

NOS RELACIONAMOS
EN LA

IGUAL DAD

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



ÑAÑEMOARANDU HA ÑAÑEÑANDUKA
APRENDEMOS Y NOS HACEMOS SENTIR



BASE EDUCATIVA Y
COMUNITARIA DE APOYO



FUNDACIÓN PANAMERICANA PARA EL DESARROLLO

EL PATRIARCADO



Es un sistema de dominación masculina que determina la opresión y subordinación de las mujeres.

SEXO



Es el conjunto de características físicas y anatómicas diferentes que los seres humanos tenemos naturalmente.

GÉNERO

Se refiere a los roles, comportamientos, actividades y atributos que una sociedad determinada en una época específica considera apropiados para cada persona.

Es importante resaltar también, que el género determina qué se espera, qué se permite y qué se valora en una mujer o en un hombre, dentro de un contexto determinado.



SISTEMA SEXO - GÉNERO

Es un sistema de organización social que se vale de los roles y estereotipos de género para clasificar y estructurar la sociedad de manera binaria, generando una relación de desigualdad entre las dos categorías (hombre-mujer).

ESTEREOTIPOS DE GÉNERO

○ sexistas son generalizaciones simplistas sobre los hombres y mujeres.

ROLES DE GÉNERO

Se refieren a las normas sociales y de conducta que, dentro de una cultura específica, son ampliamente aceptadas como socialmente apropiadas para las personas de un sexo específico.

ANDROCENTRISMO



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

SEXISMO



Es el conjunto de prácticas y actitudes que promueven el trato desigual y discriminatorio de las personas basado en su sexo biológico.

MACHISMO



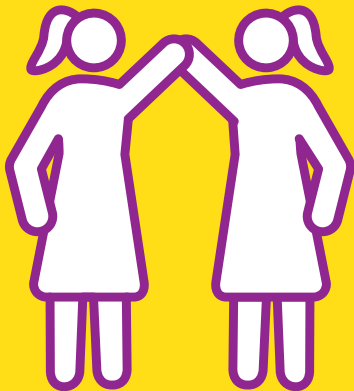
Es una "ideología que defiende y justifica la superioridad y el dominio del hombre sobre la mujer. Es un tipo de violencia que discrimina a las mujeres e incluso a los hombres homosexuales.

MICRO-MACHISMO



Son actitudes de dominación 'suave' o de 'bajísima intensidad', formas y modos larvados y negados de abuso e imposición en la vida cotidiana.

FEMINISMO



Es un movimiento político y social que lucha por la igualdad y el reconocimiento de los derechos de las mujeres.

DISCRIMINACIÓN



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

DISCRIMINACIÓN CONTRA LA MUJER

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



VIOLENCIA

Designa al conjunto de comportamientos y prácticas inaceptables o de amenazas, ya sea que se manifiesten una sola vez o de manera repetida, que tengan por objeto causar un daño físico, psicológico, sexual o económico e incluye, a la violencia y al acoso por razón de género.

VIOLENCIA DE GÉNERO



Consiste en cualquier acto que resulte un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para las mujeres, niñas, personas homosexuales o personas que decidan no seguir los mandatos de estereotipos sexistas y de género sobre el supuesto deber ser de hombres y mujeres.

VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES

Es todo acto de violencia que tenga o pueda tener como resultado un daño o sufrimiento físico, sexual o mental para la mujer, así como las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, tanto si se producen en la vida pública como en la vida privada.



VIOLENCIA FÍSICA

Golpes, tirones, empujones, pellizcos, lesiones, entre otros.



VIOLENCIA SEXUAL

Contra la mujer o la niña comprende no solo actos de naturaleza sexual que se ejerzan por medio de la violencia física, sino también otros de esa naturaleza que, cometiéndose por otros medios, resulten igualmente lesivos de los derechos de la mujer o la niña o le causen daño o sufrimiento.



VIOLENCIA PSICOLÓGICA

Humillaciones, amenazas, celos, chantajes, intimidaciones, descalificaciones, acusaciones sin fundamento de salir con otra persona o de ser infiel, criticar la ropa que se usa, llamar con apodosos que hacen sentir mal (gorda, fea, poco hombre), meterse a las redes sociales sin consentimiento, hacerle sentir culpable por el enojo de la otra persona, hacerle sentir mal porque sale con amigas o amigos, controlarle el tiempo a la pareja.

VIOLENCIA FEMINICIDA



Es la acción que atenta contra el derecho fundamental a la vida y causa la muerte de la mujer, la misma está motivada por su condición de tal, tanto en el ámbito público como el privado.

VIOLENCIA CONTRA LOS DERECHOS REPRODUCTIVOS



Es la acción que impide, limita o vulnera el derecho de la mujer sobre su salud sexual y reproductiva.

VIOLENCIA OBSTÉTRICA



Es la conducta ejercida por el personal de salud o las parteras empíricas sobre el cuerpo de las mujeres y de los procesos fisiológicos o patológicos presentes durante su embarazo

y las etapas relacionadas con la gestación y el parto.

VIOLENCIA PATRIMONIAL Y ECONOMICA



Es la acción y omisión que produce daño o menoscabo de los bienes, valores, recursos o ingresos económicos propios, así como el negar o impedir de cualquier modo realizar actividades laborales fuera del hogar o privarle de los medios indispensables para vivir.

VIOLENCIA LABORAL



Es la acción de maltrato o discriminación hacia la mujer en el ámbito del trabajo, ejercida por superiores o compañeros de igual o inferior jerarquía.

VIOLENCIA POLÍTICA

Es la acción realizada contra la mujer que tenga como fin retardar, obstaculizar o impedir que la misma participe de la vida política, en cualquiera de sus formas y ejerza los derechos previstos en la ley.



VIOLENCIA INTRAFAMILIAR

Es la acción de violencia física o psicológica ejercida en el ámbito familiar contra la mujer por su condición de tal, por parte de los miembros de su grupo familiar, incluye a las relaciones vigentes o finalizadas, no siendo requisito la convivencia.

VIOLENCIA MEDIÁTICA



Es la acción ejercida por los medios de comunicación, a través de publicaciones u otras formas de difusión o reproducción de mensajes, contenidos e imágenes estereotipadas que promueven la cosificación, sumisión o explotación de mujeres o que presenten a la violencia contra la mujer como una conducta aceptable.



VIOLENCIA TELEMÁTICA

Es la acción por medio de la cual se difunden o publican mensajes, fotografías, audios, videos u otros que afecten la dignidad o intimidad de las mujeres a través de las actuales tecnologías de la información y comunicación, incluido el uso de estos medios para promover la cosificación, sumisión o explotación de la mujer.

VIOLENCIA SIMBÓLICA



Consiste en el empleo o difusión de mensajes, símbolos, íconos o signos que transmitan, reproduzcan y consoliden relaciones de dominación, exclusión, desigualdad y discriminación, naturalizando la subordinación de las mujeres.

VIOLENCIA INSTITUCIONAL

Es el conjunto de actos u omisiones cometidas por funcionarios de cualquier institución pública o privada, que tengan como fin retardar o impedir a las mujeres el acceso a servicios públicos o privados, o que en la prestación de estos se les agreda o brinde un trato discriminatorio o humillante.

VIOLENCIA CONTRA LA DIGNIDAD

Es la expresión verbal o escrita de ofensa o insulto que desacredita, descalifica, desvaloriza, degrada o afecta la dignidad de las mujeres, así como los mensajes públicos de autoridades, funcionarios o particulares que justifiquen o promuevan la violencia hacia las mujeres o su discriminación en cualquier ámbito.

FEMINICIDIO



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

BULLYING



Es un tipo de acoso que se realiza entre pares, una forma de discriminación hacia otros por sus características, como la apariencia física, edad, orientación sexual, identidad de género, entre otras.

VIOLENCIA ONLINE HACIA ADOLESCENTES

SEXTING SIN CONSENTIMIENTO



El sexting es cualquier tipo de mensaje provocativo enviado desde el teléfono o la computadora, sea una foto, un audio o un video. El sexting, en sí mismo, no es una forma de violencia, pero sin consentimiento sí, ya que la víctima no autoriza su difusión y puede desembocar en otras formas de violencia como el ciberacoso o la pornografía infantil.

SEXTORSIÓN



Es un chantaje o amenaza de publicar contenido audiovisual o información personal sexual a cambio de un intercambio de valor (dinero o algún bien material o puede estar sujeto a que la víctima haga algo). La diferencia con el sexting sin consentimiento es que con la sextorsión se busca el intercambio.

VIOLENCIA ONLINE HACIA ADOLESCENTES

VIOLENCIA ONLINE EN LA PAREJA O EX-PAREJA



Es el conjunto de comportamientos repetidos que pretenden controlar, menoscabar o causar un daño a la pareja o ex-pareja a través de medios digitales.

CIBERACOSO O CIBERBULLYING



Es la violencia entre pares que consiste en el hostigamiento hacia una víctima, a través de mensajes, imágenes, vídeos o comentarios a través de medios digitales, todos ellos con la intención de dañar, insultar, humillar o difamar. A diferencia del acoso, no hay contacto directo cara a cara y se prolonga más en el tiempo a causa de la viralización del contenido, mediante su difusión, perdiendo el control sobre el mismo.

ACOSO SEXUAL



Se ejerce a través de prácticas amenazantes, invaden la integridad emocional por las expresiones desagradables y humillantes que se expresan sobre las mujeres, como lo son los supuestos piropos o acoso callejero.

ACOSO SEXUAL EN LA VÍA PÚBLICA O ACOSO CALLEJERO



Toda conducta física o verbal de naturaleza o connotación sexual realizada por una o más personas en contra de otra y otras con quienes no se mantiene relación de ninguna índole, sea verbal o gestual, que conlleven comentarios de carácter sexual, gestos obscenos que resulten insoportables, humillantes u ofensivos para quien los recibe, en el transporte o lugares públicos, que pongan a la víctima en situación intimidante, hostil u ofensiva.

NOVIAZGO



Es una vinculación que se establece entre dos personas que se sienten atraídas mutuamente. Representa una oportunidad para conocerse, una etapa de experimentación y de búsqueda, con actividades, gustos y pensamientos en común. Es un preámbulo para una relación duradera, pero, generalmente, se encuentra atravesada por estereotipos de género que configuran dichas relaciones.

EL AMOR ROMÁNTICO

Es una construcción social que idealiza e impacta de manera diferenciada a hombres y mujeres. A continuación cuadro comparativo



Figura

DEL PRÍNCIPE AZUL

- Se trata del supuesto hombre perfecto.
- Valiente, proveedor, dispuesto a rescatar del peligro a la desvalida princesa.



Figura

DE LA PRINCESA

desvalida que encuentra la felicidad cuando un hombre, "el *príncipe*" la rescata. En los cuentos, las princesas difícilmente tienen sueños propios, se proyectan como mujeres dependientes.



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



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

MITOS DEL AMOR ROMÁNTICO

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



MITO DE LA OMNIPOTENCIA

‘El amor todo lo puede’, por tanto, plantea que sólo será necesario amarse para solucionar los problemas. Esto tiene como consecuencia, la imposibilidad de revisar los comportamientos, ya que ‘el amor, todo lo perdona’. Así, se normalizan actitudes negativas y violencias.



MITO DE LA MEDIA NARANJA

Significa que se elige una pareja a la que se estaba predestinado, lo que muestra una única elección posible, y esto lleva a una sobre exigencia en la aceptación de la relación de pareja. Además, parte de que una mujer está incompleta hasta que encuentra a esa pareja: el todo.

MITOS DEL AMOR ROMÁNTICO



MITO DE LA EQUIVALENCIA ENTRE LA PASIÓN Y EL AMOR

Implica creer que la pasión (sentimiento) y el enamoramiento son equivalentes. Aceptar este mito, supone no reconocer la diferencia entre ambos conceptos y tampoco identificar que los dos estadios conviven en mayor o menor intensidad.



MITO DE LOS CELOS

Es la creencia que los celos son signo de amor y requisito fundamental para el amor verdadero. Este mito justifica comportamientos egoístas, injustos, represivos y violentos.



VIOLENCIA EN LAS RELACIONES DE PAREJA

Desde el momento que en una relación, una de las personas tiene por objeto causar daño a la persona más vulnerable, no es una relación natural. Las formas de violencia más comunes, que se producen en una relación de pareja, son: el aislamiento, el control, la violencia económica, la violencia psicológica, la violencia física y la violencia sexual.

CICLO DE LA VIOLENCIA



La violencia puede ocurrir en cualquier momento de la relación, desde el primer encuentro, durante el noviazgo o al llevar varios años de convivencia.

Sin importar el momento en que ocurre, implica algunos aspectos de poder y control. El patrón que se establece se presenta en un ciclo en el que, tanto el hombre como la mujer, se encuentran atrapados. Las fases del ciclo de violencia son:

FASE DE ACUMULACIÓN DE TENSIÓN



Ciclo de la violencia

Se manifiestan con insultos, reproches, escenas de celos y control, silencios prolongados, burlas, malestar constante y en aumento.

Agravamiento del ciclo

Se agrava la violencia. Se agregan incidentes que pueden incluir formas de maltrato físico (no golpes), empujones, apretones de brazo, tirones de cabello.

FASE DEL EPISODIO AGUDO, DE ESTALLIDO O EXPLOSIÓN



Ciclo de la violencia

La tensión acumulada da lugar a una explosión de violencia que puede variar en gravedad.

Se manifiesta en incidentes con todo tipo de agresión física o sexual, golpes, ruptura de objetos y amenazas.

Agravamiento del ciclo

Puede tomar características aún más graves, ocasionando lesiones severas y llegar hasta la muerte de cualquiera de los protagonistas (feminicidio y/o suicidio).

FASE DE LUNA DE MIEL, RECONCILIATORIA, O DE ARREPENTIMIENTO



Ciclo de la violencia

Se produce el arrepentimiento, a veces instantáneo, seguido de las disculpas. Aparecen las expresiones de perdón y más.

Agravamiento del ciclo

Comienza con expresiones 'afectuosas' breves, pasando, rápidamente, al acoso sexual, pudiendo llegar a la violación.

SEXUALIDAD



Comprende la actividad sexual, las identidades de género, la orientación sexual, el erotismo, el placer, la intimidad y la reproducción. Comprende aspectos biológicos, psicológicos, sociales, económicos, políticos, culturales, éticos, legales, históricos, religiosos y espirituales. Tiene 4 componentes: el género, el erotismo, los vínculos afectivos y la reproducción.

DERECHOS SEXUALES Y DERECHOS REPRODUCTIVOS



Se refieren a la libertad de las personas para ejercer su sexualidad de manera saludable, sin ningún tipo de abuso, coerción, violencia o discriminación de cualquier tipo. Forman parte de los derechos humanos y buscan garantizar que todas las personas puedan tomar decisiones sobre su vida sexual con libertad, confianza y seguridad, contemplando el deseo del disfrute de relaciones placenteras.

EL CONSENTIMIENTO



Proviene de la palabra consenso, la cual significa acuerdo mutuo, una forma infalible de asegurar la igualdad. El consentimiento sexual es el acuerdo verbal o no verbal para participar en un acto sexual, y es una manera de establecer si todas las partes involucradas lo hacen a gusto, de forma sana y consciente. El consentimiento debe ser dado voluntariamente, como resultado de la libre voluntad de la persona, valorada en el contexto de las circunstancias que lo rodean. Existen diferentes características que pueden limitar la libertad de las personas para otorgar consentimiento, por ejemplo, la diferencia de relaciones de poder a partir características como relaciones de autoridad, de sexo o de edad. Requisitos del consentimiento: se da con convencimiento, se da libremente, informado, específico, reversible.

VIOLENCIA SEXUAL



Es una de las expresiones de la violencia de género; siendo esta expresión, una de las mayormente sufridas por las mujeres en diversas partes del mundo y en distintos ámbitos de índole familiar, laboral, social.



EMOCIONES

Son respuestas fisiológicas que se presentan frente a un estímulo. Su expresión puede ser física, a través del rostro o la elevación del ritmo cardíaco, y también generan reacciones conductuales como acercarse, comportarse agresivamente o huir. Las emociones básicas del ser humano son: tristeza, alegría, enojo, miedo.

SENTIMIENTOS

Surgen cuando la persona está consciente de lo que provocan las emociones y es capaz de asociarlos con otros conocimientos previos. Son perdurables, aun cuando el estímulo desaparece, ya que es la misma persona la que la genera. Los sentimientos suelen ser: amor, celos, sufrimiento, rencor, compasión, entre otros.



SOLUCIÓN DE CONFLICTOS



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



AUTOESTIMA



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

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

LIDERAZGO



Es “la capacidad de movilizar a otras personas para luchar por aspiraciones compartidas.” Adquirir herramientas para poder influenciar y motivar a otras personas de formas efectivas es muy relevante para la formación de pares, la militancia, y la vida en general. Todas las personas juegan papeles de liderazgo en la vida: en la familia, el trabajo y la comunidad o hasta a nivel nacional, a pesar de que no se piensa a menudo las cosas que se hacen para liderar.