anexo 2)
- Reproductor de video
- Guía de trabajo (Anexo 3)
- Hojas blancas
- Lapiceros
- Papelógrafos
- Marcadores
- Cinta adhesiva

Descripción de la actividad:

Se observa el video "Camila y Sebastián" (2010). El grupo se divide en cuatro subgrupos y a cada uno se le entrega la Guía de trabajo y los otros materiales requeridos. Se les indica que el objetivo de esta actividad es que reflexionemos sobre el concepto de derechos sexuales y derechos reproductivos de las personas adolescentes, por lo que comentarán en un primer momento la historia planteada en el video y en qué medida se respetó dichos derechos.

Luego, se les invita a comentar cómo es la situación de ser adolescente en su comunidad, cuáles problemáticas enfrentan para que se cumplan sus derechos sexuales y reproductivos, cuáles son sus necesidades y cuáles aspectos positivos ya existen. Se les solicita que sinteticen en un papelógrafo los principales aportes realizados y posteriormente se abre un espacio de plenaria para escuchar cada una de las exposiciones. La persona facilitadora amplía la reflexión, retomando algunos elementos conceptuales que se requieran.

Sesión 6.

Reflexiono sobre la salud sexual y reproductiva de mujeres y hombres adolescentes



Actividad 4.

Promoviendo los derechos sexuales y reproductivos desde la adolescencia

Objetivo de la actividad:

Generar propuestas para la promoción de los derechos sexuales y reproductivos desde los espacios educativos y comunales, a partir de los aportes de las personas adolescentes.



Tiempo proyectado:

- 40 minutos



Materiales:

- Matriz de actividades para promover los derechos sexuales y reproductivos de la población adolescente (Anexo 4)
- Papelógrafos
- Marcadores
- Hojas blancas
- Lapiceros

Descripción de la actividad:

Las personas participantes se dividen en cuatro subgrupos. Se explica que el objetivo de la actividad es que diseñen en conjunto una o más actividades para divulgar información sobre los derechos sexuales y reproductivos de la población adolescente y promover su respeto en las escuelas, colegios o bien en sus comunidades.

Para lo anterior deben definir tres actividades que les gustaría realizar, cuáles recursos requieren para realizarlas (materiales, infraestructura, entre otros), a quiénes estarían dirigidas dichas actividades, cuánto tiempo requieren y qué resultados esperan tener con dichas actividades. Cada subgrupo sintetiza su propuesta en un papelógrafo y la comparte con el resto del grupo.

La persona facilitadora promueve que el grupo comente y aporte a las propuestas presentadas y las realimenta.





Actividad 5. Evaluación final del proceso

Objetivo de la actividad:

Identificar el alcance del proceso de formación en cuanto aprendizajes logrados, por medio de la valoración de las personas adolescentes



Tiempo proyectado:

- 10 minutos



Materiales:

- Instrumento de Evaluación general del taller (Anexo 5)

Descripción de la actividad:

Se le entrega a cada participante una copia del instrumento de evaluación, para que lo llene en forma individual. La facilitadora recoge los instrumentos llenos y agradece al grupo su colaboración.



Anotaciones

Sesión 6.

Reflexiono sobre la salud sexual y reproductiva de mujeres y hombres adolescentes



Actividad 6. Cierre y refrigerio

Objetivo de la actividad:

Comentar los aprendizajes del proceso de formación, a partir de las reflexiones de las personas participantes



Tiempo proyectado:

- 30 minutos



Materiales:

- Papeles pequeños
- Lapiceros
- Canasta
- Chocolates
- Buzón
- Refrigerio

Descripción de la actividad:

Quien facilita explica al grupo que todas las personas van a responder en papeles pequeños “¿Qué dejó atrás a partir del taller?”. Ejemplos: inseguridad, temor, vergüenza, estereotipos, otros. Frente al salón se colocará un buzón sellado y una canasta con chocolates. Cuando todas las personas estén listas, se les solicita que piensen en lo que se llevan, ejemplos: aprendizaje, amor propio, confianza. Cuando hayan terminado, una por una va a pasar al frente y va a decir en voz alta “Yo dejo _____ a partir de este proceso *-colocando el papel en el buzón-* y me llevó _____ *-tomando un chocolate de la canasta-*”. Quien facilita hace un cierre retomando las frases mencionadas.





Anexo 1. Guía de trabajo 1

- ⇒ En subgrupos, creamos en conjunto una figura de un cuerpo de mujer y otro de hombre, donde representamos los principales cambios físicos, emocionales y psicológicos que hemos experimentado durante la adolescencia.

- ⇒ Luego comentamos sobre las siguientes preguntas:
 - ⇒ ¿Cómo me he sentido con esos cambios físicos, emocionales y psicológicos?
 - ⇒ ¿Cuál información recibí sobre esos cambios y quién me la suministró o dónde la he obtenido?
 - ⇒ ¿Qué me gusta de esos cambios que conlleva ser adolescente?
 - ⇒ ¿Qué me da miedo de dichos cambios?

- ⇒ Podemos incluir en las figuras que hicimos, esas emociones y sentimientos que hemos comentado, para luego compartirlas con el resto del grupo.



Anexo 2.
Video "Camila y Sebastián"

Secretaría Distrital de Salud y Fondo de Población de las Naciones Unidas. (2010). **Camila y Sebastián** [video]. Youtube. https://youtu.be/V_hBwqyCxBw



Anotaciones





Anexo 3. Guía de trabajo 2

- Luego de ver el video “Camila y Sebastián”, comentamos en subgrupo la historia planteada en dicho corto. Reflexionamos sobre en qué medida y de qué formas se respetaron los derechos sexuales y reproductivos de los personajes.
- Luego comentamos sobre nuestra comunidad lo siguiente:
 - ¿Cómo es la situación de las y los adolescentes de mi comunidad en lo que se refiere a sus derechos sexuales y reproductivos?
 - ¿Cuáles problemáticas enfrentan para que se cumplan sus derechos sexuales y reproductivos?
 - ¿Cuáles son sus necesidades en este tema?
 - ¿Cuáles aspectos positivos ya existen o se están dando, en lo referido a los derechos sexuales y reproductivos de la población adolescente?
- En un papelógrafo indicamos los principales aportes realizados sobre el video y sobre nuestra comunidad, para luego compartirlos con el resto del grupo.



Anexo 4.

Matriz de derechos sexuales y reproductivos

Matriz de actividades para promover los derechos sexuales y reproductivos de la población adolescente					
Actividades por realizar	Población meta	Recursos necesarios	Tiempo requerido	Responsables	Resultados esperados
1)					
2)					
3)					





Anexo 5.

Instrumento de evaluación general del taller

Evaluación general del taller

Este cuestionario tiene como objetivo conocer su opinión sobre el taller desarrollado. Sus respuestas son anónimas, lo que quiere decir que no se registra su nombre o cualquier otra información que pueda identificarle.

1) ¿Participé en todas las sesiones del taller?
 Sí No

2) Los temas desarrollados en el taller fueron útiles e importantes para mí.
 Muy de acuerdo
 De acuerdo
 En desacuerdo
 Muy en desacuerdo

3) Señale tres temas vistos en el taller que le parecieron importantes.

4) Las actividades que se realizaron en cada sesión fueron interesantes o divertidas.
 Muy de acuerdo
 De acuerdo
 En desacuerdo
 Muy en desacuerdo

5) Mencione tres actividades o técnicas que se hicieron en el taller y que le hayan gustado.

6) Los temas fueron explicados en forma clara por las personas encargadas del taller.
 Muy de acuerdo
 De acuerdo
 En desacuerdo
 Muy en desacuerdo

7) En caso de que considere que hubo algún tema que hizo falta tratar en el taller, favor indicarlo.

8) Si tiene algún comentario adicional, puede indicarlo a continuación.



Material de profundización teórica para las personas mediadoras

Se invita a las personas facilitadoras a profundizar en los contenidos teóricos que se describen a continuación, los cuales son necesarios para obtener una mayor comprensión de la temática. Asimismo, estos conceptos les permitirán reforzar sus conocimientos, previo a la aplicación de las actividades pedagógicas.

Introducción

La Ley de la Persona Joven (No. 8261) propone entender a la juventud en su heterogeneidad y a la vez como un grupo etario con su propia especificidad, considerando a esta población como protagonistas sociales, culturales, políticos y económicos de importancia fundamental en el desarrollo del país (Art. 3). Asimismo, enfatiza en la urgencia de promover en esta población derechos particulares, entre estos, el derecho a un desarrollo humano de manera integral, a la salud, recreación, a su participación en espacios de toma de decisiones y a convivir en un ambiente sano, entre otros (Art. 4).

De esta forma, a continuación se desarrollan algunos conceptos generales para el abordaje de la convivencia consciente, responsable e informada de las relaciones sociales de las personas adolescentes, entre estos, se detallará la importancia de contar con habilidades para la vida, el autocuidado y cuidado mutuo, la solidaridad, la sororidad, la sexualidad, incluyendo la importancia de reconocer los cambios físicos, emocionales y psicológicos que experimentan en esta etapa, sus derechos sexuales y reproductivos, así como algunos riesgos que pueden enfrentar, como por ejemplo el establecimiento de relaciones impropias, su identificación y prevención, entre otros.

a) Habilidades para la vida: una estrategia para el fortalecimiento de relaciones sociales enfocadas en el autocuidado y el cuidado mutuo

El concepto de habilidades para la vida es introducido por la Organización Mundial de la Salud (OMS) en 1993 como un recurso que busca la transformación de diferentes espacios sociales como la educación formal y no formal, la promoción de la salud y la prevención de enfermedades, la formación ética, la educación sexual, entre otros (Martínez, 2014).

De esta forma, cuando se habla de habilidades para la vida se hace referencia a la aplicación de un conjunto de herramientas que permiten que la persona sea responsable de sus acciones,



cuidando de sí y, a la vez, relacionándose con las demás personas de manera asertiva (Torrez, 2017). Por su parte, Martínez (2014) agrega que incluye competencias y destrezas psicosociales e interpersonales que le permiten a la persona lidiar eficazmente con los retos de la cotidianidad. Dentro de estas habilidades se señalan (Martínez, 2014; Torrez, 2017):

- ⇒ **Autoconocimiento:** Conocerse mejor, reconocer gustos, disgustos, fortalezas, debilidades y como nos relacionamos consigo mismos (as), con otras personas y con el entorno.
- ⇒ **Empatía:** permite imaginar cómo es la vida de la otra persona, facilitando el entendimiento de otras formas de ser y estar en el mundo, respondiendo de manera más solidaria y respetuosa.
- ⇒ **Comunicación asertiva:** Poder expresar en forma clara, lo que se piensa, se siente o se necesita, así como la inclusión de una escucha activa.
- ⇒ **Toma de decisiones:** permite manejar en forma responsable las decisiones personales, evaluando distintas alternativas y tomando en consideración las necesidades, criterios y consecuencias, tanto a nivel propio como para las otras personas.
- ⇒ **Pensamiento creativo:** “Es la habilidad para tomar decisiones y resolver los problemas pensando en respuestas creativas y propositivas para evitar situaciones de chantaje, hostigamiento u otras situaciones que se te puedan presentar en la vida cotidiana” (Torrez, 2017, p. 6)
- ⇒ **Pensamiento crítico:** Según Martínez (2014), incluye la habilidad para “aprender a preguntarse, investigar y no aceptar las cosas de forma crédula. Ser capaz de llegar a conclusiones propias sobre la realidad” (p. 67).
- ⇒ **Manejo de las emociones:** permite identificar y nombrar sentimientos y emociones propias y a entender a las otras personas, logrando observar cómo influyen en el comportamiento y permitiendo a su vez, el manejo de emociones como el enojo y la ira, fortaleciendo de esta forma las relaciones interpersonales.
- ⇒ **Relaciones interpersonales:** facilita el mantenimiento de relaciones cordiales, respetuosas y significativas, así como el poder terminar con aquellas relaciones perjudiciales y que impiden el crecimiento personal.
- ⇒ **Solución de problemas:** permite establecer formas de enfrentar de forma responsable los problemas de la vida, sin evitarlos o dejar que otras personas lo solucionen, buscando en todo momento opciones para el cambio positivo.
- ⇒ **Manejo del estrés y la tensión:** permite identificar de manera oportuna fuentes de estrés o malestar, así como estrategias de enfrentamiento a estas situaciones. Asimismo, incluye la habilidad para alejarse de espacios o personas que generan angustia, malestar, temor e intranquilidad.

Ante esto, el Ministerio de Educación Pública (MEP, 2017) señala la importancia de reforzar las habilidades para la vida en la población joven, ya que enriquecen y favorecen no solo la relación consigo, sino también con otras personas, el entorno social inmediato y el más amplio, estableciendo nuevas formas de pensar, vivir, relacionarse e integrarse al mundo. Lo anterior tiene que ver en forma directa con la vivencia plena de la sexualidad:

a través de la adquisición y uso de información científicamente rigurosa, la revisión crítica de las representaciones sociales acerca de la afectividad y la sexualidad, la reflexión sobre las propias actitudes y valores en torno a la afectividad y la sexualidad, el desarrollo de habilidades para la comunicación, la toma de decisiones, la reducción de riesgos, el autocuidado y el mutuo cuidado, el respeto por la diversidad y los derechos de las demás personas entre otras habilidades (MEP, 2017, p. 16).

Es así como, para la OMS (2018), la sexualidad se encuentra en constante interacción con “factores biológicos, psicológicos, sociales, económicos, políticos, culturales, éticos, legales, históricos, religiosos y espirituales” (p.3), que influyen en la vivencia personal de la misma, estableciéndose en un aspecto de suma importancia para las personas. Esta instancia afirma que la sexualidad incluye: “el sexo, las identidades y los roles de género, la orientación sexual, el erotismo, el placer, la intimidad y la reproducción. Se siente y se expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, comportamientos, prácticas, roles y relaciones” (OMS, 2018, p.3), por lo que su conceptualización incluye una amplia gama de características y condiciones que varían de persona a persona de acuerdo con su contexto.

Ante esto, Flores (2006) advierte que no se puede hablar de sexualidad, sino de sexualidades dentro de una gran **diversidad sexual**, la cual siguiendo a Careaga (2004) incluye tres dimensiones en donde se menciona: la orientación sexual, la identidad sexual y las prácticas sexuales. Es decir, la sexualidad en su pluralidad; abarcando “todas las manifestaciones que tiene el ser humano para poder evidenciar y vivir su sexualidad” (Flores, 2006, p.63).

Si bien cuando se habla de diversidad sexual, se tiende a asociar a las disidencias sexuales como la homosexualidad, el lesbianismo, la bisexualidad, las personas transgénero y otras identidades. Es importante saber que también incluye el estudio de la heterosexualidad, ya que es una de muchas formas de manifestar la sexualidad (Hernández, 2004; Flores, 2006; Parra y Oliva, 2014).

De esta forma, se entiende por **orientación del deseo sexual** a aquellos afectos y deseos amorosos o eróticos hacia otra persona, responde hacia quien o quienes van dirigidos esos deseos, ya sea que compartan el mismo sexo o sean de un sexo distinto. De acuerdo con esto, la orientación del deseo sexual se clasifica en (MOVILH, 2010):



- ⇒ **Orientación homosexual:** Es aquella donde el deseo, el amor y el erotismo está dirigido hacia una persona del mismo sexo, nombrándose gays a los hombres que sienten atracción y deseos por otro hombre, y lesbianas en el caso de las mujeres.
- ⇒ **Orientación heterosexual:** Sucede cuando existe atracción, deseo y amor hacia otra persona de sexo distinto al propio.
- ⇒ **Orientación bisexual:** El deseo erótico o amoroso puede estar dirigido tanto a personas de igual o de distinto sexo, pudiendo ser hombres o mujeres.

No obstante, Hernández (2004) advierte que incluso estas categorías deben verse de una manera fluida, ya que coexisten con diversas identidades y prácticas sexuales, atravesadas por diferencias socioculturales, así como por otras categorías como la edad, la religión, la etnia, la clase social, entre otras. De ahí la importancia de tener una mirada interseccional cuando se hace referencia a la diversidad sexual.

En cuanto a **identidad sexual**, ya desde 1968 Stoller (citado por Cabral y García, 2006) le había definido como: “la percepción sobre la permanencia del sexo biológico, que determina si una persona es macho o hembra” (p.6). Es decir, consiste en saberse o autodefinirse en una determinada adscripción sexual, incluidos los cambios que esto pueda tener a lo largo del tiempo (Careaga, 2004; Cabral y García, 2006). En algunos casos esta identidad sexual coincide con el sexo asignado al nacer, a estas personas se les conoce como cisgénero o sisexual; mientras que en otras su identidad no coincide con lo previamente asignado, denominándose transexualidad y transgenerismo. La primera es comprendida como aquello que define a las personas en las cuales su sexo asignado no coincide con el que se identifica y en la mayoría de los casos apelan a una cirugía de reasignación sexual, mientras que las personas transgénero, su identidad no coincide con el género asignado, pero no desean una reasignación de su sexo (MOVILH, 2010; Nosedá, 2012; Parra y Oliva, 2014).

Finalmente, como tercera dimensión de la diversidad sexual, se entiende por **práctica sexual** a las conductas, acciones o gestos sexuales que se llevan a cabo. Es aquello que se hace. Lo anterior está mediado por factores sociales, culturales, económicos, políticos, entre otros, y estos pueden o no coincidir con la orientación del deseo sexual (MOVILH, 2010).

En línea con lo anterior, el MEP (2017) afirma que en lo referente a la vivencia de la sexualidad esta debe partir desde la corresponsabilidad, en donde se destaca la responsabilidad en el autocuidado y el cuidado mutuo, la toma de decisiones conscientes orientadas al desarrollo pleno, pero también al bienestar de todas las personas. De esta forma se entiende por **autocuidado** a la capacidad de identificar y hacer acciones para asegurarse la protección personal físico, sexual, psicológico y espiritual, entre estas: el conocer nuestro cuerpo, nuestros genitales y su funcionamiento, asegurar hábitos de limpieza, revisar la presencia de fluidos, olores no comunes, así como lesiones o granos, realizarse el autoexamen ya sea de testículos o senos, prestar



atención a cualquier cambio en la orina (olor, color, ardor, etc), realizar un chequeo médico de inmediato si identificamos algún cambio, informarnos en espacios confiables y veraces sobre nuestra sexualidad y hablar con personas de confianza sobre nuestras dudas e inquietudes (CCSS, 2005).

De la misma forma, el **cuidado mutuo** refiere a la “responsabilidad que tenemos de proteger a nuestra pareja de cualquier riesgo para su salud física, mental, sexual y espiritual. Se expresa en los actos, los pensamientos y los sentimientos” (CCSS, 2005, p. 92). Dentro de las acciones por realizar se mencionan: respetar los deseos de la pareja, aunque no necesariamente se compartan, no presionar para que cambie de opinión, disfrutar de espacios juntos con otras personas, así como respetar los espacios personales de la pareja y los propios, identificar aquellas cosas que podrían poner en riesgo la decisión tomada y compartir actividades recreativas.

En forma específica, en el caso de que se decida establecer relaciones coitales, la CCSS (2005) recomienda: asegurarse del uso de métodos de protección, en particular el condón, buscar información idealmente en un centro médico sobre métodos anticonceptivos ideales para cada caso en particular, no mantener relaciones sexuales si previamente se ha consumido alcohol o drogas, buscar que la experiencia sexual sea positiva para ambas partes, conversar constantemente sobre lo que les gusta o no y, por supuesto, decidir en conjunto el momento en que se va a llegar a la relación sexual coital, entre otras.

Como se observa, la vivencia sana, responsable y placentera de la sexualidad requiere de un gran compromiso consigo misma (o) y con la pareja, requiere conocerse, escucharse, asumir las decisiones propias y en pareja y respetarlas, informarse y buscar apoyo con personas de confianza cuando sea necesario.

En esto, las relaciones interpersonales juegan un papel de gran trascendencia. El poder contar con personas de confianza a nuestro alrededor, el sentir apoyo en momentos de crisis, así como el compartir momentos de satisfacción y tranquilidad facilitan el desarrollo de relaciones sanas, donde establecer una comunicación asertiva, una escucha activa, así como expresiones de sororidad y solidaridad pueden funcionar como factores protectores de nuestra salud, física, sexual y emocional.

Para Lagarde (2009), **la sororidad** consiste en un pacto entre mujeres, donde no hay jerarquía, sino que se mira a las otras mujeres como iguales, se reconoce la condición humana de todas y, a su vez, se promueven relaciones positivas para el crecimiento colectivo. Implica: “la creación de vínculos, el cuidado de la relación y el acompañamiento personal y grupal entre mujeres” (Martínez, 2017, p. 69).

En sí misma, la sororidad es una transgresión al patriarcado, ya que va en contra de las relaciones de dominación y jerarquización; sin embargo, construye alianzas para el crecimiento individual y el cuidado mutuo entre mujeres.



Si bien se asemeja al concepto de **solidaridad**, el cual es expuesto por ACNUR (2021) como la capacidad de acoger una causa ajena, compartiendo sus mismos objetivos durante un tiempo determinado, dando y recibiendo apoyo, se diferencian en que la solidaridad sigue siendo un intercambio de apoyo mutuo, pero sin buscar modificar las condiciones que sostienen la desigualdad. Es decir, la sororidad va más allá, ya que busca generar un cambio a través de la construcción de un mundo en donde se reconozcan unas a otras en condiciones de igualdad (Pérez, 2008).

Por tanto, la solidaridad y la sororidad se presentan como principios que fortalecen la vivencia plena de la sexualidad, ya que sigue estando acompañada de mitos, creencias y controles. Esto muestra gran resistencia a que el tema sea totalmente abordado dentro de los espacios formales, a pesar de que, como se mencionó, es una de las dimensiones fundamentales de los seres humanos. Por lo tanto, el poder contar con personas de confianza y, a la vez, ser un apoyo para otras personas en momentos de duda o incluso en situaciones de riesgo, también es vivir la sexualidad en un sentido amplio, incluyendo la construcción de relaciones interpersonales íntimas, afectivas y protectoras desde el cuidado colectivo.

b) Relaciones impropias, sus efectos y algunas estrategias de prevención

Uno de los problemas que pueden presentarse en el abordaje de la sexualidad y en el establecimiento de las relaciones interpersonales es involucrarse en una relación donde hay un desequilibrio de poder y control. Esto justamente es lo que sucede en toda relación impropia.

Según el Instituto Nacional de las Mujeres (2021), estas relaciones refieren a vínculos entre una persona adulta, ya sea hombre o mujer con una niña, niño o adolescente, por lo que no es correcto pensar que es una relación de pareja, ya que ante la diferencia de edad, no puede hablarse de un vínculo en condiciones de igualdad.

El Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA, 2017) explica que la Ley 9406 de Relaciones Impropias, indica que este tipo de relaciones ocurren:

- ⇒ Cuando una persona menor de edad es **mayor de 13 años y menor de 15** y la persona adulta es al menos **5 años mayor**, estableciéndose una sanción de 3 a 6 años de cárcel para la persona adulta.
- ⇒ Cuando una persona menor de edad es mayor de **15 años y menor de 18** y la persona adulta es al menos **7 años mayor**, con una sanción de 2 a 3 años de cárcel para la persona adulta.
- ⇒ Estas situaciones se agravan si se comprueba que la persona ofensora **es familiar** de la niña, niño o adolescente, o era una **persona de confianza o autoridad**, para lo cual la sanción establecida es de 4 a 10 años de cárcel para la persona adulta.

Dentro de los *efectos negativos* que estos vínculos conllevan, PANIAMOR (2018) resalta que:

- ↗ Hace un quiebre en el proceso natural de exploración y socialización de la persona menor de edad.
- ↗ Daña su autoestima.
- ↗ Aislamiento (pérdida del vínculo con las amistades, incluso la familia).
- ↗ Probable abandono del estudio.
- ↗ Embarazos adolescentes de alto riesgo.
- ↗ Contagio de enfermedades de transmisión sexual.
- ↗ Control, abuso físico, emocional y dependencia económica.

Esta problemática muchas veces enfrenta una serie de barreras que impide su eliminación, lo cual mantiene el riesgo para las personas menores de edad, ya que estructuralmente muchas instituciones desconocen los alcances de la ley y no se involucran en su abordaje. Por su parte, otra limitación se presenta en la comunidad, ya que se tiende a justificar la relación como algo privado. Lo ven como adecuado o simplemente no actúan, mientras que muchas familias no identifican los riesgos, culpan a las víctimas, o ven como positivo que se mantenga la relación a partir de una justificación, generalmente económica. Finalmente, entre adolescentes se tiende a validar estos vínculos, romantizando o encubriendo su existencia (PANIAMOR, 2018).

Por estas razones, como estrategias de prevención, instituciones como PANIAMOR (2018); UNFPA (2017) y el INAMU (2021) establecen:

1. Revisar las creencias y mitos personales respecto a las relaciones sexuales entre personas adultas y niños, niñas y adolescentes.
2. Desmentir las creencias personales y ajenas, por ejemplo: creer que para el amor no hay edad, o si hay consentimiento, no existe delito, o si hay dinero de por medio, la persona menor de edad está protegida.
3. Sensibilizar sobre las consecuencias de estas relaciones.
4. Dar a conocer el contenido de la Ley 9406 y sus alcances.
5. Desarrollar programas de información y prevención con la población joven, las familias, las comunidades y las instituciones en general.
6. Promover la igualdad de género, el desarrollo de una masculinidad responsable y el empoderamiento de niñas, adolescentes y mujeres adultas.
7. Denunciar.



Es importante recordar que toda persona funcionaria pública tiene el deber de denunciar estas relaciones dañinas que, vistas desde la perspectiva género sensible, es una forma más de violencia basada en género. Para esto puede presentar la denuncia directamente en la fiscalía más cercana y por vía administrativa al Patronato Nacional de la Infancia. En caso de que la fiscalía no esté abierta, puede hacerse en las oficinas del Organismo de Investigación Judicial. Para esto debe brindar la siguiente información (UNFPA, 2017, p. 39):

- ⇒ Nombre completo de la persona menor de edad y, siempre que sea posible, de la persona adulta que mantiene la relación impropia. También el nombre completo de las personas responsables de la persona menor de edad (padre, madre o persona tutora).
- ⇒ Siempre que sea posible, datos personales de todas esas personas (dirección, dónde estudian o trabajan, etc.).
- ⇒ Explicación de los hechos concretos, que describan la relación impropia, con las fechas y lugares dónde ocurre u ocurrió.
- ⇒ Si tiene pruebas es importante aportarlas.

Es importante recordar que cuando hablamos de una relación impropia siempre estamos frente a una relación de violencia, de ahí la importancia de establecer una denuncia y de cumplir con la obligación colectiva y social de proteger a las personas menores de edad de los riesgos que puedan presentarse y afectar su integridad.

c) Derechos sexuales y derechos reproductivos. Claves para el conocimiento de nuestros cuerpos y la defensa de nuestros derechos

Como ya ha sido abordado en este texto, la sexualidad abarca una diversidad de factores bio-psico-sociales, que parten de los cuerpos y las construcciones sociales e históricas que se han hecho sobre estos y donde se establecen conductas, actividades e identidades que la cultura considera propias o adecuadas para mujeres y hombres.

Por lo tanto, la sexualidad es un aspecto clave en la forma cómo están organizadas nuestras sociedades; por ejemplo, cuando se habla de que existen trabajos propios para mujeres y otros para hombres, lo cual ya fue abordado en el texto de apoyo de la Unidad I bajo en el concepto de división sexual del trabajo.

Asimismo, desde los Estados, las familias, el sistema educativo, las religiones e inclusive desde disciplinas como la psicología y la medicina se generan discursos y políticas que limitan o amplían aspectos referidos a la vivencia de la sexualidad, a procesos referidos a la salud sexual y reproductiva de las personas, e inclusive a factores psicológicos vinculados a estos procesos.



En el campo internacional y nacional, se cuenta con normativa que refuerza la importancia de la promoción de una sexualidad integral para todas las personas, donde se garantice el acceso a información científica para la toma de decisiones y en concordancia con el respeto de los derechos humanos. No obstante, en el ámbito social, persisten discursos religiosos, políticos y culturales que abogan a que no se brinde educación para la sexualidad desde los primeros años de formación. Además, se presenta oposición a temas de garantía de derechos reproductivos y sexuales de las personas, por ejemplo: la anticoncepción, el respeto a las identidades y orientaciones sexuales que no se corresponden con la heterosexualidad y el reconocimiento de derechos civiles de estas poblaciones en temas como la adopción.

Por lo tanto, a nivel de la sociedad están presentes esos discursos y visiones sobre la sexualidad, por lo que es de gran importancia que las personas adolescentes conozcan sus derechos a la salud sexual y reproductiva, con el fin de que tomen decisiones informadas sobre sus cuerpos y proyectos de vida.

En el contexto de sociedades patriarcales, se han establecido regulaciones y normas diferenciadas en el ejercicio de la sexualidad para mujeres y hombres, las cuales se corresponden con la forma cómo están organizadas las instituciones sociales: las familias, los lugares de trabajo, las leyes, entre otras. Se reconoce, además, la importancia de analizar los significados particulares que se dan en culturas y contextos específicos a la sexualidad y a los cuerpos femeninos y masculinos.

En el caso de las mujeres se promueve culturalmente un desconocimiento de sus propios cuerpos y de los procesos fisiológicos relativos a su salud sexual y reproductiva, así como normas referidas al número de parejas sexuales y expresión de sus deseos sexuales. En contraposición, en el caso de los hombres se estimula la experimentación sexual desde edades tempranas, el conocimiento de sus cuerpos y expresión de su sexualidad. Dichas ideologías y normas forman parte de los modelos hegemónicos de feminidades y masculinidades. Si bien en la práctica se da una diversidad de experiencias en torno a la vivencia de la sexualidad, en la medida en que las personas las resignifican a partir de sus historias familiares y otras condiciones sociales de clase social, etnia, nivel educativo, entre otras.

De ahí la importancia que tanto mujeres como hombres tengan acceso a la educación para la sexualidad desde un enfoque integral y de derechos, para su ejercicio responsable e informado.

El Programa de Acción de la Conferencia Internacional sobre Población y Desarrollo (1994) en su capítulo VII definió la salud reproductiva como un derecho:

La salud reproductiva es un estado general de bienestar físico, mental y social, y no de mera ausencia de enfermedades o dolencias, en todos los aspectos relacionados con el sistema reproductivo y sus funciones y procesos. En consecuencia, la salud reproductiva entraña la capacidad de disfrutar de una vida sexual satisfactoria y sin riesgos y de procrear, y la libertad para decidir hacerlo o no hacerlo, cuándo y con qué frecuencia (citado por Tambiah, 2003, pp.43-44).



Asimismo, los derechos sexuales son entendidos de la siguiente forma:

los derechos sexuales incluyen el derecho de la persona a tener control y a decidir libremente sobre los asuntos relacionados con su sexualidad, sin sufrir coacción, discriminación ni violencia. Incluyen el derecho a la información, para poder tomar decisiones responsables sobre la sexualidad; el derecho a la dignidad, la privacidad y a la integridad física, mental y moral al realizar una elección sexual; y el derecho al más alto nivel de salud sexual. (Tambiah, 2003, p.45).

A partir de dichas definiciones, se constata que en nuestras sociedades aún falta camino por recorrer para que se garanticen los derechos reproductivos y sexuales de todas las personas, en la medida en que no se garantiza el acceso universal a la educación para la sexualidad desde un enfoque integral y de derechos humanos. Además, las expresiones de discriminación y violencia hacia las personas que tienen prácticas y orientaciones sexuales diferentes a la heterosexualidad se mantienen en diferentes ámbitos que abarcan las familias, escuelas, colegios, comunidades, medios de comunicación, entre otros.

Es importante conocer los avances normativos con que se cuenta en el país y que abarca directrices que prohíben la discriminación en instituciones públicas y privadas por motivo de identidad y orientación sexual, así como políticas específicas que tiene el Ministerio de Educación Pública, el Ministerio de Salud, las municipalidades y las universidades públicas en materia de igualdad de género y no discriminación. Dichos instrumentos legales brindan información sobre los derechos y constituyen una herramienta para demandar su cumplimiento o su denuncia en caso de omisión.



Referencias

- ACNUR. (30 de abril, 2021). *La solidaridad, el valor que nos hace humanos*. Recuperado de: <https://bit.ly/33au0UC>
- Aguilar, Marcia. (2015). Cyberbullying: delimitación del concepto y recomendaciones para el abordaje dirigidas a padres, maestros y sector salud. *Revista Cúpula*, 29(1), 51-63. <https://bit.ly/3B6aaGD>
- Aguilar, Susana; Cordero, Marcela; Núñez, Jonathan; Pereira, Rosa y Segura, Israel. (2015). *Abordaje de las situaciones de acoso escolar por profesionales en orientación en los colegios académicos diurnos del circuito 06 de la Dirección Regional San José Norte, del Ministerio de Educación Pública*. [Seminario de Graduación para optar por el grado de licenciatura]. Universidad de Costa Rica. <https://hdl.handle.net/10669/29965>
- Aguilarte, Imarvis; Calcurián, Ivi y Ramírez Yonny. (2008). *La comunicación asertiva como estrategia para mejorar las relaciones interpersonales en los docentes*. [Tesis de licenciatura] Universidad Central de Venezuela. <http://hdl.handle.net/10872/2479>
- Amorós, Ana. (2000). División sexual del trabajo. En C. Amorós (directora), *10 palabras clave sobre mujer* (pp.257-295). Editorial Verbo Divino.
- Asamblea General de las Naciones Unidas. (2018). *Informe de la Relatora Especial sobre la violencia contra la mujer, sus causas y consecuencias acerca de la violencia en línea contra las mujeres y las niñas desde la perspectiva de los derechos humanos*. <https://bit.ly/3BbuYfY>
- Arroyo, Roxana y Jiménez, Rodrigo. (2018). *Masculinidades en la cultura del Fútbol*. Fundación Justicia y Género.
- Barbosa, Fabiana y Ramírez Carolina. (2007). *La comunicación asertiva como estrategia en la resolución de conflictos grupales e individuales*. Universidad de la Sabana. Fundación Procrear Mañana, ICBF. <https://intellectum.unisabana.edu.co/bitstream/handle/10818/2037/131379.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Cabral, Blanca y García, Carmen. (2006). Masculino femenino ¿y yo? Identidad o identidades de género. *Saber ULA*. 1-14, Universidad de los Andes. <http://www.saber.ula.ve/handle/123456789/16351>
- Camargo, Gina y Macias, Elizabeth. (2013). *Comunicación asertiva entre docentes y estudiantes en la institución educativa*. UNIMINUTO. <http://hdl.handle.net/10656/2852>
- Campbell, Epsy. (2002). Desafiando poderes. Sexismo y racismo: un acercamiento desde las mujeres afrodescendientes. En E. Campbell y G. Careaga (eds.), *Poderes cuestionados: Sexismo y racismo en América Latina* (pp.15-32). Diseño Editorial.



- Campos, Armando. (2014). La violencia social como objeto integral de explicación y planificación preventiva. En M. Saénz y M. González (eds.), *La violencia en Costa Rica en los Albores del Nuevo Milenio* (pp. 61-87). Editorial Guayacán.
- Careaga, Gloria. (2004). Introducción. En G. Careaga y S.Cruz (Coords.) *Sexualidades diversas. Aproximaciones para su análisis*. Universidad Nacional Autónoma de México. <https://bit.ly/3w75eil>
- Careita, Marina y Barbeito, Cécile. (2005). *Cuadernos de educación para la paz. Introducción de conceptos: paz, violencia y conflicto*. Universidad de Barcelona. <https://bit.ly/3BIE4a5>
- Centro Feminista de Información y Acción. (1993). *Mujeres hacia el 2000. Deteniendo la violencia*. CEFEMINA.
- Centro Feminista de Información y Acción. (2010). *No olvidamos ni aceptamos. Femicidio en Centroamérica*. CEFEMINA.
- Claramunt, Cecilia. (1999). *Mujeres maltratadas: guía de trabajo para la intervención en crisis*. Organización Panamericana de la Salud
- Colectiva Respiral. (2017). *Juegos para teatro-foro-Clown*. Centro de Estudios y Publicaciones Alforja.
- Consejo Nacional de la Política Pública de la Persona Joven. (2018). *Tercera Encuesta Nacional de Juventudes. Informe de Principales Resultados*. <https://bit.ly/3w0PSf1>
- Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y erradicar la violencia contra la mujer (Belem do Pará). 28 de junio de 1995 (Costa Rica). Gaceta 123. <https://bit.ly/2ZvA1cj>
- Cuervo, Mónica y Martínez John. (2013). Descripción y caracterización del ciclo de violencia que surge en la relación de pareja. *Revista Tesis Psicológica*, 8(1), 80-88. <https://bit.ly/3oyChcg>
- Defensa de Niños y Niñas Internacional. (2010). *Mitos y Realidades sobre la Trata de personas*. DNI.
- Flores, Julia. (2006). *La diversidad sexual y los retos de la igualdad y la inclusión*. CONAPRED. <http://repositorio.dpe.gob.ec/handle/39000/672>
- Fondo de Población de las Naciones Unidas. (2017). *Relaciones Impropias. Cuando la edad si importa*. UNFPA. <https://bit.ly/3EsVhyj>
- Fundación Paniamor. (8 de febrero, 2022). *Relaciones Impropias*. <https://bit.ly/3Lj7TMK>
- Garro, Carolina; Mora, Gioconda; Rojas Lillianay Ruiz Nésmer. (2006). *Háblame de frente*. Ministerio de Educación Pública. <https://bit.ly/3spfDnS>



- Giusti, Fannella. (2011). Prevalencia y manifestaciones de la violencia intrafamiliar en la comunidad estudiantil de la Universidad Nacional de Costa Rica (UNA). *Revista Casa de la Mujer*. No. 20, 29-62.
- Giusti, Fannella; Delvó, Patricia; García, Ericka y Fernández, Daniel. (2014). *Violencia Intrafamiliar. Prevalencia y manifestaciones en el sector académico y administrativo de la UNA*. IEM-UNA.
- Guajardo, Gabriel y Cenitagoya, Verónica. (2017). *Femicidio y suicidio de mujeres por razones de género. Desafíos y aprendizajes en la Cooperación Sur-Sur en América Latina y el Caribe*. FLACSO-Chile. <https://bit.ly/3sve8Vr>
- Gutiérrez, María Fernanda y Patiño, Natalia. (2016). La importancia de la comunicación asertiva en el desarrollo de la inteligencia emocional de los adolescentes. *Revista Electrónica Sinergias Educativas*. Volumen 1 (2). <https://bit.ly/3sKd0xl>
- Hernández, Porfirio. (2004). Los estudios sobre diversidad sexual en el PUEG. En: G. Careaga, y S. Cruz (eds.), *Sexualidades diversas. Aproximaciones para su análisis*. Universidad Nacional Autónoma de México. <https://bit.ly/3w75eil>
- Hernández-Calderón Karen y Lesmes-Silva, Anggy. (2018). La escucha activa como elemento necesario para el diálogo. *Convicciones*, 9 (1), 83-87. <https://bit.ly/3jjEfp7>
- Instituto de Estudios de la Mujer de la Universidad Nacional. (2018). *Formulación de Proyecto Académico: Construyendo herramientas de aprendizaje y formación en género y derechos humanos con población joven*.
- Instituto de Estudios de la Mujer de la Universidad Nacional. (23 de noviembre de 2021). *Misión y Visión*. Recuperado de: <https://bit.ly/3srehjl>
- Instituto Dominicano de Telecomunicaciones. (2014). *Riesgos en línea: sexting o envío de contenidos eróticos por Internet*. INDOTEL. <https://bit.ly/3B7mWo2>
- Instituto Nacional de las Mujeres. (2010). *Taller de interaprendizaje: para Sentir, pensar y enfrentar la violencia intrafamiliar, de género y sexual*. INAMU.
- Instituto Nacional de las Mujeres. (2014). *Educación y diversidad sexual. Guía didáctica*. INMUJERES, ANEP.
- Instituto Nacional de las Mujeres. (2015). *Segundo Estado de los Derechos Humanos de las Mujeres en Costa Rica*. INAMU
- Instituto Nacional de las Mujeres (2018). *Política Nacional para la Igualdad Efectiva entre Mujeres y Hombres 2018-2030*. <https://bit.ly/3jjeNPa>



- Instituto Nacional de las Mujeres (2019) *Tercer Estado de los Derechos Humanos de las Mujeres en Costa Rica*. INAMU.
- Instituto Nacional de las Mujeres. (01 de mayo, 2021). INAMU satisfecho con aprobación de Ley que castiga a las relaciones de parejas impropias. <https://bit.ly/3ssjawR>
- Lagarde, Marcela. (1997). *Claves feministas para el poderío y la autonomía de las mujeres*. Editorial Puntos de Encuentro.
- Lagarde, Marcela. (1999). *Una mirada feminista en el umbral del milenio*. Instituto de Estudios de la Mujer.
- Lagarde, Marcela. (2006). Pacto entre mujeres. Sororidad. *Coordinadora Española para el Lobby Europeo de Mujeres*, 1-12 <https://bit.ly/3HP0SkA>
- Ley No. 6968 de 1984. Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer. 2 de octubre de 1984. <https://bit.ly/34sgzQr>
- Ley No. 7586 de 1996. Ley contra la violencia doméstica. 02 de mayo de 1996. Gaceta 83. <https://bit.ly/3LmBkha>
- Ley No. 9545 de 2018. Ley contra la trata de personas y creación de la Coalición Nacional contra el Tráfico Ilícito de Migrantes y la Trata de Personas (CONATT). 24 de mayo de 2018. Gaceta 91. <https://bit.ly/3Lk2V2f>
- Ley 9877 de 2020. Ley contra el acoso sexual callejero. 27 de agosto de 2020. Gaceta 215. <https://bit.ly/3gw5a4m>
- Ley 8261 de 2002. Ley general de la persona joven. 20 de mayo de 2002. Gaceta 95. <https://bit.ly/3bieMxh>
- Martínez, Silvia (2017) Procesos de empoderamiento y liderazgo de las mujeres a través de la sororidad y la creatividad. *Dossiers Feministes*, 22, 49-72. <https://repositorio.comillas.edu/xmlui/bitstream/handle/11531/34262/2442-10040-1-PB.pdf?sequence=-1&isAllowed=y>
- Martínez, Víctor. (2014). Habilidades para la Vida: una propuesta de formación humana. *Itinerario Educativo*, xxviii (63), 61-89. <https://bit.ly/3bgUggx>
- Mena, Sileny. (2014). Acoso escolar "Bullying". Una realidad en nuestras aulas. En M. Saénz y M. González (eds.). *La violencia en Costa Rica en los Albores del Nuevo Milenio* (pp. 275-296). Editorial Guayacán.



- Mena, Sileny. (2018). *Módulo metodológico: violencia intrafamiliar y derechos humanos, un acercamiento desde los espacios universitarios*. Universidad Nacional de Costa Rica.
- Mesa, Sylvia. (2014). Implicaciones de la justificación social de la violencia contra las mujeres. En M. Saénz y M. González (eds.), *La violencia en Costa Rica en los Albores del Nuevo Milenio* (pp. 203-224). Editorial Guayacán.
- Meza, Laura, y Mata, Linneth. (2003). Consideraciones sobre la socialización de género y su influencia en la dinámica del abuso sexual. *Revista Costarricense de Trabajo Social*, 12, 29-34. <https://bit.ly/35Ztp9j>
- Ministerio de Educación Pública. (2017). *Programa de Estudios de Educación para la afectividad y sexualidad integral*. MEP. <https://bit.ly/3nxdggm>
- Movimiento de Integración y Liberación Homosexual (2010) *Educando en la Diversidad. Orientación sexual e identidad de género en las aulas*. MOVILH. <https://bit.ly/3rxab33>
- Muñoz, Patricia. (2011). *Violencias Interseccionales Debates Feministas y Marcos Teóricos en el tema de Pobreza y Violencia contra las Mujeres en Latinoamérica*. Central América Women's Network (CAWN).
- Naranjo, María Luisa. (2008). Relaciones interpersonales adecuadas mediante una comunicación u conducta asertivas. *Actualidades Investigativas en Educación*. 8 (5), 1-27. <https://bit.ly/3JgjmL8>
- Noseda, Janet. (2012). Muchas formas de transexualidad: diferencias de ser mujer transexual y de ser mujer transgénero. *Revista de Psicología*, 21 (2), 7-30. <https://bit.ly/35Ox3Tc>
- Núñez, Danilo y Wong, Yudy. (2014). *Módulo sobre género, violencia basada en género y trata de personas, dirigido al personal de las ONG y las instituciones formadoras de recursos humanos de la salud*. USAID/PREVENSIDA.
- Observatorio de Violencia de Género en Medios de Comunicación (16 de abril, 2021) *Violencia Digital*. Recuperado de: <https://bit.ly/3B5rCLr>
- Orrego, Ana y Arango, Leidy. (2007). *La perspectiva de género y las competencias comunicativas*. [Trabajo de grado] Universidad Tecnológica de Pereira. <http://repositorio.utp.edu.co/dspace/bitstream/handle/11059/987/303323075.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Organización Internacional de Trabajo. (2008). *Documento de información básica sobre la explotación sexual comercial de niños, niñas y adolescentes*. <https://biblioteca.corteidh.or.cr/documento/56687>



- Organización Mundial de la Salud (27 de marzo, 2021). *Violencia*. Recuperado de: <https://www.who.int/topics/violence/es/>
- Organización Mundial de la Salud. (2018). *La salud sexual y su relación con la salud reproductiva: un enfoque operativo*. <https://bit.ly/3nD0P2z>
- ONU MUJERES. (15 de abril, 2021a). *Preguntas frecuentes. Tipos de violencias contra las mujeres y las niñas*. Recuperado de: <https://bit.ly/3vVc6Pm>
- ONU MUJERES. (2021b). *Violencia contra mujeres y niñas en el espacio digital lo que es virtual también es real*. <https://bit.ly/3Eo7CDX>
- PANIAMOR (16 de abril, 2021). *Ruta para denunciar el sexting, grooming y sextorsión*. Recuperado de: <https://www.ementores.org/recursos>
- Parra, Noemi, y Oliva, Moisés. (2014). *Sexualidades diversas. Manual para atención de la diversidad sexual en las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo*. FEAPS. <https://bit.ly/3mmYRE7>
- Pérez, Mónica. (2009). Sororidad. Hermandad entre mujeres. *Revista del Instituto Veracruzano de las Mujeres*, 1-27. <https://bit.ly/3B9gw81>
- Quirós, Edda. (2006). *Promoción de una sexualidad desde la solidaridad y el cuidado mutuo en la adolescencia*. Instituto de Estudios de la Mujer. Universidad Nacional.
- Rivera, Diego. (2016). *Desarrollo de habilidades sociales de comunicación asertiva para el fortalecimiento de la convivencia escolar*. [Tesis de maestría] Universidad Libre de Bogotá. <https://bit.ly/3B9IEJp>
- Rodríguez, Adriana y Ramos Patricia. (2018). Entre lo oculto y lo silenciado: la trata de personas en Costa Rica y sus desafíos para la investigación académica. *Revista Espiga* 17(35), 18-30. <https://doi.org/10.22458/re.v17i35.1803>
- Rodríguez, Adriana. (2020). *Violencia contra las mujeres por parte de la pareja: dinámica e impacto* [Diapositivas de PowerPoint]. Módulo sobre Psicología y Violencia Doméstica. Universidad de Costa Rica.
- Sau, Victoria. (2001). *Diccionario ideológico feminista*. Volumen II. Icaria Editorial, S.A.
- Solís, Laura (2018) Acoso sexual callejero, ¿no es para tanto o es para mucho? Percepciones sobre la violencia contra las mujeres en Costa Rica. *Segunda Nueva Época*; 28, 17-24. <https://bit.ly/336o9iX>




- Tambiah, Yasmin. (2003). Sexualidad y derechos humanos. En *Campaña por la Convención de los derechos sexuales y los derechos reproductivos*. (pp.41-59). Serias para el debate.
- Torrez, Consuelo. (2017). *Habilidades para la vida. Fortalecimiento del ejercicio de los derechos de salud sexual y reproductiva de los adolescentes*. Gobierno Autónomo de la Municipalidad de la Paz. <https://bit.ly/2ZtScz8>
- UNICEF. (16 de abril, 2021). *Ciberacoso: Qué es y cómo detenerlo. Diez cosas que los adolescentes quieren saber acerca del ciberacoso*. Recuperado de: <https://uni.cf/3Ljt2G>
- Universidad Nacional. (2016). *Plan de Mediano Plazo Institucional (2017-2021)*. <https://bit.ly/3B6mNl1>
- Vielma, Jhorima. (2003). Estilos de crianza, Estilos educativos y Socialización: ¿Fuentes de Bienestar y Psicológico? *Acción Pedagógica*, 12 (1), 44-55. Universidad de los Andes. <https://bit.ly/3GDf3bl>

Recursos audiovisuales de consulta

- Barrientos, Violeta y Hernández, Toli (2011) *Diverdiferencias*. Por una escuela para todos [video]. Youtube. <https://youtu.be/et8OH7tfWps>
- Chian Ting (2010). *El Puente de la asertividad* [video]. Youtube. https://youtu.be/rjQiE_7lFag
- Defensor del Menor en Madrid (s.f.). *Antes de colgar tu imagen en la Web... Piénsalo* [video]. Youtube. <https://youtu.be/LD70Q41bbqU>
- Fundación Paniamor (2018). *En tus manos: Di no a las relaciones impropias* [video]. Youtube. <https://youtu.be/KH1Xp1W2iGA>
- Instituto Nacional de las Mujeres (2006). *Tenemos derecho a tener derechos* [documental]. Youtube. <https://youtu.be/gzeupLj4cA0>
- Prepa en Línea (s.f.). *¿Qué es la comunicación asertiva?* [video]. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=ZgmSfdE2y-s>
- Ruiz, Carmen (s.f.). *Pepa y Pepo: La escalada cíclica de la violencia de género* [video]. Youtube <https://youtu.be/26txqL99eFM>



- 
- Secretaría Distrital de Salud y Fondo de Población de las Naciones Unidas (2010). *Camila y Sebastián* [video]. Youtube. https://youtu.be/V_hBwqyCxBw
- Universidad de Antioquía (s.f.). *El arte de saber escuchar* [video]. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=Tt2J6KLPvnU>
- Universidad Nacional (2019). *Discapacidad: Campaña contra la discriminación UNA* [video]. Youtube. https://youtu.be/F0aYl0wV_Fw
- Universidad Nacional (2019). *Por ser mujer: Campaña contra la discriminación UNA* [video]. Youtube. <https://youtu.be/Xvd7ByeKYYM>
- Universidad Nacional (2019). *Orientación del deseo sexual: Campaña contra la discriminación UNA* [video]. Youtube. <https://youtu.be/urTEZvmn4h4>
- VanWomer Dylan y Scelina Logan (2011). *Carrot Crazy* [video]. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=pkaP0Eo5fWg>





ISBN: 978-9968-576-17-8



UNA
UNIVERSIDAD
NACIONAL
COSTA RICA