



Recursos para Docentes en Tutoría

Claudia Ruiz Macedo

Hagamos un Círculo I: Herramientas teatrales para la ESI en la región Ayacucho



CONTENIDO

Claudia Ruiz Macedo

Directora teatral, actriz, guionista, docente de teatro y capacitadora en habilidades blandas con especialización en niños, niñas y adolescentes. Con más de quince años de experiencia en creación escénica y audiovisual y seis años de experiencia en pedagogía teatral. Cofundadora de la Asociación Cultural Rebobina, dedicada a la democratización de las artes escénicas. Ha contribuido al desarrollo de iniciativas estatales y de la cooperación internacional. Actualmente se desempeña como docente de teatro, artista y consultora independiente.

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO)
UNESCO Lima, Representación de la UNESCO en Perú.
Av. Javier Prado Este 2465, piso 7, San Borja, Lima, Perú
© UNESCO, 2022
Todos los derechos reservados

Hagamos un Círculo I: Herramientas teatrales para la ESI en la región Ayacucho.

Autora: Claudia Ruiz Macedo

Esta publicación ha sido elaborada en el marco del componente de bienestar del Programa de Secundaria Rural- Horizontes contando con la participación activa y auténtica de estudiantes rurales.

Primera edición: diciembre 2023

Libro electrónico disponible en:
<https://unesdoc.unesco.org/>

Las denominaciones utilizadas en esta publicación y la presentación del material que figura en ella no suponen la expresión de opinión alguna por parte de la UNESCO sobre la condición jurídica de países, territorios, ciudades o zonas, ni sobre sus autoridades, ni tampoco sobre la delimitación de sus fronteras o límites. Las ideas y opiniones expresadas en esta obra son las de los autores, no reflejan necesariamente el punto de vista de la UNESCO y no comprometen a la Organización.

UNESCO prioriza la perspectiva de género; sin embargo, para facilitar la lectura se utilizará un lenguaje neutro o se hará referencia a lo masculino o femenino según corresponda a la literatura presentada.

PRESENTACIÓN:

SOBRE LOS PRODUCTOS ARTÍSTICOS VITRINA GENERADOS POR LOS ADOLESCENTES PARTICIPANTES..... 6

SOBRE LOS MATERIALES..... 7

RECOMENDACIONES TÉCNICAS..... 8

SESIONES DE TRABAJO

BLOQUE 1: ¿DERECHOS HUMANOS?..... 10

SESIÓN 1. TEMA: LOS DERECHOS HUMANOS..... 10

SESIÓN 2. TEMA: RESPETANDO LA DIGNIDAD DE TODA PERSONA..... 17

SESIÓN 3. TEMA: NUESTRO PRIMER EPISODIO- ¿CONOCEN LOS DERECHOS HUMANOS?.....24

BLOQUE 2: DECONSTRUYENDO EL MACHISMO QUE NOS RODEA.....26

SESIÓN 4. TEMA: CUESTIONANDO ESTEREOTIPOS DE GÉNERO.....26

SESIÓN 5. TEMA: HABLEMOS DE VIOLENCIA.....35

SESIÓN 6. TEMA: NUESTRO SEGUNDO EPISODIO SOBRE EL EJERCICIO DE LA DECONSTRUCCIÓN.....43

BLOQUE 3: HACIA UNA SEXUALIDAD RESPONSABLE.....46

SESIÓN 7. TEMA: ¿DE QUÉ HABLAMOS CUANDO HABLAMOS DEL CONSENTIMIENTO?.....46

SESIÓN 8. TEMA: NUESTRO TERCER EPISODIO SOBRE LO QUE DESCUBRIMOS SOBRE CONSENTIMIENTO .. 56

SESIÓN 9 TEMA: RELACIONES AFECTIVAS SALUDABLES ¿QUÉ INGREDIENTES NO DEBEN FALTAR Y CÓMO ME ENTERO CUANDO NO ESTOY EN UNA?.....57

SESIÓN 10. TEMA: NUESTRO QUINTO PROGRAMA SOBRE LO QUE DEBES SABER SOBRE RELACIONES AFECTIVAS SALUDABLES.....64

SESIÓN 11. TEMA: ¿RESPONSABILIDAD AFECTIVA?.....65

SESIÓN 12. TEMA: NUESTRO SEXTO PROGRAMA SOBRE LO QUE TODAS Y TODOS DEBEN SABER SOBRE RESPONSABILIDAD AFECTIVA.....71

BIBLIOGRAFÍA



PRESENTACIÓN

Para Evelyn, Nicole, Geraldine, Griver, Efraín, Paolo, Liz Selina, Elver, Paolo y las y los adolescentes de Cangallo. Por el sueño de un futuro brillante.

El presente cuaderno de trabajo de catorce sesiones busca ser, en sí mismo, un programa especialmente diseñado para abordar las inquietudes y problemas observados en el monitoreo realizado de la mano de las y los adolescentes de la provincia de Cangallo. Estas hojas de ruta comprenden una serie de juegos, dinámicas y explicaciones de conceptos de utilidad, así como la relación que guardan para la elaboración de productos vitrina artístico/comunicacionales.

Muchos de estos juegos son ampliamente conocidos por facilitadores lúdicos, otros constituyen adaptaciones de herramientas existentes, y otras son dinámicas creadas para servir a específicos propósitos pedagógicos.

El contenido propuesto para cada sesión responde a una necesidad observada en el trabajo realizado en las instituciones educativas beneficiarias, tales como el caso del *bullying* o los temas de consentimiento y relaciones afectivas saludables. Este material está dirigido a maestras y maestros de secundaria rural, que buscan

desarrollar temas de ESI, pero que no tienen manera de buscar información o se sienten sobrepasados por el tema. Algunas sesiones incluyen links de consulta recomendada para el facilitador, así como todas las sesiones, las mismas que incluyen guiones de anclaje y preguntas disparadoras de diálogo como explicaciones para que el docente las haga suyas y comparta.

El espacio aquí propuesto se enriquecerá en gran manera, si este espacio se promueve articuladamente con la dirección del colegio, y si se convierte en una tarea sostenida no solo por el/la guía, si no por toda la institución. En esa misma línea, sería provechoso que las y los participantes pudieran tener la oportunidad de entrevistar a miembros de la sociedad civil para incluirlas en sus productos, y que así las y los adolescentes puedan darle un lugar a sus dudas, preguntas y conversaciones, enseñando a su comunidad que sí se puede y es necesario hablar de ESI con libertad y en respeto de todas y todos.

Esta propuesta no se hubiera podido desarrollar sin la visión y el entusiasmo de las y los adolescentes de las IIEE George Washington y Pedro Crisólogo Cárdenas Orozco. Son estos adolescentes quienes propusieron espacios virtuales y de radio para acercar sus aprendizajes ESI a toda la comunidad escolar.

SOBRE LOS PRODUCTOS ARTÍSTICOS VITRINA GENERADOS POR LOS ADOLESCENTES PARTICIPANTES

Este espacio contempla como parte del proceso la producción de contenido digital en forma de episodios de radio (podcast que pueden, también circular de manera interna en la escuela), videos informativos o tiktoks. Estos responden a las propuestas realizadas por los adolescentes que participaron en los talleres.

Por esa razón, hay sesiones que solo se dedican a la producción del episodio. Sin embargo, esta actividad puede ser integrada dentro una sola sesión por tema, siempre y cuando el guía pueda realizar las coordinaciones previamente, en el caso de entrevistas, actividades extraescolares, etc.

Tratándose de un programa de radio o podcast como *Conexión Adolescente*, se recomienda, dar un tiempo para coordinar un sistema de trabajo, en cuanto a la producción del segmento (lo que se dirá), los conductores, el encargado de grabar, el encargado de mezclar, los encargados de los segmentos de entrevistas (de haberlos), etc.

Si se trata de una página de Facebook, como la propuesta de *Luchando por el Cambio por el Futuro Z*, se recomienda designar tareas para la administración de dicha página: Equipo de diseño de logo y posts, redactor creativo, y equipo realizador de videos.

Si se trata de creación de tiktoks para alimentar una cuenta en esta red social como *Adolescentes en Acción*, se recomienda utilizar el espacio designado, dividiendo a los participantes en grupos, una vez definidos los temas a tratar, para guionizar y realizar un tiktok de cada punto sobre el que se quiere comunicar.

Si, en lugar de la creación de contenido digital, se trata de realizar creaciones dramáticas de cada temática abordada, como propusieron las estudiantes de la I. E. Pedro Crisólogo Cárdenas Orozco, se recomienda la creación de escenas semanalmente, como parte de la creación de una pieza teatral a ser representada para la comunidad estudiantil, dentro de la programación de actividades escolares.

Sea cual fuere la alternativa que escoja el grupo o el guía, la idea es que el espacio de trabajo conducido por el guía facilite el contenido y lo necesario para la ejecución del producto artístico vitrina.

Durante la primera sesión se deberá determinar la plataforma a desarrollar. Si es que el guía opta por una obra teatral, en vez, deberá establecerlo previamente y coordinarlo como una actividad en la agenda escolar, antes del inicio de las sesiones aquí detalladas. Por último, si se opta por esta última, es muy importante que las y los participantes tengan claro el objetivo de estrenar la obra.

En cualquiera de los casos, mostrar los productos comunicacionales es de gran importancia para el desarrollo del espacio, ya que genera en las y los participantes la noción de propósito y responsabilidad para con su audiencia.

SOBRE LOS MATERIALES

Algunas actividades proponen materiales y otras no. Los materiales deben ser preparados con anterioridad por el/la guía.

Asimismo, sería excelente que se pudieran repartir cuadernos donde cada participante lleve una bitácora, recogiendo la información facilitada en este espacio, utilizando sus propios criterios. Una especie de diario de ruta de los encuentros propuestos.

RECOMENDACIONES TÉCNICAS

- Si se opta por realizar un programa de radio (en formato podcast)

Se recomienda utilizar la plataforma gratuita anchor.fm, la cual se encarga de publicar gratuitamente el programa en Spotify, así como permite grabar el podcast desde su versión en aplicativo para celular que se puede descargar con el nombre de "Anchor" y editarlo de manera sencilla dentro del mismo (tutorial: https://www.youtube.com/watch?v=npqRR7oknWU&ab_channel=LuisJim%C3%A9nez).

Una vez grabado y publicado el programa de radio, se puede descargar y coordinar su reproducción durante recreos y/o otras actividades académicas. De ese modo, el programa es parte de las actividades ofrecidas por el colegio para el provecho de sus estudiantes.

- Si se opta por desarrollar una página de Facebook

Es mejor que se genere un perfil nuevo de Facebook. Para ello, se requerirá crear un correo electrónico con el nombre del taller. Una vez creado el perfil personal, se deberá crear una página con el nombre de la iniciativa. Luego, se podrá designar como administradores los perfiles de usuario de los participantes.

Para hacer esto, solo es necesario contar con un celular, o con alguna computadora provista por el colegio.

Se recomienda que, el guía aliste todos los pasos previos a la creación de la página de Facebook, para optimizar el tiempo y concentrar el interés de los estudiantes en el desarrollo de contenido de la página.

- Si se opta por crear un usuario de TikTok

Se deberá designar un administrador/a de cuenta (community manager), quien se encargue de subir los tiktoks creados por sus compañeros y hacerse responsable de la cuenta, cuidando su contenido y siendo el único responsable de la clave, además del guía.

Se pueden designar otros encargados, si el administrador original sufre alguna emergencia, pero ello debe ser manejado por el guía.

- Si se opta por una obra de teatro escolar

El guía deberá encargarse de coordinar las fechas de las funciones con la administración del colegio.

En este caso, el guía deberá ser el director/a de la obra de teatro y es la persona encargada de crear una estructura de historia que pueda ser entendida por la comunidad escolar.

Por otro lado, el guía deberá considerar el tiempo de ensayo fuera de las sesiones, los mismos que impliquen la puesta en escena de la pieza teatral.

SESIONES DE TRABAJO

BLOQUE 1: ¿DERECHOS HUMANOS?

SESIÓN 1. TEMA: LOS DERECHOS HUMANOS

OBJETIVO: que los participantes sean capaces de reconocer las condiciones básicas de vida de todo ser humano y que puedan ejercitar el respeto mutuo

CONTENIDO: Derechos Humanos, sana convivencia

CONTENIDO DE CONSULTA SUGERIDO PARA EL/LA GUÍA:

https://www.youtube.com/watch?v=w-wwSERIEJY&ab_channel=KlauTenorioLocuci%C3%B3nperiodismomultimedia

ACTIVIDADES

1) Bienvenida:

El/la guía se presenta, dice su nombre, su edad.

Si el guía conoce a todos, igual se presenta y agrega algo que no sabían de él. Así le dice a las y los participantes que se presenten y cuenten algo que los demás no sabían. “No me gusta el chocolate”, “mi color favorito es el verde”, “mi canción favorita es”.

2) Las reglas del juego:

El/la guía explica

¿Qué es este espacio?

Este espacio es un área de creación artística donde aprenderemos sobre temas de Educación Sexual Integral.

Pregunta ¿qué entendemos por educación integral? Recoge respuestas. Las agradece.

Explica que hablaremos de la gestión del área sexoafectiva de la vida, la cual no solo tiene que ver con métodos anticonceptivos, sino también a nuestra manera de vincularnos en general, con nuestro entorno.

Les cuenta que ellas y ellos están llevando este taller porque crearemos una plataforma de visibilización de estos temas, de una manera que pueda ser interesante para el resto de los estudiantes del colegio.

El guía explica qué plataforma usarán. (Se recomienda una de radio, por ser más práctica de realizar. Es preciso tomar en cuenta las inclinaciones de las y los participantes, si se los conoce).

Explica que este espacio será para la creación de los episodios y aprender más del tema, para poder explicarlo de manera sencilla a su público.

Es importante mencionarles; que los demás compañeros de la escuela necesitan esta información y que ellos, por ser los más grandes, son las personas más indicadas para comunicarlo.

Explica que, seguro como hablaremos de Educación Sexual integral, eso pueda tratar temas que pueden resonar con alguna experiencia o despertar alguna pregunta.

Por lo tanto, preguntar ¿qué necesitarían para sentirse cómodos y cómodas al trabajar estos temas?

Esperar respuestas.

No podemos ser violentos: porque no hablaríamos en un lugar donde tenemos miedo.

No podemos ser burlarnos: porque no hablaríamos en un lugar donde debemos defendernos.

Tenemos que tratarnos con respeto y debe primar la igualdad. Cerciorémonos de estar escuchando el punto de vista de todas y todos los participantes. Tener una actitud dispuesta a intentar ponerse en los zapatos de otras personas.

Por respeto a lo que tienen que decir los demás, hablaremos por turnos cuando estamos opinando, pidiendo la palabra, levantando la mano.

(Sobre este tema, es importante que el/la guía señale cuando las reglas del espacio no estén siendo respetadas, indicando, si se está incurriendo en una actitud violenta, burlona o si no nos estamos respetando de otra forma).

3) El juego de los adjetivos:

Todos los/las participantes interactuarán en el juego de los adjetivos.

- El/guía pide que todos los participantes se paren formando un círculo. Por turnos, cada uno dirá su nombre. Cuando uno diga su nombre, los demás participantes dirán por turnos, adjetivos agradables que empiecen con la misma letra inicial.
- Ejemplo: Benjamín “bonito”, “bailarín”, “brillante”, etc.
- Una vez hecho esto, el participante escogerá un adjetivo de los propuestos.
- Ejemplo: “Brillante Benjamín”
- El/la siguiente participante saludará “Hola Brillante Benjamín, yo soy...” y así sucesivamente.

Realizar este primer ejercicio es importante, si se presentan dificultades para realizarlo, como falta de interés, etc. es una excelente oportunidad para señalar con ejemplos las reglas establecidas anteriormente.

No ser flexible, pero tampoco mostrarse enojado. Simplemente hacer el ajuste, sin carga emotiva.

Agradecer por la presentación de cada uno.

4) La cesta revuelta

El/la guía pide que traigamos sillas para sentarnos en círculo. Retirar una, y el guía dirá la persona que quede parada empiece con la siguiente dinámica:

Se parará al centro de la sala y dirá “todas aquellas personas que...” y agregará una característica física, por ejemplo “que tengan pelo corto”.

En ese momento, todos los que tienen el pelo corto se deberán levantar de su sitio y cambiar de lugar, la persona del centro aprovechará para intentar tomar un sitio, lo cual dejará a alguien afuera. Esa persona volverá a llamar y así sucesivamente.

Anclaje:

Una vez hechas varias rondas. El/la guía los felicita y pregunta ¿Qué tal el juego?

Qué les llama la atención de qué pese a nuestras diferencias existen algunas cosas que son transversales a todo; por ejemplo, el hecho de estudiar juntas y juntos, el de estar vivos. Ante ello, se plantea la siguiente pregunta: ¿ser diferentes entre nosotros, es algo malo o algo bueno?

Después de recoger las respuestas. Se plantea una nueva interrogante ¿Alguna vez hemos sufrido por ser diferentes?

Es importante contarles sobre los derechos que compartimos todas y todos en cualquier lugar del mundo. Estos son derechos básicos, por lo que jugaremos charada para conocerlos.

5) Charada de derechos

Materiales: papelitos escritos con los derechos y un sombrero, bolsa o caja para sortearlos

El/la guía divide a las y los participantes en 2 grupos. Se rigen para empezar. Saldrá un miembro del equipo que empiece sacando un derecho de la bolsa/sombrero/caja. Su equipo tendrá 2 minutos para adivinar, al hacerlo tendrán un punto frente al equipo rival, que sigue después y harán lo mismo

Derechos:

- Derecho a la vida y a la integridad física
- La prohibición de la esclavitud y el trabajo forzoso
- La protección contra la tortura
- La libertad de opinión
- La libertad de conciencia y religión
- La prohibición de la discriminación
- Derecho al voto
- Derecho a un trabajo y a una remuneración adecuada
- Derecho a la formación de sindicatos
- La paridad en los derechos de hombres y mujeres
- La protección de la familia, las mujeres embarazadas y los niños
- El derecho a un nivel de vida adecuado incluyendo una alimentación nutritiva
- Derecho a la mejor salud posible
- Derecho a la educación
- Derecho a la participación en la vida cultural
- Derecho a la autodeterminación
- Derecho al desarrollo
- Derecho a un medio ambiente limpio
- Derecho a la paz

Anclaje:

Una vez finalizado el juego y habiendo un equipo ganador, el/la guía

pregunta ¿Ustedes conocían estos derechos? ¿Creen que se cumplen?
¿Este es un ambiente que respeta los derechos humanos de cada persona?
¿Quién los hace cumplir?

Debemos explicar que cada ciudadano debe luchar por sus derechos humanos, porque solo así garantizamos una cultura de paz para todas y todos.

6) Situaciones peliagudas

El/la guía pedirá a las y los participantes que por grupos creen escenas dónde no se estén respetando los derechos humanos de la persona en el interior de la escuela. Otorgar unos 15 minutos para que se pongan de acuerdo y luego de ello, hacer una pequeña presentación en clase.

El/la guía no debe comentar ningún trabajo hasta que haya pasado cada uno de los participantes. Una vez mostrado el trabajo de todas y todos se pedirá las opiniones de las y los participantes sobre lo que vieron.

- ¿Quiénes son más vulnerables a que se violenten sus derechos?
- ¿Qué consecuencias puede traer que estas personas vean vulnerados sus derechos?
- ¿Cómo podemos ayudar a que estos se respeten?
- ¿Qué haría yo en su lugar?

7) La defensa de la silla

- El/la guía cuenta que haremos un juego, colocará en el centro una silla y distribuirá a los participantes en círculo.
- Un/a participante se parará al lado de la silla.
- El juego consiste en que los/las participantes deben darle a la silla con una pelota, mientras el del medio bloquea sus intentos. Si una persona consigue darle, esta toma el lugar del participante que se encuentra en el centro, y este a su vez pasa al círculo.
- Después de unas rondas, el/la guía pide que imaginemos que la silla son los derechos humanos de una persona, siempre es difícil defenderlos siendo solo una persona ¿Qué pasaría si fueran más?

Se realiza otra ronda con 2 personas cuidando la silla, donde si le dan y el cambio es con la persona a la que adelantaron.

Probar sumando cada vez más defensores de la silla.

Anclaje:

El/la guía pregunta qué pasó cuando se sumaron más personas a “defender la silla”. Probablemente todos concluyan que ya no fue un desafío cuidarla. El/la guía pregunta si defender los derechos de una persona a no ser discriminada por quien es, su economía o su aspecto, puede ser una tarea compartida equitativamente por toda el aula.

8) Una carta a mi mismx

El/la guía reparte papeles y lápices a cada participante, quienes deben tomarse un momento para escribir una carta a sí misma/o en donde se comprometan a ser un aliado de respeto a los derechos de los demás.

Una vez finalizado, el/la guía pide que guarden la carta en un lugar donde la puedan revisar, como el cuaderno de apuntes de este espacio.

Finalmente pasamos a la última actividad.

9) Creación de las reglas de convivencia del espacio entre todas y todos los participantes.

Materiales: Papel kraft y plumones

El/la guía dice, que el día de hoy es un día histórico para el grupo, pues hoy declararían el manifiesto de reglas de convivencia de este espacio de trabajo, donde tendrán en cuenta los derechos de todas las participantes del mismo, visionando primero cómo deberían sentirse dentro todas las personas que participan en él.

En su creación deberán participar todas y todos, porque debe incluir a todo el demográfico de participantes pensando en que debemos crear un ambiente armonioso para poder trabajar, en respeto de la individualidad de cada persona.

Una vez escrito, se pegará en el salón.

10) Cierre

El/la guía agradecerá el manifiesto escrito y pedirá a cada participante que cierre la sesión con un deseo para el ambiente escolar.



SESIÓN 2. TEMA: RESPETANDO LA DIGNIDAD DE TODA PERSONA

OBJETIVO: Que los participantes puedan realizar un mapeo de acciones para asegurar conductas de tolerancia que contribuyan a mejorar el ambiente escolar

CONTENIDO: protocolos para combatir el acoso escolar y ciber acoso, cultura de paz, ejercicio de tolerancia

CONTENIDO DE CONSULTA SUGERIDO PARA EL/LA GUÍA:

<https://www.coe.int/es/web/compass/69>

<https://repositorio.minedu.gob.pe/bitstream/handle/20.500.12799/6987/Pautas%20para%20prevenir%20y%20atender%20el%20ciberacoso%20dirigidas%20a%20estudiantes.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

<https://observatorioviolencia.pe/repositorio-2/>

ACTIVIDADES:

1) Calentamiento:

El/ la guía comenta que empezaremos con el juego de las sillas, pero con una variación. Al sonar la música no se deberán sentar en las sillas, si no que deberán subirse a ellas. La otra variación es que nadie será eliminado en cada ronda, si no que solo las sillas se irán retirando en cada ronda. Todas y todos deberán subir a las sillas cuando pare la música y deberán trabajar en equipo para que todos tengan dónde pararse. Si uno queda fuera, el grupo entero pierde.

Colocar las sillas mirando hacia afuera en un círculo. La idea es que las y los participantes tengan que ingeniárselas para subir todos a las sillas, las cuales irán disminuyendo cada vez.

El/la guía felicita a las y los participantes por su desempeño. Aquí es importante resaltar las actitudes de solidaridad, ingenio y la inventiva del grupo. También es importante mostrar atención a situaciones que demuestren discriminación, violencia o mal trato, para ser ajustadas durante el ejercicio y luego comentadas en el anclaje.

2) Palabras tabú

El guía indica que, para este juego, todos nos transformaremos en expertos oradores en un tema. Recibirán una pregunta al azar y deberán explicarla a todo el salón en 30 segundos, pero sin mencionar esa palabra.

Pasado ese tiempo la audiencia deberá adivinar de qué se trataba lo explicado.

Palabras:

¿Qué es ser una persona gorda?

¿Qué significa Homosexual?

¿Qué es ser Cobrizo?

¿Cuándo se es Cojo?

¿Qué es ser Enano?

¿Qué significa ser Pasivo?

¿Qué significa ser una Chica Fácil?

¿Qué es ser un Jugador?

¿Qué es ser un Pavo?

¿Qué es tener síndrome de Down?

El/la guía puede hacer las preguntas sobre aquellos estereotipos o insultos que son comunes en la I. E. a la que pertenece. Estos deben incluir estereotipos raciales, físicos, o de alguna discapacidad. El objetivo de este juego es hacer notar cómo algunos conceptos se utilizan para insultar o se guardan como tabú, pero que no tendrían por qué serlo.

Anclaje:

Una vez pasado toda el aula, el/la guía preguntará si esos fueron conceptos difíciles de explicar, y por qué. Cuáles han sido los más fáciles de explicar y los más difíciles; por qué creen que eso ha sido así.

- Preguntar si alguno se sintió ofendido por alguna descripción hecha y por qué.
- Preguntar si hubo alguien a quién le faltaron palabras para explicar lo que le había tocado, etc.

Reflexionar sobre cómo estas palabras describen características de las personas que a veces pueden ser visibles, como en otros casos, pueden ser invisibles, ¿Por qué algunas personas se ofenden al escucharlos o recibirlos? ¿Qué estigmas trae alguno u otro? ¿Está bien ejercer ese tipo de discriminación?

Al final de la conversación dibujar la silueta de una persona en papel Kraft y pedirles a los participantes que escriban las palabras; pero, imaginando que estas no tienen cargas buenas ni malas, y que solo describen a una persona quien comparte los mismos derechos y deberes que todas y todos.

3) Aliados contra el bullying

El/la guía cuenta que nos hemos convertido en una línea de apoyo a las víctimas de bullying, y nos han llegado varios casos que deberemos responder, por lo que nos dividiremos en grupos y nos tocará un caso al azar, el cual deberemos leer y elaborar un “video” respondiendo a este caso, con pasos a seguir.

No se deberá grabar un video en sí. Solo se pedirá que se realice un mensaje utilizando formas creativas histriónicas de dar palabras de aliento, dar recomendaciones y compartir protocolos.

Los casos:

“Tengo 12 años y odio ir a la escuela porque nadie me aprecia. Hay un grupo de estudiantes que me insulta cada vez que pueden. Me dicen que soy fea, gorda y que mis padres deberían avergonzarse de mí. Mi mejor amiga me dejó de hablar y ahora incluso se hizo amiga de algunos de los estudiantes de ese grupo, la odio. Me siento muy sola y tengo miedo de que o que dicen de mis padres sea cierto”.

Rosanna ¹

“Mi mejor amigo me dijo que otros estudiantes de nuestra escuela le estaban molestando y como le quería ayudar, decidí ir a hablar con ellos. Después de hacerlo, empezaron a hacer lo mismo conmigo. Ahora los dos estamos siendo acosados; se burlan de nosotros, nos gastan bromas pesadas y nos han amenazado con pegarnos. Decidimos mantener la boca cerrada porque nos dijeron que las cosas irían peor si se lo decíamos a alguien”.

Andrés

“Un compañero de mi salón me para molestando porque no soy como él y sus amigos. Siempre está empujándome y llamándome gay porque soy amigo de las chicas de mi salón. Siempre lo ignoro, pero ya estoy harto, no quiero ir más al colegio. Sé que me falta poco para acabar, tengo 14 años, pero ya no aguanto”.

Sebastián

“Ya van varios días que me quedo camino al colegio, no me gusta el ambiente donde estudio. Nadie me entiende porque dicen que no hablo bien el español. Me da mucha cólera y me odio a mí mismo. Odio ser pobre, odio mi color de piel, odio mi manera de hablar. Quisiera desaparecer”.

Gerson

¹ Historia tomada de Compass – Manual de Educación en Derechos Humanos : <https://www.coe.int/es/web/compass/do-we-have-alternatives->

El/la guía puede agregar más casos que incluso se pueden parecer a alguna situación que haya pasado en la I. E., cuyo objetivo es que las y los participantes se hagan cargo de este problema como si fueran la autoridad competente. Hacerles saber que, en este juego, ellos sí pueden tomar acciones (llamar a los docentes, etc.) y dar recomendaciones.

Una vez preparadas las escenas, cada grupo mostrará el “video” que ha preparado, luego se comentarán las recomendaciones ¿qué tal estuvieron las recomendaciones? ¿Son de utilidad? ¿hay alguna que deberíamos agregar?

4) El ciberacoso

El/la guía comenta que conversaremos sobre el ciberacoso, para ello todos los y las participantes deberán colocarse en 2 filas. Hace una línea con cinta adhesiva al medio de las dos filas en el suelo, del mismo largo que las filas de participantes. Explica que la cinta será la línea del “sí”, y que si la respuesta a alguna de las frases que irá diciendo es “sí” el/la participante dará un paso al frente, y regresará si la siguiente respuesta es negativa, o se quedará si la siguiente respuesta es afirmativa.

Es importante que no sea una sola línea, si no dos, una frente a otra, para promover un espacio más contenido para esta dinámica. No se trata de exponer a los cyberbullies, sino demostrar que el ciberacoso es una práctica que puede estar muy normalizada entre nosotros.

El/la guía pregunta:

- ¿Alguien ha abierto alguna vez una dirección de correo electrónico con tu nombre, sin tu consentimiento?
- ¿Alguien ha leído alguna vez algún mensaje de texto (SMS) tuyo, sin consentimiento?
- ¿Alguien te ha enviado mensajes insultantes, imágenes o videos desagradables, ya sea a tu celular o a tu correo electrónico?
- ¿Alguien ha enviado alguna vez información/fotos/videos de alguien sin su consentimiento de esa persona?
- ¿Alguien ha colgado fotos o información acerca de ti en un sitio Web o red social sin tu consentimiento?
- ¿Alguien ha manipulado/transformado alguna vez cualquiera de tus fotos o vídeos sin tu consentimiento?
- ¿Alguna vez has dado tus contraseñas a alguien?
- ¿Has insultado a alguien en un juego en línea o en un chat?
- ¿Has escuchado hablar del grooming?

- ¿Alguna vez has recibido preocupantes desagradables llamadas telefónicas?
- ¿Alguien ha hecho comentarios inadecuados en tu blog o en tus redes sociales?
- ¿Alguien ha enviado alguna vez una información falsa / mala / rumores sobre ti a través del correo electrónico o SMS?
- ¿Conoces a alguien que sea víctima de ciber acoso?
- ¿Sabes que hay leyes especiales para este tipo de violencia?
- ¿Crees que debería haber límites a lo que la gente puede poner en Internet?
- ¿Es correcto prohibir los teléfonos móviles en las escuelas?
- ¿Has escuchado hablar de la denominada Sextorsión?

Anclaje:

Una vez realizada la actividad, el/la guía pedirá a las y los participantes que comenten sus conclusiones y lo que vieron a través de este ejercicio.

Lo más importante que deben aprender los participantes es hablar y compartir el problema cada vez que se sufra o sea testigo de un abuso.

El acoso es también una forma de obtener atención, conseguir lo que quieren o castigar a las personas de las que tienen celos.

Dentro del anclaje, el/la guía deberá compartir las definiciones² de:

Grooming: Conocido también como “captación en línea”. Se presenta cuando una persona adulta, hombre o mujer, contacta a un menor de edad con la intención de atraerlo, manipularlo o incitarlo a realizar actividades sexuales.

Generalmente, el contacto se inicia a través de las redes sociales. El agresor o la agresora se hace pasar por otra persona, con identidad falsa, que finge entablar una relación de amistad.

Sextorsión: O extorsión sexual, es una forma de chantaje, dónde la víctima es amenazada con la publicación de material digital de carácter íntimo.

El/la guía deberá compartir cuales son las recomendaciones para este tipo de casos³:

² Definiciones tomadas del repositorio del Ministerio de Educación del Perú
³ Recomendaciones tomadas del repositorio del Ministerio de Educación Perú

- No reacciones o respuestas. El agresor o la agresora puede estar esperando que lo hagas.
- Guarda las evidencias, puedes tomar una foto o guardar la publicación en tu computadora o celular.
- Bloquea a la persona que te está molestando y reporta el hecho.
- Busca ayuda, conversa con tus padres u otro adulto de confianza en tu familia.
- Si te piden material íntimo, no lo envíes. Si ya lo has hecho, no envíes más.
- No elimines al agresor o agresora hasta que no se lo hayas comentado a tus padres. Tenerlo como contacto puede servirle a la policía para rastrear su ubicación y captura.
- Evita comentar o facilitar información personal. Si sabe en qué colegio estudias o la dirección de tu casa podría ubicarte fácilmente.

El/la guía deberá INSISTIR en que la víctima NUNCA tendrá la culpa de las agresiones de este o ningún otro tipo. La única persona responsable es la persona que comete estas agresiones y es la única que deberá asumir las consecuencias legales de su delito.

5) Protocolos

El/la guía deberá contar que existe una plataforma de denuncia de violencia en la escuela, la cual protege la identidad de las víctimas e inicia procesos para la separación de acosadores de todo tipo en la escuela, tanto personal, como estudiantil. Esta plataforma se llama <http://www.siseve.pe/>, también existe la línea de ayuda 0800-76888, todas y todos la podemos usar.

El/la guía tomará un momento para que las y los participantes puedan explorar la página. Pregunta ¿conocían esta página? Recoger respuestas y comentarios, incluso si surgen historias de experiencias con la página.

El/la guía debe ser enfática/o en aclarar que no deben esperar que alguien de la I. E. inicie la denuncia en SíseVe, el/la estudiante mismo puede realizarlo, siempre es mejor que sus padres estén informados, y que es parte de sus derechos poder asistir al colegio en libertad y sin temor a sufrir agresiones de ningún tipo.

6) La entrevista

Materiales: papel kraft y plumones, dispositivo para grabar las voces (celular)

El/la guía coordina previamente con la dirección del colegio una entrevista que las y los participantes realizarán al director/a de la institución sobre el *bullying*.

El/la guía anuncia que el día de hoy vendrá el/la director/a del colegio, pero no para poner orden, sino más bien para ser entrevistada/o por las/los participantes acerca del *bullying* o acoso en la escuela, sobre cuáles son las medidas que la institución toma, y qué protocolos debemos seguir si vemos situaciones de *bullying* en la institución.

El guía indica que el grupo deberá preparar las preguntas que realizará y se organizarán en cuanto al orden en qué las harán, si las hará solo un grupo de compañeros/as en representación del resto, o si cada uno hará una pregunta.

Llegada la hora de la entrevista colocar las sillas en círculo para que todas y todos puedan verse, pasar el celular que grabe la entrevista a modo de micrófono.

7) Cierre

Una vez finalizada la entrevista, el/la guía agradece a la/el director/a y el salón se despide de esta autoridad.

Una vez hecho esto, el/la guía agradece el trabajo realizado y pide que cada participante despida la sesión con una palabra que englobe lo que encontró en la sesión del día de hoy.

SESIÓN 3. TEMA: NUESTRO PRIMER EPISODIO- ¿CONOCEN LOS DERECHOS HUMANOS?

OBJETIVO: Que los participantes organicen sus ideas alrededor de los Derechos Humanos y preparen una pauta radial/ VIDEO/ TIKTOKS para compartirla con su comunidad

CONTENIDO: Trabajo en equipo, respeto

ACTIVIDADES:

Al iniciar la sesión, el guía indica que el día de hoy se realizará la creación del contenido digital/ teatral.

De ser el primer caso, se colocan papelógrafos en el suelo para escribir y visualizar la estructura del producto a elaborar. Coordinan y escriben lo que van a decir en el programa.

- Pauta radial:

Primer bloque: bienvenida y presentación de los conductores y del tema
Cortina musical (La app de anchor tiene cortinas gratuitas)

Segundo bloque: Los conductores desarrollan el tema y lo explican en sus palabras. Pueden, hacerlo a modo de diálogo entre los conductores, teniendo en cuenta que lo más importante es que todas y todos sus oyentes puedan aprender algo de los que ellos han conocido esta semana. Antes de cerrar los conductores anuncian la entrevista a su invitado

Cortina musical y de anuncios escolares si los hubiera.

Tercer bloque: Los conductores realizan la entrevista (si solo pudieron preparar las preguntas la sesión anterior; si ya la hicieron, solo deberán incluir la grabación en este programa), la cual puede ser por vía telefónica en speaker, siendo registrada con la app de anchor, con otro celular.

Cuarto bloque: Conclusiones y despedida.

Pauta de video:

Bloque de presentación del nombre del programa, conductores y tema
Desarrollo del tema por puntos

Despedida

Dependiendo de las posibilidades de conectividad, la entrevista puede realizarse por zoom y ser incluida en el video o simplemente realizar el recojo de datos para la elaboración del mismo. El guía deberá tener claro este paso en coordinación con la persona entrevistada.

- Creación de tik toks

Se realiza una lluvia de ideas sobre la información que debe ser considerada a transmitir. Se hace una lista de temas. Cada tema tendrá un tiktok. Se divide a los participantes en grupos por interés. Cada grupo produce un tiktok, todos son publicados dentro de la cuenta de TikTok del proyecto, como en el caso de la cuenta propuesta *Adolescentes en Acción*.

- Creación de escenas

Se realiza una lluvia de ideas sobre la información que se considera más importante de transmitir. Se hace una lista de temas. Se divide a los participantes en grupos y se reparten los temas.

Se les da la premisa de que deben crear una historia con inicio, nudo y desenlace. Se les da un periodo de 30 minutos para desarrollarla y ensayarla. No basta con hacer acuerdos, deben probarla y repetirla antes para alistarla. El guía puede apoyar a cada grupo.

Una vez pasado este tiempo, deberán presentar sus escenas. El guía deberá tomar nota de estas escenas pues irá sumando material para la obra que se presentará al final de este proceso.

Es posible que no todo el material sea usado. Incluso puede solo servir de referencia. Si el guía lo considera, puede utilizar cada creación de escena, como el disparador para la escritura de una obra con mayor estructura

BLOQUE 2: DECONSTRUYENDO EL MACHISMO QUE NOS RODEA

SESIÓN 4. TEMA: CUESTIONANDO ESTEREOTIPOS DE GÉNERO

OBJETIVO: QUE LOS PARTICIPANTES PUEDAN DETECTAR POR SUS PROPIOS MEDIOS, LAS PREMISAS MACHISTAS QUE GENERAN DESIGUALDAD DE GÉNERO

CONTENIDO: Discriminación y violencia de género, machismo, masculinidad tóxica, igualdad de oportunidades.

CONTENIDO DE CONSULTA SUGERIDO PARA EL/LA GUÍA:

<https://www.coe.int/es/web/compass/gender>

https://www.youtube.com/watch?v=0my1oddgK5g&ab_channel=CARKIPRODUCTIONS

https://www.youtube.com/watch?v=-Qy6vhwbVuM&ab_channel=AJ%2BEspa%C3%B1ol

https://www.youtube.com/watch?v=tdFvfQN0uGc&ab_channel=Wayka

Estas referencias didácticas, son para revisión del guía, pero, si lo considera, puede compartirlo con los participantes

ACTIVIDADES:

1) Calentamiento

Materiales: pelota inflable y grande. Puede ser una pelota de plástico, inflable

El guía da la bienvenida a sesión de hoy e indica que iniciaremos jugando “Matagente”

- Se escogerá a los dos participantes que van a “matar”.
- Una vez hecho esto, los “que matan” se colocaran en dos extremos de la sala, mirándose frente a frente.
- El juego consiste en que quienes “matan” intenten que la pelota golpee a los jugadores del centro, una vez que la pelota toque a algún jugador, este deberá sentarse.
- Al quedar solo uno el guía deberá preguntarle su edad y retarlo a

“salvarse” de la pelota la cantidad de veces que tenga por edad (ejemplo: 14 años, 14 veces)

- Si el último participante “sobrevive”, automáticamente reviven todos los participantes que ya murieron.

El quechi: hacer quechi es cuando un jugador logra atrapar la pelota en el aire, sin que esta haya rebotado. Si logra hacer esto, tiene opción de revivir a un jugador que haya salido.

Durante esta actividad, el/la guía deberá notar cuando se esté perpetuando algún estereotipo de género. Por ejemplo, si quienes “matan” son dos hombres, si alguna participante le teme a la pelota y no participa o se deja “matar” fácil para no participar, etc.

Observar si los hombres ocupan la mayor cantidad de espacio en el salón. Buscar la mejor manera de guiar si esto empieza a ocurrir. “Hombres, no están jugando con sus compañeras, si no juegan todos no es divertido”. El guía también puede participar en el juego si son pocos y ajustar el ejercicio desde adentro.

Al finalizar las rondas, agruparse en círculo. El guía empezará felicitando a los participantes por el juego. Luego, comentará que observó algunas cosas que le llamaron la atención

Ejemplo: ¿se han dado cuenta que quienes “mataron”, solo fueron hombres? ¿Por qué? ¿Qué puede estar haciendo que las compañeras no quieran asumir ese rol? ¿alguno le dio miedo que le caiga un pelotazo? ¿qué pasó durante el juego? ¿Cuál fue la parte más divertida?

Permitir que acaparen la conversación, pero establecer normas de participación como el levantar la mano, primero.

Una vez establecido un diálogo con la excusa del juego el/la guía propondrá la siguiente actividad:

2) El juego de las afirmaciones

El/la guía propone colocar sillas en círculo, colocando una adicional a los asistentes. Les pide a los participantes que se sienten.

Les dice que a continuación escucharán algunas afirmaciones. Si están de acuerdo con lo que escuchan, deberán cambiarse de sitio. Si están en desacuerdo deberán quedarse en su sitio, y si no están seguros, deberán pararse, dar un giro y volver a sentarse en su misma silla.

Leer las afirmaciones bien despacio, sin una entonación en particular.

- Tener una mala reputación es peor para las mujeres que para los hombres.
- Es aceptable para las mujeres jóvenes salir a verse con sus amigas.

- Es aceptable para mujeres y hombres jóvenes ser buenos amigos.
- Las mujeres saben cocinar mejor que los hombres.
- Los gais y las lesbianas deben tener el derecho a contraer matrimonio.
- Si mi amigo me dice que era homosexual, no voy a dejar de ser amigo de él/ella.
- Las chicas bonitas sólo pueden ser delgadas.
- La belleza viene de dentro.
- Ya desde la infancia, las niñas son mejores en costura y los niños son mejores en mecánica.
- A veces la violación es culpa de la mujer.
- Es masculino tener músculos.
- Los hombres son buenos mostrando sus sentimientos.
- Ser bailarín no es una profesión aceptable para hombres.
- Es natural que los hombres tomen el control y lideren.
- Un hombre presidente es mejor que una mujer.
- El marido no debe ganar menos dinero que su esposa.
- Decir a tus amigos que tienes miedo es algo que revela debilidad.
- Hablar de sentimientos no es lo más masculino que se puede hacer.
- El amor se desvanece con el tiempo.
- El sexo requiere amor.
- Las opiniones de los adultos acerca del sexo son muy anticuadas.
- Puedes encontrar buenos consejos sobre sexo en revistas pornográficas.
- Puedes encontrar buenos consejos acerca de las relaciones sexuales en las novelas de la televisión.
- Todas las personas son iguales en valor.
- No eres un hombre de verdad, si no estás dispuesto a agarrar a puñetazos al que te falte el respeto.

Una vez acabada la dinámica, el guía propone la siguiente conversación:

3) No nacemos machos

“No eres un hombre de verdad, si no estás dispuesto a agarrar a puñetazos al que te falte el respeto”.

¿Se han puesto a pensar que una mujer nunca tiene que “demostrar que es muy mujer”, pero los hombres pueden verse en necesidad de hacer ese esfuerzo “extra” por demostrar que son muy hombres?

Por ejemplo:

Cuando te ves obligado a usar la violencia para defenderte de un compañero que está siendo violento contigo, pero tienes miedo y no quieres pegar, ni que te peguen.

¿Por qué será que para ser hombre hay que probarse a sí mismo?

Una vez recogidos los comentarios, el/la guía comenta que, en resumen, la sociedad obliga a los hombres a probar su hombría de varias maneras, una de ellas es demostrando que controla o domina a los demás.

El/la guía puede dar un ejemplo: Demostrando que uno es más fuerte, más rico, que sabe más o que aguanta más.

Luego el/la guía puede preguntar a las y los participantes si se les ocurren otros ejemplos.

Una vez recogidos los comentarios, la guía explica que esa forma de intentar dominar es una de las expresiones máximas del machismo. La/el guía puede lanzar la pregunta ¿Qué entendemos por machismo? ¿Qué es? Recoge las respuestas y las escribe en la pizarra.

Una vez hecho esto, puede redondear la definición como:

“Machismo es la creencia de que las características masculinas son superiores a las femeninas y, por lo tanto, la idea de que los hombres son superiores a las mujeres”.

Entonces, la primera característica es buscar dominar la situación, segunda manera de expresar machismo es dividir la vida en áreas “masculina” y “femenina” “rosadito y celestito”.

4) Entre el celeste y el rosado

Material: carteles previamente escritos por el/la guía.

La guía propone un “experimento”, en las cuatro (4) esquinas del aula, coloca un cartel. Los carteles dicen “Siempre”, “A veces”, “Casi nunca” y “Nunca”.

Indica a los participantes que, se muevan a la esquina que corresponda a su respuesta frente a unas afirmaciones:

- ¿Has jugado con muñecas?
- ¿Alguna vez te han regalado o te hubiera gustado tener autitos de juguete?
- ¿Cuándo eras bebé, te han vestido de color celeste o azul?
- ¿Cuándo eras bebé te han vestido de color rosa?

- ¿Juegas fútbol?
- ¿Juegas vóley?
- ¿Juegas a los golpes?
- ¿Te pintas las uñas?
- ¿Lloras con facilidad?
- De chiquita o chiquito, ¿querías juguetes que no te correspondían porque eran para niñas o para niños?
- ¿Te animarías a decirle a otra persona que te gusta?
- ¿Te da vergüenza llorar?

Anclaje:

Después de esta dinámica, el/la guía recoge los comentarios de los participantes.

Pregunta: ¿Por qué no me pinto las uñas o por qué no me da vergüenza llorar?

El/la guía explica, que, aunque no lo pensemos, aún vivimos en una sociedad machista, que divide lo femenino de lo masculino, explica:

Hay trabajo de hombres, trabajo de mujeres, intereses de hombres, intereses de mujeres, pasatiempos de hombres, pasatiempos de mujeres. Las áreas más importantes son reservadas a los hombres.

El machismo asume que, las mujeres no son tan importantes para la sociedad, por lo que las restringe en tomar decisiones, participar políticamente, ser líderes empresariales o profesionales competentes.

Todo lo que tiene que ver con el dinero, la política, el poder. Todo lo que es de los hombres es más importante que lo que hacen, piensan y sienten las mujeres. Esto, además se ha hecho pasar como natural, cuando es solamente una cuestión cultural.

El/la guía pregunta: ¿qué consecuencias puede tener en la vida de las personas esta creencia? Presenta un ejemplo: A las mujeres no se las mandaba al colegio hasta hace unos 200 años recién, ¿por qué creen que pasaba esto?, ¿se les ocurre algún otro ejemplo de cómo el machismo ha moldeado nuestra sociedad?

El/la guía redondea los aportes explicando que, por siglos, las decisiones políticas, sociales y culturales han sido tomadas por hombres. Las mujeres se les ha asignado el rol de cuidados de hijos, temas domésticos y la satisfacción sexual.

Las mujeres no podían ir al colegio, votar, tomar decisiones familiares, ni siquiera decidir con quien casarse y si se trabajaba, el pago iba al marido.

En los años 60, las mujeres ya habían luchado por poder trabajar, ganar dinero, estudiar, etc. ¿se solucionó todo?

5) Las cosas de la casa

Material: cinta adhesiva, letreros “mamá”, “papá”, “hermana”, “hermano”, “yo”.

El/la guía propone otro experimento: Divide al grupo en dos equipos, pueden incluso dividirse por género. Explica que, en el lapso de un minuto entre uno por uno a hacer la mímica de una tarea del hogar (barrer, cocinar, lavar ropa, cuidado de animales etc.), que los de su equipo deberán adivinar, y así deberá realizarlo cada uno sucesivamente. Deberán adivinar la mayor cantidad de tareas posibles. El equipo que más tareas adivine gana. Uno de los integrantes del equipo será encargado de llevar la lista de tareas mencionadas por su propio equipo. Al finalizar el minuto, el/la guía grita “¡Tiempo!”.

El/la guía hace una tabla de cinco columnas en el piso. Coloca los letreros “mamá” “papá” “hermana” “hermano” “yo”; y, lee las listas, tarea por tarea. Con cada tarea pregunta ¿Quién hace esta tarea en su casa? Cada participante deberá colocarse en la columna a la que corresponda la respuesta. No olvidar preguntar crianza y cuidado de los hijos, al final si es que ningún equipo lo tuvo en cuenta.

Lleva la cuenta con palitos en la pizarra del flujo de las respuestas con la misma tabla “mamá” “papá” “hermana” “hermano” solo que en lugar de colocar una sola columna en el “yo”, haga 2: “yo (mujer)” “yo (hombre)”.

Anclaje:

El/la guía muestra el resultado y vuelve a preguntar si se ha solucionado el problema de la desigualdad de género ahora que las mujeres pueden estudiar y participar de la vida pública.

Después de escuchar la respuesta, el/la guía explica:

No, al interior del hogar en el ámbito doméstico, sigue habiendo desigualdades: malos tratos, desigualdad en el reparto de tareas, explotación económica y también violencia sexual.

¿Cuál es la raíz del problema? El patriarcado.

El sistema de dominación del hombre sobre la mujer que se reproduce en todos los ámbitos: familiar, política, económica, social, científica.

Se basa en los estereotipos de los roles que definen lo masculino de lo femenino.

Afecta a las mujeres:

- La violencia machista segrega, discrimina, margina y cosifica a la mujer.
- No viven en verdadera libertad, pues en una sociedad así, su vida vale menos y corre más peligro.
- Afecta su autoestima. Una persona que es criada para “atender” y depender económicamente de un hombre, no siempre va a sentir que puede aspirar a ser libre y autónoma.
- Es la causa de altos índices de feminicidios y violencia contra las mujeres
- Son percibidas como inferiores, débiles frágiles, lo cual alienta la cultura de la violación, el acoso y el ciber acoso.

Afecta a los hombres:

- Los hombres nacen en un ambiente donde hay mucha predisposición a desarrollar una **masculinidad tóxica**.
- La masculinidad tóxica es una construcción social del sistema patriarcal, que define cómo ser hombre desde una única forma de serlo, con base en roles de género. La **masculinidad tóxica** reniega en absoluto de lo femenino. Tiene, como eje central el uso del poder, el control y el sometimiento.
- Exalta la violencia e incluso la justifica en cualquiera de sus formas.
- Esta idea de ser hombre incluye: ser fuerte, poderoso, valiente y violento.
- No puede mostrar vulnerabilidad. Esto los pone en grave peligro, en tanto incluso los previene de ir al médico seguido, porque están acostumbrados a ignorar sus dolores, incluso físicos.
- También crea cadenas de violencia. Uno de cada tres niños ha sufrido de bullying o acoso escolar en el mundo.
- A nivel emocional, esta idea tan inflexible de cómo se debe “ser hombre”, causa frustración y depresión en muchos hombres.

6) El test de la masculinidad tóxica:

El/la guía le pide a las/los participantes que extiendan sus dos manos, frente a ellos. Explica que haremos un test de masculinidad tóxica, hará preguntas de “sí” o “no” y si la respuesta es “no” pueden bajar un dedo, si la respuesta es “sí” mantienen el dedo levantado.

1. ¿Haces bullying a otros hombres por “ser poco masculinos”? ¿Crees que un hombre gay no es un “hombre de verdad”?
2. ¿Crees que un hombre gay no es un “hombre de verdad”? ¿Crees que las únicas responsables de criar a los hijos son las mujeres?

3. Si eres hombre: ¿Cosificas a las mujeres? Si eres mujer: ¿te preocupa competir con otras mujeres “más guapas”? ¿Crees que los hombres no deben de pedir ayuda?
4. ¿Crees que las únicas responsables de criar a los hijos son las mujeres? ¿Lanzas piropos en la calle?
5. ¿Crees que los hombres que crían a sus hijos son poco masculinos?
6. ¿Crees que los hombres no deben de pedir ayuda?
7. ¿Crees que un hombre debe ser violento para darse a respetar?
8. ¿Lanzas piropos en la calle?
9. ¿Los hombres no deben llorar?
10. ¿Dos hombres pueden abrazarse y decirse que se quieren, sin necesidad de alcohol?

Anclaje:

El/la guía da espacio para algún comentario, etc. Después de este test rápido, explica que la masculinidad toxica puede estar en la cabeza de hombres y mujeres, pero que la buena noticia es que puede deconstruirse:

- Tienes que hacerte consciente de tus palabras y acciones para no perpetrar estereotipos.
- Tienes que darte cuenta de tus privilegios. Si eres hombre, no debes normalizar las actitudes tóxicas de tus amigos en ninguna situación social, chat, etc. Recuerda que, tienes un privilegio en la sociedad patriarcal y tu voz puede ser escuchada.
- Empieza desde casa ¿Cómo están distribuidos los roles en tu casa?
- Si eres mujer, se solidaría con otras mujeres, olvida las competencias y practica la sororidad (camaradería entre mujeres, solo por ser mujeres). Todas somos víctimas del patriarcado y del machismo, nos demos cuenta o no.

7) Colorín - Colorado

Materiales: Párrafos de los cuentos, impresos.

El/la guía divide al grupo en tres y les indica que, les estará entregando un párrafo que resume la trama de 3 cuentos de hadas muy conocidos. Deberán actuar una escena intentando responder la pregunta de cada papel.

Papel 1:

La Caperucita Roja

Una niña que se encontraba camino a ver a su abuela es engañada por un depredador sexual para que le indique la dirección de la casa de la anciana, a la que luego acudiría y violentaría, y haría también lo mismo con la niña. Por suerte fue detenido por otro hombre que, gracias a un disparo lo mató; y, ambas, la niña y la anciana, pudieron sobrevivir.

¿Cómo sería esta historia si no existiera una cultura de violencia contra las mujeres?

Papel 2:

Blanca Nieves

Una pobre jovencita se salva de ser asesinada por su madrastra, quien se siente amenazada por su belleza, pero encuentra refugio en una casa en el bosque.

A cambio de su estadía debe limpiar la casa, preparar la comida y hacer las labores domésticas para siete hombres. Todo empeora cuando la mujer que la quiere asesinar, la encuentra y la envenena, dejándola en estado de coma. Cuando ella se encontraba en ese estado de inconsciencia, pasó una autoridad con mucho poder y se acercó a ella, y la besó sin su consentimiento. En ese momento ella se despertó y se sintió en deuda con esa persona. No sabemos si ella se enamoró, pero se casaron.

¿Qué pasó después? ¿Qué fue de sus vidas? ¿Cómo la trataba él?

Papel 3:

La Cenicienta

Una pobre huérfana es maltratada por su madrastra y hermanastras. Un día de suerte se le cumplió el milagrito y pudo tener la oportunidad de conocer al príncipe de sus sueños, quien la buscó y rescató, sacó de la pobreza y la convirtió en reina.

¿Cómo sería el cuento fuera al revés y él conoce a la mujer que lo rescata?

El guía otorga 15 minutos para que se organicen y ensayen. Luego, los participantes muestran sus escenas en clase.

8) Cierre

El/la agradece el trabajo u habla de las escenas una por una, compartiendo la pregunta que respondía y pregunta ¿qué les pareció lo que vieron?

Para terminar la sesión pide que el grupo escoja una palabra que engloba lo trabajado.

SESIÓN 5. TEMA: HABLEMOS DE VIOLENCIA

OBJETIVO: QUE LOS PARTICIPANTES CONOZCAN LA VIOLENCIA EN SUS DIFERENTES MANIFESTACIONES Y ELABOREN MENSAJES Y PREGUNTAS QUE CONSIDEREN PERTINENTES

CONTENIDO: Tipos y modalidades de violencia.

CONTENIDO DE CONSULTA SUGERIDO PARA EL/LA GUÍA:

<https://observatoriovioencia.pe/datos/>

<https://observatoriovioencia.pe/la-violencia-simbolica-hacia-las-mujeres/?print=print>

<https://observatoriovioencia.pe/datos/>

ACTIVIDADES:

1) Calentamiento

El/El/la guía saluda los participantes. Indica que empezaremos jugando “Enanos y Gigantes” y procede a explicar las reglas.

El grupo se divide en dos. Se explica que unos son los enanos y otros los gigantes. El juego trata de una historia. Es un pueblo de enanos que solo se puede mover cuando es de día ¿Y cómo sabemos que es de día? Porque de día suena [el/la guía marca una pauta sonora, con un tambor, cencerro o golpeando una carpeta, la pauta da golpes cortos y seguidos, como los pasos ligeros de los enanos]. Pero de noche, salen los gigantes a comerlos, y como no es de día, los enanos no se pueden mover. ¿Cómo sabemos que es de noche? [el/la guía marca un ritmo pausado, como los pasos pesados de un gigante]

El juego empieza con los enanos a un extremo del salón y los gigantes del otro lado. El/la guía marca un ritmo, el de cualquiera de los dos, los enanos o los gigantes. Solo el grupo que pueda moverse deberá moverse. El otro equipo deberá permanecer inmóvil. Una vez que un enano o gigante es atrapado por el equipo contrario, se convierte automáticamente en uno de ellos. El/la guía deberá hacerlo interesante, definiendo cuando le tocará moverse a cada equipo.

El/la guía deberá notar y ajustar el ejercicio cuando vea algún participante que tenga dificultades para seguir las reglas, moviéndose fuera de su turno o más rápido que el ritmo marcado o si está incurriendo en juego agresivo, aprovechando que ya conocemos sobre masculinidad tóxica. Por ello, es necesario reforzarlo, pidiendo atención a este y de verlo, señalarlo si ven el menor indicio de esta.

Al finalizar unas tres rondas, el/la guía vuelve a organizar un círculo y motiva a los participantes a comentar sobre el juego, si gustó, si no, etc. si hubo alguna dificultad o momento donde el juego no fluyó, ¿Por qué?

2) Detectores de violencia

Materiales: Papelógrafos previamente escritos por el guía (con los conceptos de tipos de violencia y sus modalidades), limpiatipo y la cantidad de juegos que sean necesarios (de los 10 casos de violencia).

El/la guía divide al salón en grupos de 5 o 6 participantes. Pide que se agrupen en sus propios círculos en el piso y les dice que cada grupo es una agencia de clasificación de tipos de violencia de un país. Explica que se les otorgará los casos que han llegado a sus despachos para que los revisen y determinen qué tipo de violencia es.

El guía entregará 10 tarjetas con diferentes párrafos que narran casos de violencia. Después de discutirlo en grupo, deberán colocar el caso al lado del tipo de clasificación que consideren.

El guía les dice que, para poder clasificar cada caso, tendrán que conocer las clasificaciones de violencia que podrían ser:

Física: La que se emplea contra el cuerpo de la persona produciendo dolor, daño o riesgo de producirlo y cualquier otra forma de maltrato o agresión que afecte su integridad física.

- Psicológica: La que causa daño emocional y disminución de la autoestima o perjudica y perturba el pleno desarrollo personal o que busca degradar o controlar sus acciones, comportamientos, creencias y decisiones, mediante amenaza, acoso, hostigamiento, restricción, humillación, deshonra, descrédito, manipulación o aislamiento.
- Sexual: Cualquier acción que implique la vulneración en todas sus formas, con o sin acceso genital, del derecho de la mujer de decidir voluntariamente acerca de su vida sexual o reproductiva a través de amenazas, coerción, uso de la fuerza o intimidación, incluyendo la violación dentro del matrimonio o de otras relaciones vinculares o de parentesco, exista o no convivencia, así como la prostitución forzada, explotación, esclavitud, acoso, abuso sexual y trata de mujeres.
- Económica y Patrimonial: La que se dirige a ocasionar un menoscabo

en los recursos económicos o patrimoniales de la mujer, a través de la perturbación de la posesión, tenencia o propiedad de sus bienes, pérdida, sustracción, destrucción, retención o distracción indebida de objetos, instrumentos de trabajo, documentos personales, bienes, valores y derechos patrimoniales.

- Simbólica: La que, a través de patrones estereotipados, mensajes, valores, íconos o signos, transmita y reproduzca dominación, desigualdad y discriminación en las relaciones sociales, naturalizando la subordinación de la mujer en la sociedad.

Conforme el/la guía va explicando, va colocando los papelógrafos con las clasificaciones. Avisa que pondrá las clasificaciones ahí, para que las revisen cuantas veces necesiten. Puede preguntar si se entiende, o si tienen alguna duda sobre la definición o el ejercicio.

Cada grupo tendrá los mismos 10 casos. Diferenciar cada juego con alguna marca de plumón, de colores distintos.

1. María tiene que ir a llevarle el almuerzo a su papá, quien tiene su mecánica. A veces lo tiene que esperar para dárselo, porque tiene que limpiarse para poder comer. Mientras lo espera, siempre se queda mirando un letrero de un comercial de baterías con una modelo semidesnuda sentada sobre un carro. Luego, su papá le recibe el taper enviado por su madre, y se despide con un abrazo. Aunque últimamente, no sabe por qué, pero no siente muchas ganas de abrazarlo.

(Respuesta: Violencia simbólica)

2. Janet estaba teniendo relaciones con Iván, su enamorado, cuando de pronto este se quitó el condón. Ella le reclamó por esto, pero él no le hizo caso y continuo el acto. Janet intentó oponerse, pero él la forzó. Ella se asustó mucho y no sabe si ha sido violada o no. No sabe a quién contarle o dónde conseguir el anticonceptivo oral de emergencia.

(Respuesta violencia sexual)

3. Dina se dedica al cuidado de sus hijos y a las labores domésticas. Hugo, su esposo trabaja, junto con su hijo mayor. Dina solo recibe dinero para algunas compras domésticas. No puede comprar cosas para ella: ropa, cosas de su aseo personal, o algún juguete para sus hijos. Todo el dinero lo maneja Hugo, y si se necesita algo Hugo decide si se puede o no. Dina tiene 34 años y no puede manejar dinero.

(Respuesta violencia económica y patrimonial)

4. Un grupo de comuneras y comuneros van a almorzar a un menú excelente todos los días. Justo a la hora a la que van, la televisión está prendida en un programa de televisión "cómic", donde un hombre blanco imita a una mujer andina, atribuyéndole características denigrantes, burlándose de sus características físicas y culturales, haciendo una pobre representación de las mismas.

(Respuesta: Violencia simbólica)

5. Walter ha estado faltando al colegio porque últimamente el grupo de Ever lo para molestando. Ahora se les da por pegarle en grupo en cualquier momento. Él se defiende, pero son varios y lo hacen cuando no hay supervisión. Ya está cansado de que lo traten así en el colegio, pero su papá le ha dicho que, si no vuelve mañana, también lo castigará por no querer estudiar. Walter teme ser golpeado también en casa.

(Respuesta: violencia física)

6. Silvia está molesta. Tres compañeros pasaron corriendo por su costado en el recreo y la manosearon, como si fuera travesura. No se pudo defender porque pasaron corriendo, se siente muy impotente y llena de rabia, pero también muy humillada. No sabe qué hacer.

(Respuesta: violencia sexual)

7. Marina y Diana, su hermana menor, caminan de regreso de su colegio. Desde hace unos días, cada vez que pasan por un sitio hay un señor que las mira y las molesta. Las dos tienen mucho miedo porque temen que les haga algo. Por eso, ahora le piden a su primo que camine con ellas hasta cierta parte del camino. Ya no pueden caminar solas y tranquilas por el camino de siempre.

(Respuesta: violencia psicológica)

8. Kelly continua en el colegio, pese a que se embarazó. Un día ella estaba chateando en Facebook, con la tableta que le dieron en el colegio para las clases remotas, y su enamorado entró. Se molestó mucho por haberla encontrado chateando, agarró la tableta y la rompió golpeándola varias veces en la mesa.

(Respuesta: violencia económica y patrimonial)

9. Isabel no cocinó por sentirse enferma esa noche. Víctor, su esposo, ha llegado borracho y le ha empezado a reclamar, ella le explicó lo que pasó y le reclamó su estado. Víctor enfureció, la arrastró afuera y le empezó a pegar, despertando a sus hijos.

(Respuesta: violencia física)

10. Daniela se ha dado cuenta que André, su enamorado, está teniendo algo con otra compañera de su salón. Cuando se lo reclamó, André dijo que no habían tenido nada, y que ella se está inventando todo. Que sus celos lo aburren y que, si no se calma, la va a dejar, que nadie va a querer estar con una loca así. Daniela no sabe qué pensar. Se siente muy confundida y culpable.

(Respuesta: violencia psicológica)

Cada vez que un grupo decida qué tipo de violencia es. Debe pegar el caso con limpia tipo al lado del párrafo de la definición.

Anclaje:

Cuando el ejercicio haya finalizado, podría pasar que cada grupo haya

clasificado diferente un mismo caso. Eso hará la conversación posterior, más interesante. Cada grupo expone sus decisiones y explica por qué. Los grupos pueden discutir si tienen decisiones opuestas.

Si se evidencia que un tipo de violencia no se ha explicado adecuadamente, es el momento para aclarar cualquier duda.

3) El circuito de las violencias⁴

El/la guía cuenta a las y los participantes que los tipos de violencia también están enmarcados por los espacios. Los lugares donde se da la violencia, las define en las siguientes modalidades:

- **Violencia doméstica:** Aquella ejercida contra las mujeres por un integrante del grupo familiar, independientemente del espacio físico donde ésta ocurra, que dañe la dignidad, el bienestar, la integridad física, psicológica, sexual, económica o patrimonial, la libertad, comprendiendo la libertad reproductiva y el derecho al pleno desarrollo de las mujeres. Se entiende por grupo familiar el originado en el parentesco, sea por consanguinidad o por afinidad, el matrimonio, las uniones de hecho y las parejas o noviazgos. Incluye las relaciones vigentes o finalizadas, no siendo requisito la convivencia.
- **Violencia institucional:** Aquella realizada por las/los funcionarias/os profesionales, personal y agentes pertenecientes a cualquier órgano, ente o institución pública que tenga como fin retardar, obstaculizar o impedir que las mujeres tengan acceso a las políticas públicas, y ejerzan los derechos previstos en esta ley. Quedan comprendidas además las que se ejercen en los partidos políticos, sindicatos, organizaciones empresariales, deportivas y de la sociedad civil.
- **Violencia laboral:** Aquella que discrimina a las mujeres en los ámbitos de trabajo públicos o privados y que obstaculiza su acceso al empleo, contratación, ascenso, estabilidad o permanencia en el mismo, exigiendo requisitos sobre estado civil, maternidad, edad, apariencia física o la realización de test de embarazo. Constituye también violencia contra las mujeres en el ámbito laboral quebrantar el derecho de igual remuneración por igual tarea o función. Asimismo, incluye el hostigamiento psicológico en forma sistemática sobre una determinada trabajadora con el fin de lograr su exclusión laboral.
- **Violencia contra la libertad reproductiva:** Aquella que vulnera el derecho de las mujeres a decidir libre y responsablemente el número de embarazos o el intervalo entre los nacimientos que quiere tener.

⁴ Adaptación de ejercicio existente en CAMPAÑA NACIONAL CONTRA LAS VIOLENCIAS: Herramientas Lúdicas Para Aproximarnos al problema de las violencias de género desde una perspectiva de Educación popular. Ed. Campaña Nacional Contra las Violencias. Octubre del 2013

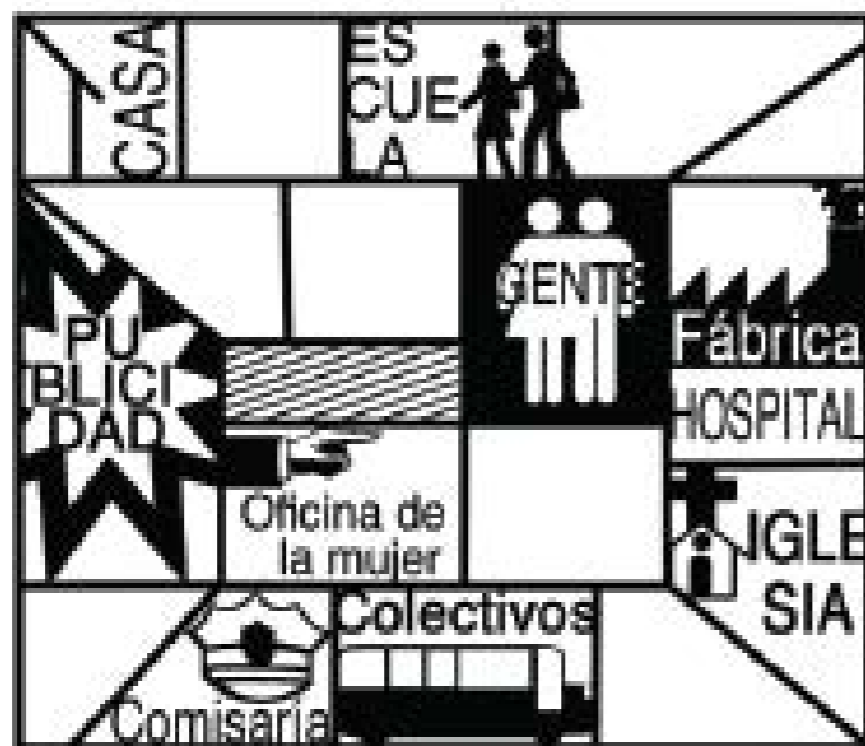
- **Violencia obstétrica:** Aquella que ejerce el personal de salud sobre el cuerpo y los procesos reproductivos de las mujeres, expresada en un trato deshumanizado, un abuso de medicalización y patologización de los procesos naturales.
- **Violencia mediática:** Aquella publicación o difusión de mensajes e imágenes estereotipadas a través de cualquier medio masivo de comunicación, que de manera directa o indirecta promueva la explotación de mujeres o sus imágenes, injurie, difame, discrimine, deshonre, humille o atente contra la dignidad de las mujeres; así como también la utilización de mujeres, adolescentes y niñas en mensajes e imágenes pornográficas, legitimando la desigualdad de trato o construyendo patrones socioculturales reproductores de la desigualdad o generadores de violencia contra las mujeres.

Mientras el/la guía vaya explicando, deberá colocar también a la vista los papelógrafos con estas definiciones previamente escritas.

Luego, reparte papel y plumones a cada uno y pide a los participantes que escriban un pequeño párrafo de algún ejemplo de violencia doméstica, institucional, laboral y obstétrica, en un minuto. La idea de esto es que no lo piensen mucho y escojan el primer ejemplo que llegue a su mente.

Una vez realizado esto, el/la guía sacará el siguiente tablero, que puede realizar en papel kraft, papelógrafo o cartulina y lo colocará en el suelo.

Ilustración 20: Referencia de modelo de tablero



Pedirá a cada participante que lea en voz alta su ejemplo y lo coloque sobre el área del tablero que corresponda.

Luego, pedirá que cada uno escoja alguno de los casos trabajados y lo ubique en un lugar del tablero. Si el lugar no está contemplado, entregar plumones y pedir a los participantes que agreguen el lugar faltante.

Una vez finalizado, agradece el trabajo de cada uno y pregunta cómo se han sentido.

¿Cuál es el lugar donde hay más casos?, ¿por qué se dan más casos en ese lugar?, ¿qué podemos hacer para mejorar estas situaciones?, ¿por qué las situaciones de violencia tienen mayores ejemplos con víctimas mujeres?, ¿podemos pensar en algunas situaciones con víctimas masculinas?

Recoger todas las opiniones e ideas. Enfatizar que informar sobre el tema a personas cercanas también es ayudar a que estos problemas no se vean como cosas normales o, peor aún, cosas de las que no se habla. Explicar que hablar es una manera efectiva de ayudar porque convierte a las personas en aliadas y aliados de las víctimas, aunque no se conozcan.

4) Creamos mensajes

Materiales: témpera, pinceles y cartulina/papel kraft.

El/la guía pide que cada uno escoja una modalidad de violencia sobre la que le gustaría concientizar a la comunidad, luego agrupa a las y los participantes por intereses. Otorga témpera, pinceles y cartulina/kraft a cada grupo.

Informa que realizaremos una campaña y debemos pensar en el poster de la misma.

¿Para quién lo pensamos? ¿para víctimas o para victimarios?: Explicar que el mensaje será potente en tanto tengan claro a quién le hablan.

¿Cuál es el objetivo?: Definir si el objetivo es informar, alertar, o llevar a la reflexión.

¿Qué queremos decir?: Pensar en un mensaje corto y claro.

¿Cómo lo queremos decir?: Hacer hincapié en que debe ser llamativo y debe ser entendible para las personas hacia quienes está dirigido. ¿En qué lengua debería estar? ¿un dibujo puede explicar mejor el mensaje?

Otorgar media hora para acabar. Luego exhibir los letreros fuera del salón.

5) Cierre

Agradecer a cada participante por el trabajo realizado. Preguntar qué les parece lo más importante de lo visto hoy, si hay algún tipo de violencia que no conocíamos.

Comenta que actualmente, se vive en una sociedad violenta y que tomar

postura frente a ella de manera personal, hace toda la diferencia en los espacios que frecuentamos. Así la violencia continúe, ya no cuenta con la complicidad de nuestro silencio y eso puede salvar a muchas personas.

Informar que la siguiente clase se realizará la creación del contenido sobre los temas de estas clases.

De ser posible el/la guía, deberá coordinar previamente una entrevista con un miembro especializado de la sociedad civil en estos casos. Al tratarse de violencia, lo ideal sería dialogar con un miembro de la Policía Nacional y/o del Ministerio de la Mujer, para que converse sobre lo que puede hacer una víctima de violencia para denunciar a su agresor.

Si eso es posible, comunicar sobre la entrevista en clase y animar a que los participantes traigan preguntas para hacerle. Indicar que fuera de clase, piensen también, qué pregunta le harían los seguidores ideales de la página y si gustan compartir y preguntar en casa por ideas de preguntas.

Pedir que escojan una palabra para cerrar la sesión y hacer con ella una mano al centro.



SESIÓN 6. TEMA: NUESTRO SEGUNDO EPISODIO SOBRE EL EJERCICIO DE LA DECONSTRUCCIÓN

OBJETIVO: QUE LOS PARTICIPANTES ORGANICEN SUS IDEAS ALREDEDOR DE SUS PROPIAS REFLEXIONES SOBRE LAS CONSECUENCIAS DEL MACHISMO Y LA NORMALIZACIÓN DE LA VIOLENCIA. PREPARAN UNA PAUTA RADIAL PARA COMPARTIRLA CON SU COMUNIDAD.

CONTENIDO: trabajo en equipo, cooperación, igualdad, equidad de género.

ACTIVIDADES:

Antes de empezar:

El/la guía preparará el espacio con los conceptos y casos trabajados en la sesión anterior; por ello, deben ser colocados a la vista del salón. Incluir los materiales elaborados y el tablero. La idea es que el espacio se vaya llenando de las actividades que han desarrollado en este tiempo, van a necesitar consultar lo trabajado para crear la pauta de su producto.

Al iniciar la sesión, el guía indica que el día de hoy se realizará la creación del contenido digital/ teatral.

De ser el primer caso, se colocan papelógrafos en el suelo correspondientes a la estructura del producto a elaborar. Coordinan y escriben lo que van a decir en el programa/video/tiktok/escenas teatrales.

Otros pueden encargarse de acopiar las preguntas de la entrevista (recogiendo las preguntas del grupo y tomando nota). Seleccionar solo unas cuatro preguntas. Si no existiera una persona a entrevistar, pensar en una dinámica para que se aclare el panorama con ejemplos. Pueden usar los que ya se trabajaron en clase.

- Pauta radial:

Primer bloque: bienvenida y presentación del tema y de los conductores.

Cortina musical

Segundo bloque: Los conductores desarrollan el tema y lo explican con sus palabras. Pueden hacerlo a modo de diálogo, teniendo en cuenta que lo más importante es que todas y todos sus oyentes puedan aprender algo de los que ellos han conocido esta semana. Antes de cerrar, los conductores anuncian la entrevista a su invitado.

Cortina musical y de anuncios escolares si los hubiera

Tercer bloque: Los conductores realizan la entrevista, la cual puede ser por vía telefónica en speaker, y siendo registrada con la app de anchor con otro celular.

Cuarto bloque: Conclusiones y despedida.

- Pauta de video:

Bloque de presentación del nombre del programa, conductores y tema.

Desarrollo del tema por puntos.

Despedida.

Dependiendo de las posibilidades de conectividad, la entrevista puede realizarse por zoom y ser incluida en el video o ser realizada previamente para el recojo de datos. El guía deberá tener claro este paso en coordinación con la persona entrevistada.

Creación de tik toks

Se realiza una lluvia de ideas sobre la información que se considera más importante de transmitir. Se hace una lista de temas. Cada tema tendrá un tiktok. Se divide a los participantes en grupos por interés. Cada grupo produce un tiktok, todos son publicados dentro de la cuenta de TikTok del proyecto, como en el caso de la cuenta propuesta Adolescentes en Acción.

- Creación de escenas

Se realiza una lluvia de ideas sobre la información que se considera más importante de transmitir. Se hace una lista de temas. Se divide a los participantes en grupos y se reparten los temas. Se les da la premisa de que deben crear una historia de 3 escenas con inicio, nudo y desenlace. Se les da un periodo de 30 minutos para desarrollarla. El guía puede apoyar a cada grupo.

Una vez pasado este tiempo, deberán presentar sus escenas. El guía deberá tomar nota de estas escenas, pues irá sumando material para la obra que se presentará al final de este proceso.

Es posible que no todo el material sea usado, incluso puede solo servir de referencia. Si el guía lo considera, puede utilizar cada creación de escena, como el disparador para la escritura de una obra con mayor estructura.

Se trabaja, en función del producto escogido por el guía para todo el taller. Una vez realizada la pauta.



BLOQUE 3: HACIA UNA SEXUALIDAD RESPONSABLE

SESIÓN 7. TEMA: ¿DE QUÉ HABLAMOS CUANDO HABLAMOS DEL CONSENTIMIENTO?

OBJETIVO: QUE LOS PARTICIPANTES DISTINGAN LOS ACTOS VIOLENTOS DETRÁS DE ALGUNAS IDEAS DE CONQUISTA ROMÁNTICA Y CONOZCAN LAS HERRAMIENTAS PARA ESTABLECER RELACIONES EN EQUIDAD.

CONTENIDO: consentimiento, deconstrucción de ideas de amor romántico, respeto.

CONTENIDO DE CONSULTA SUGERIDO PARA EL/LA GUÍA:

https://www.nsvrc.org/sites/default/files/publications/2020-01/YourConsentGuide2020_ES508.pdf

https://www.youtube.com/watch?v=Nr5CGoIS8kY&ab_channel=PUCP

https://www.youtube.com/watch?v=Itwe_ZiJ6EY&ab_channel=LaExpliqueta

https://www.nsvrc.org/sites/default/files/publications/2020-01/2020Infographic_ES8.5x11_508.pdf

ACTIVIDADES:

1) Calentamiento

Materiales: hojas de papel periódico.

Previo a la sesión, el/la guía colocará papel periódico por toda el área del salón, a modo de alfombra.

Al iniciar, el/la guía dará la bienvenida y compartirá la primera consigna.

Se colocaron hojas de periódico en el suelo, una para que cada persona se pare sobre ellas, como si fuera una alfombra.

Al momento de sonar la música o ritmo, cada participante deberá dejar su lugar y caminar por el salón. Mientras esto ocurre, el/la guía retirará algunos papeles del suelo e irá acercando al centro del espacio los papeles restantes.

Cuando pare la música las/los participantes tienen que quedarse de pie sobre alguna hoja, no en el piso. El desafío es encontrar la manera de

lograr que entren todas/os juntas/os en las hojas del centro, ayudándose mutuamente para que nadie quede afuera de la alfombra.

Al finalizar el/la guía felicita el trabajo de equipo y de existir una dificultad, permitir que el grupo lo comente.

2) Preguntar y respetar⁵

Materiales: tiras cómicas recortadas.

El/la guía indica que recibirán por grupos una tira cómica, la cual deberán representar en una escena corta. Las escenas son de parejas, si los grupos son numerosos, recordar que necesitarán cambios de escena, o incluso un narrador que cuente si ha pasado el tiempo. La idea es que representen las tiras de la manera más creativa posible.



⁵ Ejemplos gráficos tomados de: ESI en Casa- Cuadernillo 5 - Fundación Kaleidos http://fundacionkaleidos.org/wp-content/uploads/2020/12/CUADERNILLO_5_FINAL.pdf



Una vez pasadas todas las escenas, las cuales tienen un final absurdo. El/la guía pregunta a las y los participantes: ¿Qué tienen en común todas estas escenas?

Después de escuchar las opiniones, redondear la respuesta: un participante cuenta de una situación donde alguien expresó que no quería algo y sucedió de todas formas.

Si nos imagináramos que estas escenas fueran una situación sexual ¿serían igual de ridículas? Permitir el diálogo.

3) ¿Consentimiento?

El/la guía explica que el día de hoy se hablará del consentimiento.

Pregunta a las y los participantes qué entienden por esa palabra. Luego, explica que es la manifestación expresa de la voluntad, de la aprobación o del permiso para que suceda algo que involucra a la persona.

Es recomendable que el/la guía tenga preparado un papelógrafo con la definición y la información que se presenta a continuación, para que las y los participantes puedan consultarlas cuantas veces lo necesiten a lo largo de la sesión.

El Consentimiento sexual:

- Es libre: Es una opción que tomas sin presión, sin manipulación y sin la influencia de las drogas o el alcohol
- Es entusiasta: Cuando se trata de sexo, debes hacer las cosas que deseas hacer, no lo que se espera que hagas
- Es específico: Decidir hacer algo, como ir a besarse en el dormitorio, no quiere decir que estés aceptando hacer otras cosas, como tener relaciones sexuales
- Es informado: Solo puedes consentir algo si tienes toda la información al respecto. Por ejemplo, si alguien dice que usará condón y luego no lo hace, no hubo consentimiento total

- Es reversible: Todos pueden cambiar de parecer sobre lo que desean hacer en cualquier momento, incluso si ya lo hicieron antes y están desnudos en la cama

Entonces, ¿cómo pedir consentimiento?

Para responder, presentar el siguiente ejemplo:

La regla de las invitaciones: invitar a alguien a un encuentro sexual, no es lo mismo que pedir por sexo.

Decir: “Voy a cocinar un guiso, si no vienes me pongo triste”, no es una invitación, es un pedido.

Decir: “Voy a cocinar un guiso en mi casa, si quieres venir, estás invitado, si no todo bien”.

Aquí sí hay una invitación, ya que pone a las dos personas en el mismo nivel, y la persona puede elegir sin compromiso.

4) El arquero (con frases de presión)

El/la guía explica que muchas veces nos podemos ver obligados a aceptar por presión. Explica que esta vez jugaremos al arquero, un juego de improvisación que trata sobre responder rápidamente a lo que nos dice el compañero. Por ejemplo, si mi compañero corre a abrazarme diciéndome “papáaaa” yo debo asumir rápidamente mi rol y decirle “hijitooo”.

Se escoge a un arquero (de preferencia de género masculino). Los demás participantes se colocan en fila. Cada participante lanza su texto y el arquero debe responder. Si el arquero se queda sin respuesta, el/la jugador/a que haya anotado se convierte en arquero/a.

El guía indica que esta vez jugaremos con frases usadas para presionar a las personas y forzarlas, y que el arquero deberá idear formas de responder ante ellas. El/la guía reparte papeles con los siguientes textos y dice que haremos una prueba:

- No se lo voy a decir a nadie
- Si me quisieras, te acostarías conmigo
- Lo que pasa es que eres una fría
- Esto hará más fuerte nuestra relación
- Si no querías hacerlo, ¿para qué empezaste?
- Vamos a tomar algo, así nos ponemos a tono

- No pasa nada si por hoy lo hacemos sin preservativo

El objetivo es que las y los participantes escuchen posibles sugerencias de respuesta de parte de sus pares, que le retiren el tabú de hablar de estas situaciones y que no se lo tomen a sí mismos demasiado en serio.

No es necesario que todas y todos participen en el piloto, lo importante es que vean cómo es el juego. Una vez realizada la ronda, el/la guía reparte papeles y les pide a las y los participantes que escriban nuevas frases de presión. Las colocamos en una bolsa y volvemos a empezar, entregando por sorteo una frase a cada participante.

Es un juego de velocidad mental, pero el tema hará que muchos arqueros se pongan nerviosos. Esto en realidad apoya la idea de que poner entre la espada y la pared a los compañeros es algo que es muy desconcertante.

Una vez finalizado el juego, comentamos y pedimos opiniones, especialmente de aquellas y aquellos que se trabaron o no supieron qué decir.

5) El circuito borracho

El/la guía dice que haremos un pequeño experimento. Pedirá a un voluntario que salga del salón. Creará, junto con las y los participantes, un circuito de actividades: caminar en línea recta, leer un trabalenguas tres veces, hacer equilibrio en un pie, un espacio donde los demás participantes cantan en voz alta en sus oídos, y al final colocar a un/a participante que ofrezca un asiento. Para recorrerlo, cada participante deberá primero colocarse algún objeto que comprometa su vista, no la debe tapar del todo, pero sí la debe alterar, pueden ser unos lentes de juguete que tengan los vidrios pintados y solo permitan una vista parcial, puede ser una venda algo traslúcida o similar. Luego de comprometer la vista, el guía explicará que el participante deberá comprometer su movilidad, lo hará girar la cantidad de veces que el participante tenga de edad.

El/guía puede colocar como sorpresa una estación donde un compañero le da más vueltas al participante, después de ofrecerle un trago más. El/la guía puede sorprender en cualquier momento del recorrido al participante para hacerle una pregunta como ¿me prestas plata? O ¿me acompañas a mi casa?, quizás, en la estación donde le cantan fuerte al oído.

Anclaje:

Una vez hecho este divertido recorrido, iniciar un diálogo sobre cómo se sintió el voluntario al recorrerlo. Cuáles fueron las partes que más costaron y si agradeció que alguien lo esperara del otro lado con una silla para que descansa.

Una vez contado esto, el/la guía procederá a explicar qué hace el alcohol en el cerebro.

¿Qué hace el alcohol? Anestesia el cerebro. Actúa por etapas.

Así como sabemos que no podemos conducir un vehículo en estado de ebriedad, sería muy bueno que sepamos que no podemos incurrir en conductas sexuales en estado de ebriedad.

6) Contradicciones

Antes de los 18 años, es ilegal el consumo de alcohol. Sin embargo, el promedio de adolescentes empieza el consumo de alcohol a los 13 años. Además, la gran mayoría, cuando lo consumen, llegan al estado de embriaguez. Muchos pierden la conciencia o se involucran en alguna situación violenta.

Acceden al alcohol a través de los adultos.

Vivimos en una sociedad con dobles discursos, donde, por un lado, se nos presenta una prohibición, y por el otro, se nos permite consumir alcohol.

Vivimos en una cultura de la violación.

7) Mi derecho a dar consentimiento

¿A quién le corresponde el cuidado? Cada persona tiene el deber de cuidarse.

¿Desde qué edad puedo ejercer el consentimiento? En el derecho penal peruano, puedes ejercer tu derecho al consentimiento sexual a los 14 años de edad. Si una persona tiene relaciones con alguien menor a esta edad, se constituye en el delito de violación sexual de menor de edad, con una pena de cárcel de 30 a 35 años. Si es menor de 10 años, la pena sería de cadena perpetua.

“¿Qué pasa cuando no ofrezco mi consentimiento y una relación sexual se da de todos modos? Eso se llama violación”. El 80 % de violaciones se dan entre personas que se conocen.

8) Canciones de la violación

El/la guía explica que vivimos en la llamada cultura de la violación, la cual no solo normaliza que se viole a las mujeres o que no se tomen en cuenta sus negativas, sino que también lo celebra en sus expresiones culturales. El/la guía pone las siguientes canciones (u otras canciones que promuevan la cultura de la violación, escondida tras el manto de una conquista) a ser escuchadas por las y los participantes, pide que estén atentos a los mensajes que consideren alarmantes/preocupantes.

https://www.youtube.com/watch?v=b7_D-sQ9ung&ab_channel=RicardoArjonaVEVO

Dime que no – Ricardo Arjona

https://www.youtube.com/watch?v=DrAXmzuGgek&ab_channel=jesseyjoyoficial

No soy una de esas – Alejandro Saenz

https://www.youtube.com/watch?v=rv3wno0M7Ng&ab_channel=RosterMusic

No es culpa mia si me porto mal - Da Soul

Una vez oídas, pide a las y los participantes que expliquen el tipo de comportamientos que cada una de estas canciones promueve.

9) ¿Qué podemos hacer?

El/la guía facilita los siguientes protocolos que podemos poner en práctica para evitar el riesgo, ya que nuestra sociedad aún permite este tipo de situaciones:

Para protegernos:

- Evitar las ambigüedades
- Disminución del consumo de alcohol
- Instaurar la cultura del consenso
- Evitar situaciones de riesgo sexual: no bebas alcohol si no estás en un ambiente protegido, no te involucres en situaciones de riesgo con una persona que ha bebido en exceso. Preguntar: ¿te meterías a un carro conducido por una persona en estado de ebriedad?
- Abandonar la idea de que el alcohol mejora la performance sexual
- Si bebes, evita las conductas eróticas y si te pasa, busca a las personas de tu mayor confianza, donde te sientas contenida/o.

Es importante que el/la guía haga hincapié en el hecho de que el entorno no es favorable, y que debemos reclamar a los adultos a nuestro alrededor que conviertan el ambiente en un espacio más seguro: ¿Cómo los profesores, padres y nosotros mismos podemos instalar la conducta del consentimiento?

- En la sociedad: no aceptar el consumo de alcohol en menores de edad y pedir que se implementen actividades recreativas para los adolescentes, como el deporte o el arte.
- En nuestras escuelas: visibilizar y condenar estas conductas en estudiantes y adultos, y reclamar que se hagan reglamentos y sancionen claras.
- A las autoridades: pedirles campañas con señales claras que condenen estos actos mediante fiscalización constante. Verificar que no haya menores de edad en bares donde se ofrece alcohol.
- Personalmente: hacerme la pregunta a mí mismo ¿Qué me gustaría

hacer? ¿Qué me gustaría que me hagan? ¿Qué estoy interesado en experimentar? Promover el autoconocimiento, explorar mis intereses, gustos y sensibilidades físicas ¡Tócate! ¡Averigua contigo qué te gusta a ti!

10) Hagamos un manual

Material: diferentes modelos de guía impresos (hay varios en los links recomendados para el/la guía)

El/la guía cuenta que desarrollamos una guía del consentimiento. Para ello, entregará las siguientes premisas a ser tomadas en cuenta:

Es responsabilidad de la persona que busca o inicia cualquier actividad sexual -ya sea besar, tocar, etc.- obtener consentimiento o permiso. La persona que recibe la actividad sexual nunca puede ser culpada o responsabilizada por las acciones del otro.

Asegúrate de que la persona en cuestión esté en capacidad de dar permiso conscientemente, si está drogada o borracha, durmiendo o inconsciente, no se la considera capaz de dar consentimiento.

Cualquier tipo de presión para que la persona diga sí, invalida la respuesta

Durante el sexo: presta atención presta atención a las expresiones físicas o verbales de tu(s) pareja(s) Si en algún momento, parece que le(s) está doliendo, o no está(n) a gusto, o sienten molestias, pregunta si está(n) bien y espera recibir un "sí" antes de continuar.

RESPUESTA AMBIGUA O POCO CLARA = No

CONSENTIMIENTO -> En plena consciencia

CONSUMO DE ALCOHOL -> No existe la plena conciencia

SI NO HAY CONSENTIMIENTO = Violación

El/la facilitador divide a los participantes en grupos y les hace entrega de diferentes modelos de guía de consentimiento tomadas de internet.



Luego de elaborar un manual con pasos, crearemos un video promocional o una canción, explicando la secuencia. Pueden usar utilería a mano y hacerlo con personajes, lo importante es hacerlo de la manera más creativa posible para que pueda ser fácilmente recordado por quienes lo escuchan/vean.

SESIÓN 8. TEMA: NUESTRO TERCER EPISODIO SOBRE LO QUE DESCUBRIMOS SOBRE CONSENTIMIENTO

OBJETIVO: QUE LOS PARTICIPANTES ORGANICEN SUS IDEAS ALREDEDOR DEL CONCEPTO DE CONSENTIMIENTO Y PREPAREN UNA PAUTA RADIAL PARA COMPARTIRLA CON SU COMUNIDAD

ACTIVIDADES:

Al iniciar la sesión, el guía indica que el día de hoy se realizará la creación del contenido digital/ teatral de lo que hemos aprendido sobre el consentimiento. Lo que produzcan deberá incluir una explicación de lo que es el consentimiento y cuáles son las condiciones en que se da, la guía de consentimiento que elaboraron en la sesión anterior y un par de ejemplos de cómo usarla.

Se definirán los contenidos en pliegos de papel Kraft y se repartirán los cargos y roles para realizar la grabación o propuesta teatral. Quienes no participen como conductores, serán de gran ayuda en la parte técnica del proceso; ya sea, observando y dando notas, guionizando, grabando, etc.

El guía deberá dar el espacio para la organización, pero ofreciendo tiempos claros para alcanzar acuerdos y acompañando cualquier traba sobre el aspecto artístico o técnico del trabajo, aclarando y repitiendo cualquier concepto que se haya tratado en la sesión anterior.

SESIÓN 09. TEMA: RELACIONES AFECTIVAS SALUDABLES ¿QUÉ INGREDIENTES NO DEBEN FALTAR Y CÓMO ME ENTERO CUANDO NO ESTOY EN UNA?

OBJETIVO: QUE LOS PARTICIPANTES RECONOZCAN LAS CARACTERÍSTICAS DE UNA RELACIÓN AFECTIVA SALUDABLE Y SEAN CAPACES DE SEÑALAR ALGUNOS EJEMPLOS DE SITUACIÓN TÓXICA EN LAS RELACIONES.

CONTENIDO: relaciones afectivas saludables, relaciones tóxicas.

ACTIVIDADES:

1) Calentamiento

El/la guía da la bienvenida a las y los participantes y les dice que empezaremos jugando “gato y ratón”. Para ello, se escogerá a un gato y a un ratón. El gato deberá perseguir al ratón. Sí, el ratón es atrapado, este se convierte en gato y persigue al que ahora es ratón. Mientras tanto, todas y todos deberán colocarse en pareja, enganchando los brazos. Cada pareja deberá estar dispersa por el espacio. El ratón podrá salvarse, enganchando su brazo con alguna de las parejas, cuando eso pase, la persona del otro extremo se convertirá en ratón y deberá salir de su pareja y correr del gato.

Jugar esto hasta entrar en calor, una vez listos, detener el juego.

2) Me encanta/detesta

El/la guía dice que celebraremos la autoestima de cada uno de nosotros jugando me encanta y detesto. Todas y todos los participantes harán una media luna. Saldrá una persona y empezará diciendo “me encanta...” pero, en lugar de decir algo que le guste dirá algo que le desagrade, por ejemplo “me encanta que me caiga el sol en la cara, me encanta la sensación de no poder ver nada...”. La idea es que no pare de hablar hasta ser interrumpida por otra persona que salga de la media luna. La persona que sale, lo hace porque algo de lo que dijo le hizo conectar una idea, entonces toca el hombro de la persona que está hablando. La persona vuelve a la media luna y la nueva persona se queda parada y empieza a hablar “me encanta resbalarme y caerme...” hasta ser interrumpida, y así hasta que pasen todos. Luego, haremos una ronda de “detesto”, pero con cosas que nos gustan, como “detesto tomar descansos...”.

El objetivo del juego es que cada participante se pueda soltar, así como escuchar para poder conectar con otra idea y poder interrumpir.

Al finalizar, el/la guía señala que este juego fue para ponernos en contacto con nosotros mismos y lo que pensamos del mundo, así lo hayamos dicho al revés.

El/la guía comenta que hoy hablaremos de relaciones afectivas saludables. Hacer una lluvia de ideas sobre lo que es una relación, anotar las ideas que surjan en la pizarra. Preguntar cómo se establecen, si necesariamente implican relación de pareja o si nuestros amigos y familia también son relaciones.

Una relación es la interacción que se produce a través de la comunicación. ¿Por qué se caracterizan las relaciones positivas? Dejar que se dé una lluvia de ideas. Se caracterizan por las actitudes de respeto, cooperación, solidaridad, etc.

¿Qué es el compañerismo?: Hacer una lluvia de ideas y fijar que es el vínculo que se genera entre personas que asisten a un mismo lugar (escuela, trabajo, etc.).

Un componente importante al momento de vincularnos es la autoestima, ¿qué es? Permitir lluvia de ideas para que todos participen.

Luego redondear: la confianza, el respeto, la aceptación y el cariño que cada persona se tiene a sí misma, y pueda tener lazos afectivos. Una buena autoestima permite compartir con todas las personas de manera afable.

Preguntar: ¿Qué puede pasar cuando no tenemos una buena autoestima? Dejar que los participantes contesten.

El guía luego hace otra pregunta ¿es posible que los hombres y las mujeres sean amigos? ¿qué se necesita para que esto ocurra?

Equidad de Género: La equidad en una amistad permite dar y recibir lo justo a cada persona, sin importar si es hombre o mujer.

Reciprocidad: Es la correspondencia en las relaciones amorosas. Está basada en la equidad, en dar y recibir justo a tiempo, confianza y afecto.

3) El Semáforo

Materiales: Círculos grandes con los colores del semáforo y tarjetas con casos.

El/la guía ahora coloca en el centro de la sala los círculos del semáforo, explicando lo que significa cada uno de ellos (verde: "seguir"; amarillo: "prestar atención" y rojo: "frenar")

Comenta a las y los participantes que el día de hoy revisaremos algunas situaciones de pareja y les daremos luz roja, si es que debe parar; amarillo, si merece que estemos atentos y verde, si debe seguir.

El/la guía reparte las tarjetas a cada participante. Si son varios participantes, entregar una tarjeta a grupos.



El/la guía pide que se lea en voz alta la primera tarjeta y pregunta dónde podría ir este caso.

Permitir que se arme la discusión en clase al respecto. Preguntar la opinión de todas y todos.

Las tarjetas:

- Ariel sale dos veces por semana con sus amigos, pero se pone celoso si Anabela sale con las suyas. Por tal motivo, ella dejó de frecuentarlas.
- Analía comenta con sus amigas que Román es muy posesivo, pero a la vez dice que en el fondo es un dulce, la llena de regalos y halagos. Le dice que es lo más importante del mundo. "Eres mía y de nadie más, para toda la vida" cuenta ella que él le repite.
- Carolina le cuenta a Rocío que dejó los entrenamientos de vóley para pasar más tiempo con Juan, ya que por fin encontró su media naranja, que ahora se siente completa.
- Romina salió de compras con su mamá y se quedó sin batería en el celular. Cuando volvió, Nicolás estaba en la puerta de su casa sacado. Le empezó a gritar e increpar, preguntando dónde había estado, por qué había apagado el teléfono, que la había llamado mil veces, que seguro estaba con otro.
- Ana se puso mal después de los gritos e insultos de Miguel. No paraba de llorar. Él le suplicó que lo perdonara, que se había preocupado, que se mataba si ella lo dejaba. Ella lo perdona, pensando que esta vez él va a cambiar de verdad.
- Cuando Carla se juntaba con amigas, estaba todo el tiempo pendiente del celular por si Julián llamaba o mandaba mensajes. No podía relajarse y pasarla bien.
- Carlos le dijo a su novia que el nuevo corte de pelo le quedaba muy lindo.
- Alan pasa a buscar a Tamara a la salida de la escuela.
- Sol le dice a su novio que ya no la esté besando. El la sigue besando.
- "¿A esta hora te mandan mensajitos? ¡Muéstrame quién te está escribiendo!".
- Le pidió a su pareja que le diera la contraseña de su Facebook. Le dijo que no se la quería dar. "¿Qué te pasa? ¿Qué, te la das de rebelde?", le contestó.
- Gabriela le cuenta a su prima que no sabe qué hacer porque Ramiro la empujó muy fuerte ayer y la tiró al piso, pero después le dijo que la amaba mucho y eso la confundió.

- Ludmila le sirvió a Fernando la comida. Él la tiró al piso porque estaba fría.
- Bruno arroja contra la pared el celular de su novia porque ella no quiere mostrarle el mensaje que recibió.

Anclaje:

Observamos cómo quedó el semáforo. ¿Por qué los celos son tan comunes en las relaciones de pareja? ¿alguno/a se considera celoso/a? ¿los celos son una señal de afecto? ¿qué componente les faltan a las relaciones ilustradas en la luz roja del semáforo?

Entonces, ¿qué es una relación afectiva saludable?

Cuando una pareja se siente cómoda de compartir tiempo juntos; y, se respetan el uno al otro en todos los aspectos.

Una relación es saludable cuando disfrutas pasar el tiempo con tu pareja y ambos comparten actividades e intereses. Pasar tiempo de calidad es importante para que la relación no se torne rutinaria. Salgan de paseo, vean películas y rompan la rutina con alguna actividad nueva.

Tu pareja no te vigila, confía en ti y tú en el/ella. Te sientes en libertad de hacer cosas que te gustan; por ejemplo, frecuentar a tus amigas y amigos, pasear o ir a una fiesta.

Te impulsa a ser mejor persona. Entiende tus sueños y metas. Te anima y motiva constantemente: “tú puedes hacerlo” “Yo confío en ti” “tienes mi apoyo”.

¿Qué otras frases podemos escuchar en una relación afectiva saludable?

No absorbe tu tiempo. Tú dispones de tu tiempo. Tu pareja no controla tus horarios, tampoco controla tus actividades. Cada uno respeta su espacio personal.

Respetan a sus amistades y a su familia.

No existe ningún tipo de violencia.

4) La charada tóxica

El/la guía explica ahora qué es una relación tóxica: Se trata de una relación donde una o ambas partes sufren en vez de disfrutar, por el hecho de estar juntos.

Los miembros se ven sometidos a un gran desgaste emocional con el objetivo de convencerse a sí mismos de que pueden salvar su relación.

Les entrega cada participante unas banderitas rojas que pueden ser hechas con mondadientes. La idea es que emulen a los emojis de banderas rojas, de los memes.

Explica que, ahora cada participante saldrá al frente y le tocará una característica o frase en una relación y la persona tendrá que actuar un

ejemplo de esa situación. Los demás participantes deberán alzar sus banderitas si consideran que es un ejemplo de relación tóxica y explicar qué es lo que encuentran tóxico.

- Necesidad de control: Le molesta que pases tiempo con familiares o amigos.
- Controla tus gastos personales.
- Te apoya en alcanzar tus metas.
- Investiga tus redes sociales o tu celular, no respeta tu privacidad.
- Controla tu tiempo.
- Evitas emitir tu opinión sobre algo por miedo a que vuelva a reprenderte o a cuestionarte.
- Respetas tu privacidad.
- Te falta el respeto.
- Critica tu forma de vestir, de maquillarte, de hablar o de caminar.
- Le resta importancia a tus logros, sueños, metas y habilidades.
- Te culpa de los problemas en la relación, en su familia o en su trabajo.
- Te intenta bajar la autoestima.
- En este tipo de relaciones se cree que no podemos estar sin esa persona porque es quien siempre ha estado ahí.
- Comienzas a preguntarte ¿Quién me va a cuidar? ¿Quién me va a amar?
- Dependencia emocional.
- Sientes miedo de quedarte sola/solo.
- Soportas malos tratos con tal de quedarte con tu pareja.
- Te aíslas de todos y le dedicas todo el tiempo a tu pareja.
- Te olvidas de ti misma/mismo.

Después de cada ejemplo, el guía verbalizará lo que se está ejemplificando y pasamos al siguiente.

Anclaje:

Una vez pasado todos, el/la guía felicita a los participantes por sus habilidades histriónicas y pregunta si alguna vez les ha pasado estar en alguna relación tóxica o si conocen a alguien que esté en una actualmente.

Explicar que este tipo de relaciones a veces también vienen acompañadas de violencia sexual:

- Te chantajea o exige que realices prácticas sexuales que no te gustan.
- Te obliga a tener relaciones sexuales.
- Mantienes relaciones sexuales con tu pareja, únicamente por complacer sus deseos o para evitar que se enfade.

¿Qué puedo hacer si estoy en una relación tóxica?

- Aléjate, no dejes que nadie te lastime, no intentes “arreglar la relación” así te digan que pueden cambiar.
- Trabajar en tu independencia, es la mayor muestra de amor propio que puedes tener.
- Conversar con algún familiar o amigo, ¡busca ayuda! Las personas tóxicas pueden ser muy peligrosas.
- Si está en tus posibilidades, trata de buscar consejería psicológica.

5) Comando anti-tóxico

El/la guía cuenta que ahora podemos distinguir entre relaciones afectivas saludables vs. tóxicas. Ante ello, deberemos, por grupos, crear comerciales para informar y así prevenir algunos otros problemas que se han hecho muy comunes en estos tiempos. Entrega a cada grupo un papel con un problema a solucionar.

Celos: cuando la persona que está contigo es posesiva. Esto puede pasarte en una relación amorosa o con alguna amistad.

Gaslighting: cuando a la hora de expresar una incomodidad o algo que te disgustó de las acciones de una persona, esta minimiza tus sentimientos, y no se hace responsable de lo que estás reclamando, incluso colocando toda la responsabilidad en ti. Muchas veces viene con disculpas ambiguas “lo siento si te sentiste así, pero...”.

Ghosting: cuando después de una comunicación fluida, la persona simplemente se borra del mapa y no te vuelve a hablar. Incluso puede pasar que la persona reaparezca como si nada, tiempo después, dejando a la persona ghosteada, muy confundida.

Los grupos se organizan y muestran los comerciales. El/la guía agradece la creatividad puesta y da lugar a los comentarios y preguntas de cada participante.

6) Detector de tóxicos

El/la guía le pide al grupo que elabore un “Detector de Tóxicos”, un cuestionario para que cada persona que escuche el programa radial pueda detectar si está en una relación poco saludable.

Una vez finalizado el trabajo, el/la guía agradece a las y los participantes pidiendo que cierren la sesión con una palabra que englobe el trabajo del día.



SESIÓN 10. TEMA: NUESTRO QUINTO PROGRAMA SOBRE LO QUE DEBES SABER SOBRE RELACIONES AFECTIVAS SALUDABLES

OBJETIVO: QUE LOS PARTICIPANTES ORGANICEN LA INFORMACIÓN PROVISTA Y SUS CONCLUSIONES SOBRE LAS RELACIONES AFECTIVAS SALUDABLES Y PREPAREN UNA PAUTA RADIAL PARA COMPARTIRLA CON SU COMUNIDAD.

ACTIVIDADES:

El guía anuncia que se trabajará creando la pauta y grabando el episodio que tratará sobre relaciones afectivas saludables.

Se utilizan papelógrafos para crear los segmentos según la estructura explicada anteriormente. Ayudar a las y los participantes a ordenar sus ideas alrededor de lo trabajado en clase.

Que incluyan la dinámica del detector de tóxicos a modo de juego didáctico.

Que incluya recomendaciones para desarrollar relaciones afectivas saludables y no olviden las conclusiones.

SESIÓN 11. TEMA: ¿RESPONSABILIDAD AFECTIVA?

OBJETIVO: QUE LOS PARTICIPANTES PUEDAN CONOCER Y TRABAJAR CON EJEMPLOS LA RESPONSABILIDAD AFECTIVA, ASÍ COMO DESARROLLAR PREGUNTAS QUE CONSIDEREN DE INTERÉS PARA LOS ADOLESCENTES DE SU EDAD

CONTENIDO: *responsabilidad afectiva.*

CONTENIDO DE CONSULTA SUGERIDO PARA EL/LA GUÍA:

https://www.youtube.com/watch?v=qf_E8Oh23JE&ab_channel=MasculinidadesyG%C3%A9neroUruguay

https://www.youtube.com/watch?v=sKk_FpAB5TI&list=TLPQMjgxMjlwMjE-7qdBm1eobw&index=2&ab_channel=MasculinidadesyG%C3%A9neroUruguay

ACTIVIDADES:

1) Calentamiento: el día de pesca

El/la guía selecciona a dos participantes para que sean los pescadores y el resto de los participantes se para pegado a la pared, con las manos entrelazadas. El/la guía indica que los pescadores, en realidad hacen pesca profunda, es decir, no pescan ni con caña ni con red, sino que lo hacen con sus trajes de buzo, atrapando con sus manos los peces.

Señala que quienes están en la pared son los pececitos de arrecife que estos buzos quieren atrapar, pero que no son tontos y que no se dejarán atrapar fácilmente, por lo que se cuidarán y se protegerán de los buzos.

Los pescadores buzos solo podrán atrapar a los peces mientras tengan oxígeno. ¿Cómo lo sabrán? Cuando vayan a cazar deberán gritar “aaaaa” mientras intentan sacar a alguno de los peces, pero cuando se queden sin aliento, deberán volver.

Es importante escoger que las buzos sean mujeres, para no incurrir en estereotipos de género. Animar a que ellas usen su voz e intenten sacar los peces.

Seguramente para sacarlos necesitarán hacerlo juntas o con la ayuda del guía, quien puede apoyar a los pescadores si es necesario. El guía deberá dejar que encuentren las estrategias, tanto para cazar como para protegerse.

Anclaje:

Preguntar: ¿Qué tal? ¿Hubo dificultades? ¿Cuáles fueron? ¿Cómo las superaron?

Felicitar la organización, si la hubiera.

2) El circuito a ciegas

Materiales: Telas para vendar los ojos.

El/la guía lleva a las y los participantes al área del patio luego de dividirlos en dos grupos mixtos.

Pide que se coloquen en fila con sus grupos y que pongan las manos sobre los hombros del compañero de adelante. El/la guía procede a repartir vendas a todos, menos a los participantes de atrás de la fila.

Les dice que deberán llegar a tocar cierta pared que se encuentra en un lugar opuesto al que se encuentran, pero que lo harán con los ojos cerrados. Solo la jugadora de atrás podrá ver y será quien guíe a su grupo.

Les indica que en esta oportunidad no podrán hablar, pero que van a confiar en la guía.

Sí, la guía debe ser una participante mujer.

Los comandos son: para arrancar, apretar ambos hombros. Para ir a la derecha, apretar el hombro derecho. Para ir a la izquierda, apretar el hombro izquierdo. Para parar, dar un toque en la espalda.

El grupo que toque la pared primero gana.

El ejercicio trata sobre el ejercitar la escucha y la paciencia, también la confianza en el grupo. Todas estas cualidades servirán para introducir los temas de la sesión.

Anclaje:

El/la guía felicita el desempeño de ambos equipos y pide al equipo perdedor, si lo hubiera, que cuenta qué pasó y qué faltó.

Así también, consulta al equipo ganador, preguntándoles qué tuvieron que hacer para llegar bien a tocar la pared.

Preguntar si hubo comunicación pese a no poder hablar.

Aprovechar para subrayar la importancia de la escucha para entender lo que el otro nos está proponiendo.

El/la guía cuenta que hoy hablaremos sobre responsabilidad afectiva, cualidad muy necesaria en la siguiente dinámica, al igual que la escucha.

3) La pasarela

El/la guía pide que las y los participantes se coloquen unos frente a otros. Una vez así, pide que entrecrucen los brazos y se tomen de ellos, creando una red sólida que va a lo largo de la línea de participantes.

Uno a uno, los participantes deberán echarse sobre esta red creada por los brazos y llegar al otro lado. El guía debe indicar que es el trabajo de todo el grupo trasladar a esta persona y moverla hacia adelante, coordinando mover los brazos para poder avanzar el cuerpo del compañero sin romper la red.

No intervenir mucho más. Dejar que la tarea los encuentre solos. Todos deberán pasar. Para ello, seguramente alguno no querrá cruzar y será solo responsabilidad del grupo convencerlo/la y brindar su confianza. El/la guía debe dejar claro que el grupo deberá intentar hacer todo lo que está en sus manos para que pasen todos, incluido negociar y conversar con aquella persona que no sienta confianza. Deberán intentar ganársela, anticipando lo que harán en la actividad, asegurando que la persona no se caerá, etc.

Anclaje:

Una vez finalizada la tarea, el/la guía pregunta si hicieron uso de la responsabilidad afectiva o no. Permitir el diálogo.

Una vez establecida una idea general, el/guía define: La responsabilidad afectiva se basa en el acuerdo de cuidado y el diálogo sobre los sentimientos y emociones que surgen en una relación de cualquier naturaleza. En otras palabras, tener en cuenta los sentimientos de la otra persona o involucrarnos con ella.

Implica un cuidado con las personas para con quienes tenemos vínculos de todo tipo.

Cuidar es escuchar al otro teniendo en cuenta sus emociones, lo cual implica tratarla bien.

Pregunta: ¿Tuve desconfianza a la hora de cruzar? ¿Qué me la generó? ¿Qué tuvo que pasar para que confiara? ¿Qué temía que suceda? ¿Cómo lo evitó el grupo?

Explicar que la responsabilidad afectiva nos protege de entrar en una relación tóxica y desgastante, porque permite considerar a todas las personas que conforman una relación. Es decir, que les da lugar a todas las personas en la relación.

Hace que nuestras relaciones no se estanquen, es una retroalimentación constante. Se aplica a parejas, amistades, en familia y en el trabajo.

Para empezar a tener relaciones responsables afectivamente: No asumas que lo que haces o dices está bien sin tener en cuenta lo que piensa o siente el otro, tampoco dejes de expresar tus propias expectativas. Si no haces esto, siempre estarás desgastando a la otra parte y sentiremos que nos quedaron debiendo porque no recibimos lo que queríamos.

4) Soy una manzana

Materiales: conceptos descritos en el anclaje, previamente escritos en papelógrafos.

El/la guía explica que haremos diferentes escenas usando solo la comunicación entre nosotros. Un participante deberá salir al frente y “convertirse” en algo solo diciendo lo que es y congelando una pose, por ejemplo “soy una manzana”. Rápidamente otro participante deberá completar la figura diciendo “soy el árbol de sostiene la manzana”. Otra persona deberá complementar de alguna manera ambas propuestas “soy la tierra donde crece el árbol” y así sucesivamente hasta que salgan todos.

Se puede hacer cuantas veces se quiera, con diferentes objetos, siempre y cuando todos se complementen entre sí.

Una vez acabado, el/la guía explica que, al igual que nosotros le dimos un lugar a cada una de las propuestas, escuchando y sumando al juego del compañero, así también es actuar con responsabilidad afectiva. Colocar papelógrafos para ser consultados por las y los estudiantes en cualquier momento de lo que queda de la sesión.

La responsabilidad afectiva replantea la manera de querer y querernos a nosotros mismos, sin que eso implique hacernos cargo de las expectativas de la otra parte, o ceder a todas sus solicitudes con tal de mantener esa relación.

Tampoco es modificar nuestra personalidad por miedo a que nos dejen.

Es darnos la oportunidad de reflexionar sobre cómo queremos vincularnos.

Toda relación involucra la participación de todos los involucrados.

Estas son las claves para actuar con responsabilidad afectiva:

1. comunicación asertiva

Aunque en ocasiones nos cueste, es importante expresar lo que nos gusta, lo que sentimos etc. Es necesario hacerlo de manera directa, clara y honesta, para prevenir y superar los conflictos.

Ten la capacidad de escuchar al otro.

2. establecer acuerdos

Decidir lo que vale y lo que no.

Por ejemplo, muchos piensan que la fidelidad es una obligación. Sin embargo, esta en realidad es una decisión de mutuo acuerdo en una relación.

Lo ideal es tomar un tiempo al inicio de la relación en el que podamos reconocer lo que necesitamos y queremos, para llegar a un acuerdo de ambas partes.

3. consideración

Actuar con empatía. No hacerle a los demás lo que no nos gustaría que nos hicieran.

Todo lo que dices y haces genera un impacto en tu pareja, amigos, hijos, etc. No muevas a la gente con tus cambios emocionales.

Las personas no son propiedades, no te pueden pertenecer, no pueden ser controladas. Debes respetar a las personas que quieres.

Deja espacio para que las personas que quieres crezcan y sean libres.

4. compromiso

La responsabilidad afectiva implica comprometerte con la otra persona. Saber que, aunque las cosas se pongan complicadas, no será excusa para desaparecerse de un momento a otro (*ghosting*).

5. consecuencias

Mis sentimientos también afectan a la otra persona. Tener eso en cuenta es tener responsabilidad afectiva.

Cada persona tiene su propia manera de entender la vida y darles sentido y valoración a sus propias experiencias. Es así como, no podemos decir que solo una persona “nos hizo enojar”. Nuestra interacción con las personas es un efecto de todas las relaciones que hemos tenido en nuestra vida.

Es importante detenerse a pensar ¿Estoy siendo empático? ¿lo que estoy haciendo afecta a otros?

Nadie es perfecto y todos vamos a cometer errores, pero actuar con responsabilidad afectiva significa conducirnos con empatía y respeto, y si nos equivocamos y esto trae consecuencias, asumirlas responsablemente, buscando una solución positiva para todos, ya que actuar de otra manera puede dañar la relación o de plano, romperla.

Para ello, se necesita interés de todas las partes, honestidad y transparencia. Sé sincero con lo que eres desde el principio: si eres libre, celosa, irritable, etc. Es lo correcto mostrarte tal cual eres. No a las estafas, no al doble rol.

Si seguimos estos cinco pilares de la responsabilidad afectiva, podremos experimentar cambios muy positivos en nuestros vínculos. No contar con la responsabilidad afectiva se traduce en incomodidad, inestabilidad, insatisfacción y otros problemas relacionados a no recibir lo que te gustaría, que, además, es lo que te mereces.

¿Qué tan responsable eres afectivamente en tus vínculos? ¿Qué tan responsables son afectivamente contigo?

6. La varita de la responsabilidad afectiva

El/la guía divide a cada participante en grupo y les entrega algunos casos.

Les explica que en esos vínculos son necesarios cincuenta céntimos de responsabilidad afectiva. Cada grupo se encargará de aportar eso en una representación.

-No nos debemos nada, no somos nada.

-Pero estuvieron chapando toda la noche.

-Sí, pero no somos nada.

- Oye ¿tu enamorada por qué no viene?

- Es que no le gusta estar con mis amigos

- ¿Eso siempre fue así?

- No, al principio si paraba, pero luego me dijo que prefería que la llame después.

-Oye, me encantó lo que pasó entre nosotros anoche, pero debes saber que tengo enamorada y que no la pienso dejar.

-¿Oye y tu mejor amiga?

-No viene, es que ayer le dejé de hablar porque no me gustó una cosa que me hizo.

-Si no vienes conmigo hoy día, voy a entender que ya no me quieres ver.

-¡Pero hoy es cumpleaños de mi mamá!

Una vez realizada la presentación de cada uno de los casos abordados con responsabilidad afectiva, el/la guía escucha los comentarios de los participantes, pregunta si la responsabilidad afectiva es algo que han practicado antes, aunque sin ese nombre, o si se les ocurre que podrían usarlo en algún vínculo de su vida.

Una vez finalizado el diálogo, el/la guía agradece el trabajo y pide cerrar con una palabra cada uno.

SESIÓN 12. TEMA: NUESTRO SEXTO PROGRAMA SOBRE LO QUE TODAS Y TODOS DEBEN SABER SOBRE RESPONSABILIDAD AFECTIVA

OBJETIVO: QUE LOS PARTICIPANTES ORGANICEN LA INFORMACIÓN PROVISTA Y SUS CONCLUSIONES SOBRE RESPONSABILIDAD AFECTIVA Y PREPAREN UNA PAUTA RADIAL PARA COMPARTIRLA CON SU COMUNIDAD.

ACTIVIDADES:

El guía anuncia que se realizará la última de las sesiones de producción y realización de contenido digital sobre lo que aprendimos en la sesión pasada sobre responsabilidad afectiva.

Los participantes organizan sus ideas sobre lo revisado anteriormente sobre responsabilidad afectiva.

Una vez definido el contenido a transmitir, deberán idear formas sencillas y didácticas de transmitirlos: listas, ejemplos.

Puede haber un espacio de debate o intercambio de opiniones o recomendaciones de parte de los adolescentes para el resto de la comunidad, para empezar a considerar la responsabilidad afectiva en sus vínculos.

Asimismo, el guía deberá orientarlos a crear el programa, pensando en que será la última edición del mismo y deberán saludar, agradecer por la sintonía y darle un espacio al cierre de esta actividad grupal con los radioescuchas/seguidores.

Una vez acordado lo que se grabará. Se procederá a hacerlo. Todos deberán ayudar a realizarlo, así no participen como conductores.

Una vez finalizada la grabación, y acordada la publicación, los participantes y guía despedirán el espacio.

- Juego de cierre: Las cadenas de la amistad.

Cada participante tendrá en la mano unos collares simples de pabilo, con un cartón a modo de dije y un plumón.

Cada uno tendrá tantos collares como el número de participantes.

Los participantes escriben una buena característica que descubrieron de sus compañeros en este espacio y se la cuelgan en el cuello. Al final de la actividad, cada participante tendrá colgado en el cuello varios collares. El/ la guía también puede participar para romper el hielo.

Si el guía lo considera pertinente, puede realizarse un compartir de alimentos, coordinado previamente.



BIBLIOGRAFÍA

2021-2022, MATINEZ MUÑOZ Esther, MARTINEZ MUÑOZ, Cruz, 200 juegos: Actividades con distancia física, Animación y tiempo libre educativo. ACENTO, Escuela de Animadores. Valencia.

2021 Ministerio de Educación Perú (Ed) Guía para implementar la Educación Sexual Integral, Recurso educativo dirigido a docentes de Educación Básica Regular.

2021 MUÑOZ Cabrejo, F. , Giesecke Chero, M. Sánchez Domínguez, A. , Soto Arias, C. Vasquez Girao, V. (ed.) Diagnóstico sobre la Situación de Violencia de Género hacia las mujeres y el embarazo adolescente en escuelas de la provincia de Cangallo, Ayacucho, UNESCO, Lima

2020 JAKAIRÁ, iniciativa ESI en Casa: Cuadernillo de Actividades para el aislamiento obligatorio. Fundación Kaleidos. Buenos Aires

2019 CASTAÑEDA, Marina El Machismo Invisible. Penguin Random House Grupo Editorial Mexico.

2018 DUARTE, Laura, CASTRO, Rodrigo, Herramientas para abordar temas de género en el ámbito educativo, material teórico y práctico. Dirección General de políticas de Género, Ministerio Público Fiscal. Buenos Aires

2016 Municipalidad de Santiago, 100 Preguntas sobre sexualidad adolescente, Municipalidad de Santiago, Santiago de Chile

2014 UNESCO Office, Santiago and Regional Bureau for Education in Latin America and the Caribbean Educación Integral de la Sexualidad: Conceptos, Enfoques y Competencias

2013 CAMPAÑA Contra las Violencias, Herramientas Lúdicas para Aproximarnos al Problema de las Violencias de Género desde una Perspectiva Educación Popular. Buenos Aires.

2011 FULLER, Norma, para el ministerio de Educación Perú Informe Final: Sexualidad y Género en las culturas Wampis y Awajún

2011 RAMOS BRUM, Valeria XX Técnicas grupales para el trabajo en sexualidad con adolescentes y jóvenes. Fondo de Población de las Naciones Unidas UNFPA. Montevideo.

2009 CAMPILLO POZA, Inés, VILLATE RUANO, Elia *Educando en Igualdad, Guía para chicas y chicos de secundaria: Reflexiones, preguntas e historias*. ITE - Ministerio de Educación, Instituto de la Mujer - Ministerio de la Igualdad. Madrid

2004 MATEO, Blanca (coord.) *Juguemos... guía para la coeducación y la no violencia de género*. Grupo Acción de igualdad de oportunidades. Barcelona

