



MÓDULO de

PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA BASADA EN GENERO



GESTIÓN 2023 PUEBLO DIFERENTE

El presente material fue realizado en el marco de convenio de cooperación entre las Organizaciones No Gubernamentales PUEBLO DIFERENTE y AXIS, con el financiamiento de CISU– Civil Society in Development DANIDA de Dinamarca.

Equipo EQUIPO PRO JOVEN:

Paola Saavedra Hidalgo
Jhonny W. Nina Mamani
Roxana Chambi Llusco
William Romecin Sandoval
Lizbeth Garvizu Pacheco

Equipo: Pro Joven AXIS, Dinamarca

Niels Boe
Wara Ponce de León Heinecke
Linda Soelberg
Maria Bermejo Barbado

Depósito Legal

xxx

Diseño y Diagramación

Editora Presencia SRL

Contenido

Instituciones aliadas	5
Instituciones involucradas en el desarrollo del Proyecto	6
Nuestra Organización Pueblo Diferente	7
Introducción	8
VIOLENCIA BASADA EN GÉNERO.....	10
Qué es violencia.	10
¿Qué entendemos por Violencia Basada en Género	11
El triángulo de la violencia	11
Tipos de violencia (Violencia Directa).....	14
Violencia Estructural.....	15
Violencia Cultural	16
Patriarcalismo, Misoginia y matriarcado	16
El patriarcalismo	16
Misoginia.....	17
Actitudes Misóginas.....	18
Matriarcado.....	18
ESTEREOTIPOS QUE AFECTAN LA SALUD SEXUAL.....	20
TIPOS DE VIOLENCIA EN EL SISTEMA EDUCATIVO	25
¿ME QUIERE, O ME QUIERE CONTROLAR? # CIBERCONTROL.....	27
ESTRATEGIAS PARA MITIGAR LA VIOLENCIA EN ESPACIOS EDUCATIVOS.....	32
Habilidades para la vida.....	32
Autoconocimiento	33
INVESTIGACIÓN DIAGNOSTICA PARA EL DESARROLLO DE LA CLASE.....	34
Manejo de emociones.....	36
¿CÓMO ME SIENTO HOY?	37
Manejo del estrés	38
LA TELARAÑA DEL ESTRÉS.....	40
Toma de decisiones	43
FACTORES QUE MODULAN LAS DECISIONES DE LAS MUJERES...44	44
Solución de problemas y conflictos	46
Pensamiento creativo	46
Pensamiento crítico.....	46
Empatía	46
LA CAJITAS DE ASUNTOS	47
Comunicación asertiva.....	49
TRABAJANDO EN LA COMUNICACIÓN ASERTIVA.....	50
Relaciones interpersonales eficaces.....	52

RELACIONES INTERPERSONALES EFICACES TODOS EN JUEGO.....	53
Vínculos afectivos amor romántico	56
La despatriarcalización	57
Resolución de conflictos.....	58
Análisis de conflicto.....	58
Estrategias para resolver conflictos	58
La educación sexual integral como forma de prevención de la violencia	60
“RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS Y PENSAMIENTO CREATIVO”	
BALÓN CAPITÁN	61
LA PROPUESTA DEL NEOABORDAJE DE GÉNERO DESDE LA	
EDUCACIÓN SUPERIOR PARA PREVENIR LA VIOLENCIA DE	
GÉNERO	66
Prevención de la violencia desde la planificación curricular	67
La coeducación como enfoque de prevención de la violencia	68
Estrategias didácticas para aplicar en el aula	69
PELOTA DE GÉNERO.....	70
BIBLIOGRAFÍA.....	73

Instituciones aliadas

El presente texto es posible gracias a la participación de ONG Pueblo Diferente, y la Escuela Superior de Formación de Maestros Simón Bolívar.

Autores:

Lic. Teofila Castro Mamani
Lic. Roxana L. Chambi Villafan
Lic. N. Cecilia Flores Perez
Lic. Angela S. Uruchi Garcia
Lic. Edwin Aro Ticona
Lic. Oscar O. Cordova Quisbert
Lic. Felipe S. Quispe Choque
Lic. Teodosio Vargas Vargas
Lic. Rufo Ayala Mollo
Lic. Sinforiano Usnayo Ururi

Instituciones involucradas en el desarrollo del Proyecto

Pueblo Diferente PD
Escuela Superior de Formación de
Maestros Simón Bolívar
Axis - Dinamarca
CISU - Civil Society in Development
DANIDA de Dinamarca
Añadir:
Agradecimiento especial a la
Lic. Rosmery Valda
Directora general Escuela Superior
de Formación de Maestros Simón
Bolívar.

Nuestra Organización Pueblo Diferente

Gracias queridos miembros de nuestra
organización Pueblo Diferente,
por creer y apoyar la educación,
transformando el país.

Zenon Cuti Anti

Roxana Flores Chavarria

Ruth Siñani Oruño

Carlos Cuti Tarqui Maria

Teresa Clemencia Vilela Gutierrez

Felix Nabod Aliaga Villarroel

Artenio Paye Lopez

Paola Adriana Saavedra Hidalgo

Saul Menacho Ayala

Jhonny Wilfredo Nina Mamani

Rene Huanca Churqui

Introducción

CISU – Civil Society in Development de DANIDA Dinamarca ha puesto la confianza en AXIS – DINAMARCA y PUEBLO DIFERENTE – BOLIVIA para hacer posible el Proyecto *“Un mundo más equitativo y justo a través de una educación de calidad y una sociedad civil fuerte”*. En ese marco la ONG Pueblo Diferente propone el siguiente módulo de Prevención de la Violencia Basada en género adaptado a la metodología Autogógica con actividades prácticas, lúdicas como herramientas que permitan a los docentes, estudiantes y facilitadores habilidades cognitivas, emocionales y sociales para la vida.

Los contenidos y actividades del presente Módulo de la especialidad de Educación Sexual Integral propuesto y validado por los Docentes de la Escuela de Formación de Maestros Simón Bolívar con sede en la población de Caranavi posibilita que cada participante analice, reflexione y se apropie de conocimientos, actitudes y prácticas positivas que motiven a promover un ambiente escolar pacífico y armónico para la vida cotidiana con un enfoque de diversidades, despatriarcalización, equidad de género y promoción de derechos.

En esa perspectiva, el presente MÓDULO se estructura en cuatro partes fundamentales que se describe a continuación:

En la primera parte, se presenta la conceptualización de la violencia, clasificación de las tipologías de violencia, violencia basada en género, despatriarcalización, misoginia y el matriarcado.

En la segunda parte, se explica los aspectos importantes de la violencia en el sistema educativo como prioridad para el abordaje en la concreción curricular.

En la tercera parte, se describe las estrategias para mitigar la violencia en espacios educativos el mismo se plantea a partir de las habilidades para la vida, despatriarcalización, estrategias de resolución de conflictos, educación sexual integral.

En la cuarta parte se presenta el abordaje de género desde la educación superior para prevenir la violencia propiamente dicha. Se incorpora las dimensiones analíticas que nos permitan avanzar hacia la configuración de un espacio equitativo y diverso.

Cada capítulo que se presenta en el módulo de Prevención de la violencia basada en género contempla estrategias pedagógicas plasmadas en técnicas para que el docente aplique en la concreción curricular como también en las prácticas educativas comunitarias lideradas por los estudiantes en la ESFM.

El presente documento pretende ser un aporte significativo al modelo educativo socio comunitario productivo contribuyendo a las políticas sociales y a la gestión de prevención en el ámbito del subsistema de educación regular.



PRIMERA PARTE

VIOLENCIA BASADA EN GÉNERO

Qué es violencia.

Se entenderá por violencia al acto de dañar o lastimar a una persona con la intención de hacerle sentir mal, bajar su autoestima, sufrimiento o daño físico, sexual o psicológico. Es necesario entender que la violencia puede ser ejercida por acción y omisión, abierta o encubierta. Tiene mucho que ver con el uso excesivo y abusivo del poder, y puede afectar de distintas maneras a los grupos y a las personas en diferentes aspectos como ser la integridad física, mental, psicológica, afectiva, sexual, económica y social, pudiendo también afectar a sus pertenencias, recursos y oportunidades. También se puede considerar a la violencia como *“todo aquello que, siendo evitable, impide, obstaculiza o no facilita el desarrollo humano o el crecimiento de las capacidades potenciales de cualquier ser humano”*. (Child Fund Bolivia, Kit de herramientas, 2018, p. 5).

No obstante, a ello la violencia es un fenómeno complejo y multidimensional, por lo que no existe una definición única, es ese sentido, presentamos algunas definiciones más difundidas, asumidas por algunas organizaciones y representantes de las normativas nacionales:

OMS (ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD)	Ley Nro. 548: CÓDIGO NIÑO NIÑA Y ADOLESCENTE	Ley Nro. 348: LEY INTEGRAL PARA GARANTIZAR A LAS MUJERES UNA VIDA LIBRE DE VIOLENCIA
Violencia es el uso deliberado de la fuerza física o el poder, ya sea en grado de amenaza o efectivo, contra uno mismo, otra persona o un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones	Constituye violencia, la acción u omisión, por cualquier medio, que ocasione privaciones, lesiones, daños, sufrimientos, perjuicios en la salud física, mental, afectiva, sexual, desarrollo deficiente e incluso la muerte de la niña, niño o adolescente. (Artículo 147)	Violencia constituye cualquier acción u omisión, abierta o encubierta, que cause la muerte, sufrimiento o daño físico, sexual o psicológico a una mujer u otra persona, le genere perjuicio en su patrimonio, en su economía, en su fuente laboral o en otro ámbito cualquiera, por el solo hecho de ser mujer. (Artículo 6).

Fuente: Elaboración propia con base a revisión bibliográfica.

En ese sentido se entiende por violencia como:

- Uso deliberado de la fuerza física y el poder: Se debe diferenciar de actos ocasionales, accidentales y esporádicos, la violencia es un acto intencional con el fin o propósito de causar daño a alguien. La violencia implica una relación de

asimetría de poder, es decir de un agresor poder (físico o emocional) hacia una víctima débil en situación de indefensión, sumisión o inferioridad. La palabra poder va más allá de la fuerza física y se manifiesta con la intimidación o amenaza.

- Se da por acción y omisión. Por acción cuando se realiza una acción directa de manera no accidental para dañar a una persona de manera física, psíquica y/o sexualmente. Por omisión cuando la familia o grupo conviviente no asegure o prive intencionalmente o por negligencia, la satisfacción de las necesidades fisiológicas, cognitivas, emocionales, sociales y de autoestima, teniendo los medios necesarios para hacerlo.
- Se presenta de forma abierta o encubierta. Diferenciando de las formas visibles de violencia (golpes, gritos, etc.) las formas encubiertas hacen referencia a la violencia simbólica, cuyas formas de agresión son difíciles de distinguir y percibir porque se manifiestan de forma silenciosa en nuestra vida cotidiana y a través de sus mensajes naturalizan situaciones que no son naturales.
- Tiene consecuencias dañinas y fatales. Todo acto de violencia tiene como consecuencias lesiones, privaciones, daños, sufrimientos, perjuicios en la salud física, emocional, sexual, perjuicios en su patrimonio, economía, ámbito laboral y puede conducir a la muerte. De este modo podemos evidenciar que la violencia en todos sus aspectos es una expresión de la inequidad y desigualdad de poderes entre varones y mujeres.

¿Qué entendemos por Violencia Basada en Género

La Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer define la violencia contra la mujer como cualquier acción o conducta, basada en su género, que cause muerte, daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico, tanto en el ámbito público como en el privado. Dicha convención agrega además que se entenderá que la violencia contra la mujer incluye la violencia física, sexual y psicológica:

- a) Que tenga lugar dentro de la familia o unidad doméstica o en cualquier otra relación interpersonal, ya sea que el agresor comparta o haya compartido el mismo domicilio que la mujer, y que comprende, entre otros, violación, maltrato y abuso sexual;
- b) Que tenga lugar en la comunidad y sea perpetrada por cualquier persona y que comprende, entre otros, violación, abuso sexual, tortura, trata de personas, prostitución forzada, secuestro y acoso sexual en el lugar de trabajo, así como en instituciones educativas, establecimientos de salud o cualquier otro lugar, y
- c) Que sea perpetrada o tolerada por el Estado, donde quiera que ocurra (artículos 1 y 2). A partir de esta definición, se tiende a identificar la violencia contra la mujer con violencia de género, cuando en realidad no son sinónimos y más bien la violencia contra la mujer está incluida en la violencia de género, que además incluye, entre otros, a la violencia por prejuicio.

Es importante una comprensión clara del fenómeno de la violencia desde su manifestación más general en la sociedad, para entender cómo se inserta allí la violencia basada en género, delineando sus mecanismos y sus causas.

El triángulo de la violencia

La violencia basada en género, que tiene un carácter generalizado, constante y múltiple, se presenta en distintos espacios de la vida social, por lo que requiere ser atendida desde un enfoque que permita visibilizar las múltiples conexiones entre las diferentes formas en que se presenta.

Al respecto, resulta útil tomar como referencia los aportes teóricos de Johan Galtung sobre la violencia, que propone un modelo triangular para ilustrar la manera en que distintos tipos de violencia se relacionan entre sí. Galtung distingue entre la violencia directa, la violencia estructural y la violencia cultural.

Es importante lo que el autor entiende la violencia como: *“afrentas evitables a las necesidades humanas básicas, y más globalmente contra la vida, que rebajan el nivel real de la satisfacción de las necesidades por debajo de lo que es potencialmente posible. Las amenazas de violencia son también violencia”* (Galtung, 2003, citado por Magallón 2005, p.4). Es posible hacer una lectura de los planteamientos de Galtung desde el enfoque de derechos para colocar la violencia en el lugar que le corresponde, pues producto de las luchas de las mujeres es que se empieza a considerar a la violencia como un problema público y se la incorpora como un asunto de derechos que entra en el campo de exigibilidad frente al Estado, que debe brindar garantías para que se cumplan.

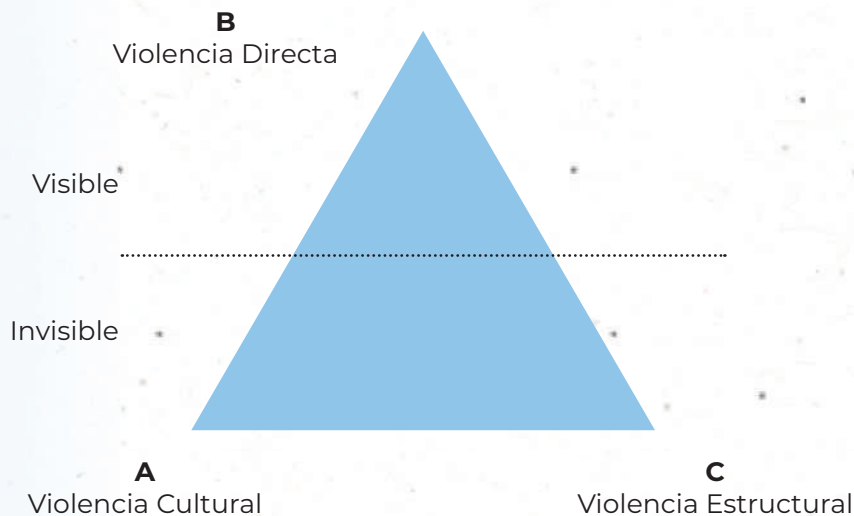
Para Galtung (1989), el conflicto es una de las fuerzas motoras de la existencia de los seres humanos. Este reside en las incompatibilidades entre los fines que persiguen dos o más actores.

El mismo autor propone, un triángulo ABC, donde A representa actitudes, B representa conductas y la C contradicciones subyacente en el conflicto.

Las actitudes corresponden al aspecto motivacional y hace referencia a como sienten y piensan las partes del conflicto, como perciben al otro y cómo ven sus propias metas y al conflicto en sí mismo” (Calderón, 2009b, 69). El comportamiento es un aspecto más manifiesto y dice relación cómo actúan las partes en el transcurso del conflicto, pudiendo buscar intereses comunes y acción creativa y constructiva o si se intenta perjudicar o dañar al otro. La contradicción o la incompatibilidad de fines es el núcleo central del conflicto y tiene que ver con los temas reales del conflicto y cómo se manifiesta (Calderón, 2009), lo que un actor intenta hacer obstaculiza lo que el otro intenta hacer; los valores de un actor obstaculizan los de otros; y los intereses de una parte obstaculizan los del otro (Galtung, 1989, 4).

De esta manera, *“las partes muchas veces difieren en su percepción de cuál es la contradicción o raíz del conflicto. En muchos casos, tales cuestiones son complicadas y están ocultas, ya que las partes y los actores del conflicto de ambos lados (incluidos políticos y medios de comunicación) prefieren en las actitudes y la conducta tanto la suya como la del otro”*.

En el triángulo ABC el punto C, constituiría la raíz del conflicto. De esta manera, mientras el conflicto va fluyendo, A y B van asumiendo aspectos negativos, que pueden ir del odio a la depresión en la esquina A y hasta la violencia física o verbal en la esquina B, Es así que en esta teoría A y B, constituirían una agudización negativa de la crisis, es decir un meta conflicto, que se extiende y profundiza generando violencia el meta conflicto es la manifestación de algo más profundo y puede ser de carácter planificado o espontaneo, visible o invisible, presente o futuro.



A todo ello, es importante visibilizar las medidas preventivas que se realiza en las Unidades Educativas mediante: el cuidado y las relaciones positivas en el entorno de la familia, desarrollo de los valores sociales, habilidades para resolver los problemas entre otros.

La violencia basada en género y las tipologías de la violencia son manifestaciones sociales que es importante diferenciarlas para que el abordaje tenga sentido.

¿Qué diferencia a la violencia basada en género de otros tipos de violencia?

Características de la violencia basada en Género.	Parte de una ideología con estructura patriarcal, que promueve las desigualdades entre los sexos.
	Es una violencia instrumental, donde impone modelos sexistas, donde la mujer es dominada.
	La víctima es abusada, recibiendo emocional y psicológicamente lo contrario que esperaba recibir de su agresor.
	En la mayoría de los casos se genera en privacidad, y se mantiene en confidencialidad, por lo que se mantiene socialmente.
	Maneja ciclos y su intensidad es creciente, discontinuados para luego activarse nuevamente.
	Invisibilizan esferas de violencia como la psicológica, patrimonial, obstétrica, etc. relevando como la única la violencia física.
	Deteriora la autoestima, anula la personalidad, reafirma la sumisión y genera severos trastornos emocionales en la víctima.
	Sigue modelos, se crea por imitación de patrones de conducta violenta y machista.
	Genera daño al interno y externo del entorno familiar.

Fuente: Zanafria Liliانا, 2020: 13.

Tipos de violencia (Violencia Directa)

Tipos de violencia (ChildFund Bolivia; 2018: 5)

Violencia por acción o por “Hacer”

Como su nombre lo dice “*por hacer*”, es el tipo de violencia que busca hacer daño.

a) Violencia física: son acciones que provocan daño físico, enfermedad o coloca en grave riesgo a niños, niñas y adolescentes. Estas acciones se pueden dar en la familia, escuela y/o comunidad, por ejemplo: golpear, empujar, patear, asfixiar, sacudir, pellizcar a un niño, niña o adolescente, golpear a un niño, niña o adolescente con un cinturón, con un bastón, con una cuchara de madera u otros objetos, quemar con un fósforo, un cigarrillo o con agua caliente, encerrar en un closet o en un cuarto oscuro, jalarle el pelo, causar lesiones, además de causar inflamación, irritación o el enrojecimiento de la piel, que son visibles, generan otras consecuencias no visibles.

b) Violencia psicológica y/o emocional: es un acto que tiene la intención de hacer sentir mal a los demás, lastimando su autoestima. Generalmente se presenta bajo las formas de maltrato verbal como ser insultos, burlas, desprecio, críticas o amenazas de abandono o bloqueo de las iniciativas de niñas, niños y adolescentes; les provocan graves trastornos psicológicos y perjudican su desarrollo psíquico y emotivo. Existen cuatro tipos de maltrato emocional:

- Rechazo: Cuando existe una actitud de evitar al niño, niña o adolescente de forma permanente u ocasional cuando quiere demostrar cariño o interactuar con alguien.
- Aterrorizar: Cuando se crea en ellos un miedo intenso por constantes amenazas de castigo extremo.
- Aislamiento: Comportamientos que tienden a privarlos de oportunidades para establecer relaciones sociales.
- Ignorar: Cuando la disponibilidad de atender las expresiones emocionales del niño(a) o adolescente está ausente.

c) Violencia sexual: es un tipo de contacto o conducta por parte de un adulto, tutor o compañero(a) que se da cuando esta persona toca ciertas partes del cuerpo de los niños, niñas y adolescentes o le dice que haga ciertas cosas que hacen que se sientan incómodos. Algunas conductas de violencia sexual son: tocar las partes privadas de un niño, niña o adolescente; hacer que un niño, niña o adolescente se toque sus partes privadas o toque las partes privadas de otra persona; mostrarle a un niño, niña o adolescente revistas o películas con imágenes de gente con poca ropa o sin ella; tomarle fotos o hacer un video con el niño, niña o adolescente con poca ropa o sin ella.

d) Violencia por identidad de género y orientación sexual: como aquella que se ejerce sobre los cuerpos individuales o sobre grupos de personas “*por ser lo que no son*”, es decir cuando la percepción de la víctima como parte de un grupo social inferior determina y justifica que se cometan distintos actos de violencia contra ellas. Con el fin de mantenerla en dicha posición de subordinación o de excluirla. Llegando al extremo de eliminación física de la persona.

d) El acoso escolar: Son acciones recurrentes y es un abuso intencional de poder de uno al otro en el ámbito escolar entre pares y contiene tres características:

- Continuo: no es lo mismo que un conflicto entre iguales o actos agresivos al azar, no provocados.

- Deliberado: es intencional, se tiene el deseo de causar daño.
- Desigual: involucra un desequilibrio de poder, el cual puede ser por tamaño, número, status, entre otros.

e) Violencia externa: La violencia que ocurre fuera del recinto escolar, pero que lo afecta, es la violencia de pandillas, conflictos políticos, represión policial o de la fuerza armada y la violencia doméstica. Es violencia que se produce por factores externos a la escuela, pero a menudo se reproduce en el contexto de la escuela y afecta grandemente a los miembros de la comunidad educativa.

f) Violencia material: Los daños materiales, infraestructura, mobiliario y recursos de la escuela, igual que las pintas o manchas de paredes son manifestaciones de violencia. De igual forma, los hurtos y robos de pertinencias de la escuela, docentes o de estudiantes es una manifestación de violencia a través del medio natural.

Violencia por omisión o por “No Hacer”. (ChildFund Bolivia; 2018: 6)

a) Violencia de negligencia o descuido: La negligencia y el abandono emocional son también formas de maltrato a niñas, niños y adolescentes, pero es muy difícil identificarlas a pesar de que lastiman el desarrollo emocional, social e intelectual del niño, niña o adolescente. El abandono físico o psico - afectivo se presenta cuando las necesidades de cuidado, atención o cariño no son atendidas o son suprimidas en forma temporal o permanente; por ejemplo: no atender una situación de acoso escolar (burlas, apodos y golpes) de un grupo hacia un niño, niña o adolescente; no abrazar, besar o decirle que lo queremos, no alimentar, no atender cuando requiere atención médica de emergencia.

Violencia Estructural

Según el autor (Weigert, 2008, citado en Ramón Ignacio et. al; 2012: 48) realiza un acercamiento a la definición de violencia estructural que la misma ha sido llamado violencia indirecta ya que va más allá de una manifestación física y psicológica, no queda remitida al plano interpersonal y, además, no existe una causante clara o que sea posible de identificar. Otro autor indica que la violencia estructural está integrada a las instituciones sociales y culturales, negando a las personas sus derechos humanos básicos.

Este tipo de violencia surge de la distribución desigual del poder y los recursos, es decir, forma parte de la estructura (Galtung, 1969 citado en Ramón Ignacio et. al; 2012: 48) aprecia que la violencia causada por injusticias sociales y económicas derivadas de un menor acceso de grupos que no pueden satisfacer sus necesidades básicas y la calidad de vida humana.

Sería la suma total de todos los choques incrustados en las estructuras sociales y mundiales, cementados, solidificados, de tal forma que los resultados injustos, desiguales, son casi inmutables, e impiden satisfacer las necesidades básicas como el fenómeno de la pobreza y las situaciones de explotación, marginación y exclusión (Morales 2003 citado en Ramón Ignacio et. al; 2012: 47) los cuales generan carencia o precariedad de ingresos, vivienda, salud educación, servicios sanitarios. En ese sentido, la violencia estructural trasciende las marcas dejadas en el cuerpo y en la mente.

Violencia Cultural

La violencia que incorpora (Johan Galtung en 1990) referidas a lo cultural es de carácter simbólico como la religión e ideología, lenguaje, artes que son usadas para justificar o legitimar violencia directa o estructural, se representan en estrellas, cruces, banderas, discursos, himnos y desfiles militares.

En ese contexto, la violencia cultural pone de relieve la forma en que se legitima el acto de violencia directa y cómo la violencia estructural se naturaliza y se vuelve aceptable en la sociedad (Galtung, 1990) al respecto *“la cultura puede proveer pautas y códigos de comportamiento social que son directamente violentos, por lesionar la dignidad de las personas o favorecer su exclusión social”* (Campos Santalices, 2010, p. 80, citado en Ramón Ignacio et. al; 2012: 52).

Las prácticas que expresan la violencia cultural según (Campos Armando 2010 citado en Ramón Ignacio et. al; 2012: 54) son el racismo, homofobia y discriminación de género como prácticas que expresan la violencia cultural. Por ejemplo, en la discriminación de género se busca perpetuar un sistema de jerarquía que ha sido impuesto a través de la cultura patriarcal, intentando mantener una subordinación/inferioridad de las mujeres hacia el género masculino. Si bien, el sistema patriarcal esta sedimentado en la estructura social, que tienden a acentuar diferencias entre hombres y mujeres basados en estereotipos y prejuicios. Se trata de un sistema de creencias que está asentado en ciertas prácticas que utiliza un grupo hegemónico como estándar para juzgar a personas de otros grupos. Entonces, en el ámbito de la sociedad se traza barreras entre un grupo sobre otros entonces a partir de ese momento se les resulta sencillo justificar las acciones de perjuicio que cometen contra las personas que pertenecen a su grupo.

De esta manera, se intenta imponer significados como legítimos aplicando sutilmente las relaciones fuerza en las que se basa, agregando su propia fuerza, es decir, transformándose en violencia en una manera de legitimar el poder y el abuso.

Patriarcalismo, Misoginia y matriarcado

El patriarcalismo

El concepto de patriarcado es muy antiguo ya que el mismo según fuentes bibliográficas se origina a Engels y Weber (Teorías clásicas de administración) donde el estado, familia y propiedad privada como sistema de dominación más antiguo concordando ambos en que el patriarcado se relaciona con un sistema de poder, por lo tanto, del dominio del hombre sobre la mujer.

Se trata de un sistema que justifica la dominación sobre la base de una superioridad biológica de las mujeres tiene su origen histórico en la familia cuyo control ejerce el padre de familia y se proyecta a toda la comunidad. Existen también un conjunto de instituciones de la sociedad que se articulan para mantener y reforzar el orden social, económico, religioso, educativo y cultural. Entonces las mujeres como categoría social están bajo dominación de los hombres, aunque tengan poco poder o mucho poder.

A continuación, veamos una serie de características:

- Concibe una situación de no poder registrar su historia y la posibilidad de cambio en situación de las mujeres.

- Se fundamenta en el dominio del hombre a través de la violencia sexual contra la mujer y promovida por la familia y las instituciones del Estado. Este sistema de dominación es a través de la fuerza, amenaza y temor para mantener y profundizar la dominación.
- El sistema de opresión de todo el sistema patriarcal, las mujeres de todos estos grupos mantienen una subordinación hacia el hombre.
- En el patriarcado la justificación de la mantención tiene su origen en las diferencias biológicas entre los sexos. Es así que la superioridad de un sexo sobre otro (masculino y femenino). Así tanto religiones en un principio como las ciencias médicas con posterioridad, han contribuido a la creación de un sin fin de argumentos que avalan los privilegios de los varones en nuestra sociedad.

Existe algunos pilares que contribuyen a la mantención del sistema de género y la reproducción de mecanismos de dominación masculina que reprime a las mujeres. Entre ellas se encuentra:

- a) El lenguaje Ginope: es aquel que no registra la existencia de un sujeto femenino, entonces a futuro consolida y proyecta una sociedad donde la mujer no vale lo mismo que el varón.
- b) La familia patriarcal; la familia es considerada como el espacio privilegiado de reproducción del patriarcado en tanto constituye la unidad de control económico, sexual y reproductivo del varón sobre la mujer y sus hijos.
- c) La erotización de la dominación patriarcal; da cuenta de la transformación de que operó en algún momento de la historia para que, tanto hombres como mujeres internalizaran que, en el acto de recibir dolor, a la vez recibían placer. La relación entre dolor y placer se instala en las familias sobre la base de las relaciones entre hombres y mujeres en las sociedades patriarcales donde se reproduce en la actualidad.
- d) El derecho masculinista: el derecho se entrama con otros sistemas normativos (social y moral) que, al igual que este, contribuyen al disciplinamiento de género.

Además de ello, los sistemas de normas contienen en sí mismas un sistema de reglas de legitimación las que consolidan el poder de quienes son, en definitiva, los creadores del derecho.

Misoginia

El término misoginia está formado por la raíz griega “*miseo*”, que significa odiar, y “*gyne*” cuya traducción sería mujer, y se refiere al odio, rechazo, aversión y desprecio de los hombres hacia las mujeres y, en general, hacia todo lo relacionado con lo femenino. Ese odio(sentimiento) ha tenido frecuentemente una continuidad en opiniones o creencias negativas sobre la mujer y lo femenino y en conductas negativas hacia ellas. A lo largo de la historia, y también de la historia de las ciencias en general y de la psicología en particular, podemos encontrar ejemplos al respecto, tal y como hemos revisado en otros trabajos (Bosch, Ferrer y Gili, 1999). Citado en Victoria A. Ferrer Pérez s/a: 14.

Cabe pues concluir que cuando hablamos de misoginia nos estamos refiriendo a una actitud (tanto si entendemos ésta desde un punto de vista tridimensional como unidimensional) que, además, tiene claros puntos de contacto con lo que se ha denominado sexismo tradicional u hostil.

Actitudes Misóginas

Victoria A. Ferrer Pérez s/a: 143 plantea las actitudes misóginas con base a Rosenberg y Hovland, 1960) dado que el concepto de actitud se analiza en psicología social desde dos modelos el modelo tridimensional.

En el modelo tridimensional existe el componente afectivo serían los sentimientos o emociones que provoca el objeto de actitud y que pueden ser positivos o negativos, de agrado o desagrado. El prejuicio, en tanto que afecto o evaluación negativa hacia los miembros de grupos socialmente definidos.

Seguidamente, el componente cognitivo de la actitud incluiría el modo como se percibe al objeto de actitud y los pensamientos, ideas y creencias sobre él, que pueden ser favorables o desfavorables. El estereotipo, como conjunto de creencias sobre los atributos o características asignados al grupo. Y finalmente el componente conductual sería la tendencia o predisposición a actuar de determinada manera en relación al objeto de actitud. La discriminación, en tanto que conducta de falta de igualdad, sea de apoyo u hostil, en el trato otorgado a las personas en virtud de su pertenencia al grupo o categoría en cuestión.

Relacionado con lo anterior, las teorías apuntan que las actitudes y creencias misóginas podrían ser un factor explicativo importante en los casos de violencia de género. En ese marco las consecuencias que se rescata son las siguientes:

- Violencia doméstica, se presenta a partir de estereotipo masculino, entenderían que la mujer no es una persona, sino un ser inferior, una "cosa" a la que tienen que manejar y controlar.
- Agresión sexual, la socialización según la cual la sociedad se estructura ideológicamente de modo que la mujer llega a ser la "víctima legitimada" de unos roles y estereotipos que mediatizan las relaciones y las expectativas interpersonales. En consonancia con ello, al hombre se le socializaría para tomar la iniciativa con las mujeres, para ser dominante y agresivo o para enorgullecerse de sus conquistas sexuales, y a la mujer para la pasividad o la búsqueda de la protección del varón.
- Acoso Sexual, sexual sería regular las interacciones hombre - mujer y mantener la dominación masculina en lo laboral y lo económico a través de la intimidación, la desmoralización o propiciando el traslado o despido de las mujeres.

Matriarcado

El matriarcado es un tipo de sociedad o de modelo sociopolítico en el que las mujeres ejercen el rol central, como líderes políticos, autoridades morales, controladoras de la propiedad y tomadoras de decisiones. Este término proviene de la unión de los vocablos mater (latín para "madre") y archein (griego para "gobernar").

Según la autora (Maravillas Moreno Amor; 2020: 100) La definición de matriarcado "apunta a la hegemonía femenina ejercida de forma coercitiva sobre los hombres" y esto para ellas "no se ajusta a la realidad natural femenina, es decir, la esencia de la mujer no le permite ser opresora por lo que el término matriarcado es incorrecto" (Rodríguez Herranz y Serrano Muñoz, 2005: 29, op/cit). Este es el debate más contemporáneo y de mayor impacto sobre el matriarcado: el que se refiere tanto a su propia naturaleza (si se trata de un patriarcado inverso o de un sistema moral con

reglas diferentes donde el poder no se impone) como a las características que tiene o tendría un hipotético sistema de dominio femenino. En el discurso del feminismo de la diferencia, al existir unos valores femeninos naturalmente propios (que nunca tendría un hombre), ligados al cuidado, al diálogo, a la ternura, o, si se prefiere, a un ejercicio no impositivo del poder, lo que se está haciendo en la práctica es arrebatar a la mujer la posibilidad de ser una líder cruel y autoritaria, de tener una verdadera mano de hierro, reservando esos atributos solo a los hombres.

En ese sentido, la existencia de un orden patriarcal durante la mayor parte de la historia humana ha sido ampliamente demostrada en diversos aspectos de la cultura y la sociedad. Sin embargo, con el transcurso del tiempo el rol de la mujer ha mejorado su posicionamiento y sus derechos frente al hombre, en gran medida gracias a la lucha de las diversas reivindicaciones femeninas.

A continuación, presentamos una técnica de Despatriarcalización para que puedas desarrollar en las sesiones de Prevención de la violencia basada en género.

Inténtalo en la concreción curricular

Ficha de actividad 1

ESTEREOTIPOS QUE AFECTAN LA SALUD SEXUAL

TEMA	ESTEREOTIPOS QUE AFECTAN LA SALUD SEXUAL
OBJETIVO	Reflexionar y analizar sobre estereotipos de género en relación a la salud sexual.
TIEMPO	60 Minutos
MATERIAL	Cuerda, paleógrafos con los adjetivos anotados.
PROCEDIMIENTO	<p>Paso 1. A modo de pasar un buen momento, se ubican en parejas (por afinidad), uno hará el papel de esposo y otro de esposa.</p> <p>Paso 2. Las esposas, se sentarán en las sillas formando un círculo y los esposos estarán detrás de cada silla. Debe existir un participante que se sitúe al centro.</p> <p>Paso 3. En el momento en el que el participante del centro guiñe un ojo a una de ellas, ésta debe correr hacia él.</p> <p>Paso 4. El esposo, debe evitar que su esposa lo abandone y por tanto debe detenerla antes que ella se levante. Si no puede evitarlo, pierde y ocupa el lugar del participante del centro tratando de encontrar otra pareja (el que estaba en el centro ocupa el lugar detrás de la esposa).</p> <p>Paso 5. Una alternativa al guiño del ojo, puede ser decir en voz alta el nombre de la esposa.</p> <p>Paso 6. Después de 2 minutos intercambiar, esta vez el varón debe estar sentado.</p> <p>Paso 7. Luego del juego, pedir a las y los participantes se organicen en dos equipos, uno de varones y otro de mujeres.</p> <p>Paso 1. El facilitador o facilitadora, traza en el centro del salón una línea de un metro de longitud (aprovechar el largo del salón). Los equipos se forman en columna uno frente al otro a cada lado de la línea.</p> <p>Paso 2. Se pondrá una marca con masking o un trozo de tela de color en el centro de la cuerda. Se coloca la marca de la cuerda a la dirección de la línea trazada en el suelo.</p>

TEMA	ESTEREOTIPOS QUE AFECTAN LA SALUD SEXUAL
PROCEDIMIENTO	<p>Paso 3. Entregar las puntas de la cuerda al primero de cada columna indicando que la cuerda que tiene en sus manos, es el símbolo de vida de cada grupo, ese nudo es lo único que les mantiene con vida. El resto del grupo jalará uno del otro para ejercer mayor fuerza.</p> <p>Paso 4. La meta, es apoderarse de la vida del otro grupo, por lo que el equipo que al jalar la cuerda logre que la/el primer integrante del equipo contrario cruce la marca del suelo de su lado ganará.</p> <p>Paso 5. Se repite el ejercicio, con la diferencia que los grupos en esta oportunidad serán mixtos, se pedirá a cada grupo que se intercale, procurando siempre que exista la misma cantidad, tanto de varones como de mujeres.</p> <p>Paso 6. Resultará muy importante hacer hincapié en que se trata de un juego en el que la victoria no dependerá solamente de quien tiene más fuerza, sino quien utiliza mejores estrategias.</p>
PROCEDIMIENTO	<p>Paso 7. Luego se coloca en la pizarra o en un lugar visible un listado de adjetivos.</p> <p>Paso 8. Ejemplos de adjetivos: Ternura, Seguridad, Fuerza, Delicadeza, Dependencia, Independencia, Ambición, Frivolidad, Inteligencia, Espíritu emprendedor, Amabilidad, Superficialidad, Agresividad, Docilidad, Eficacia, Seducción, Racionalidad, Empatía, Debilidad, Valentía, Afectividad, Responsabilidad, Erotismo, pasional, libido, educación de hijos, cocinar, infidelidad, fidelidad, decisión de uso de preservativo.</p> <p>Paso 9. Pedir que las y los participantes, se formen en una columna frente al listado de adjetivos solicitarles que asignen un género (femenino o masculino) al cual creen que se aplica cada adjetivo escribiendo una "F" si creen que corresponde al género femenino "M" si corresponde al género masculino en nuestra sociedad.</p> <p>Paso 10. Se analiza con las y los participantes que algunas se asignan claramente a los géneros: femenino o masculino y algunas pueden asignarse a ambos.</p>
Visión de género que afecta en las prácticas sexuales, interculturalidad	<p>El concepto de género es una construcción social, lo cual debe explicitarse para que no aparezca la distinción hombre/mujer como algo natural, ya que una realidad creada socialmente (y por ende, posible de modificar). Es relevante al hablar de enfoque de género en la educación integral de la sexualidad y la afectividad, el no restringirse a lo femenino v/s lo masculino, específicamente en los roles asociados a estas dos construcciones sociales antagonistas, más aún cuando buscamos un educación pluralista y acorde a los tiempos actuales, donde el hecho de nacer hombre o mujer no significa cumplir el 100% los patrones clásicamente asociados a los masculino o femenino."</p> <p>http://www.formacion-integral.com.ar/index.php?option=com_content&view=article&catid=7%3Asexualidad-y-educacion-sexual&id=129%3Aeducacion-integral-en-la-sexualidad-y-afectividad&Itemid=3</p>

TEMA	ESTEREOTIPOS QUE AFECTAN LA SALUD SEXUAL
<p>Visión de género que afecta en las prácticas sexuales, interculturalidad</p>	<p>dentro la realidad nacional donde existe una diversidad cultural en la que la cultura patriarcal está latente en todas sus formas de expresión cultural transmitiera a los niños los valores del Género mismas que serán determinantes en las acciones y sentir pensar y el actuar en su vida sexual de la persona.</p> <p>Por lo que se puede ver, “En la sociedad boliviana existen instituciones y mecanismos a través de los cuales se transmite la cultura. Este proceso de socialización abarca elementos como el lenguaje, la cosmovisión, las reglas morales, las religiones y el género.</p> <p>Las relaciones de género son determinantes en la vida de los individuos. Desde una edad temprana se socializa a los niños y a las niñas para que adopten los ideales concretos de la masculinidad y la feminidad, que afectarán a la persona el resto de su vida, a partir de aquello comienza un trato diferencial y éste aprendizaje de género.</p> <p>Las formas en las que son transmitidos los valores de género son tanto conscientes como inconscientes. El lenguaje, las acciones de la vida cotidiana, la ropa, el trabajo, las relaciones familiares, les dan a las niñas y los niños los elementos para comportarse de acuerdo con el género asignado y para elaborar su auto imagen.</p> <p>Los elementos más importantes que intervienen en la construcción del género siempre han sido la familia, la escuela y hoy en día los medios de comunicación.</p> <p>Por su parte la salud reproductiva multicultural trabaja desde el punto de vista de muchas sensibilidades culturales. Los aspectos sociales y culturales tienen un papel importante en la efectividad de programas y políticas sobre la salud reproductiva multicultural. Las sensibilidades culturales son especialmente importantes en un área en que las dimensiones son muy íntimas y el diálogo entre las diferentes partes es esencial.</p>
<p>Visión de género que afecta en las prácticas sexuales, interculturalidad</p>	<p>La salud intercultural sexual y reproductiva compagina los papeles tradicionales y culturales de los miembros de la comunidad con los avances de la medicina moderna. En los procesos interculturales es importante buscar complicidad y alianzas con los agentes/actores que ya tienen un papel destacado en las comunidades, como son por ejemplo las parteras tradicionales en las comunidades indígenas. <i>“Las parteras empíricas ocupan un lugar estratégico en la asistencia de la madre y el recién nacido en las comunidades aborígenes de América Latina que, por razones geográficas, económicas y/o culturales, no tienen acceso a la atención sanitaria institucional. Los altos índices de mortalidad materna e infantil demuestran la necesidad de capacitar a las parteras con conocimiento moderno y actualizado, y contar con su complicidad en el contacto con los/as usuarios/as de los servicios.”</i></p> <p>http://www.mariestopes.org.bo/genero-y-diversidad-cultural</p>

TEMA	ESTEREOTIPOS QUE AFECTAN LA SALUD SEXUAL
<p>PREGUNTAS DE REFLEXIÓN PARA AYUDAR A QUE INICIE EL DEBATE EN EL GRUPO. PUESTA EN PRÁCTICA DE LO APRENDIDO la valorización</p>	<p>En la primera técnica, Cómo te sentiste cuando guiñaron el ojo a tu esposa/esposo?</p> <p>Si fuera real ¿Cómo te sentirías? ¿Qué harías?</p> <p>(Al grupo ganador) ¿Cómo se sintieron al apoderarse de la vida del otro grupo? ¿Por qué creen que ganaron?</p> <p>(Al grupo perdedor) ¿Cómo se sintieron al haber perdido su vida? ¿Por qué creen que ganó el equipo contrario?</p> <p>¿Estas situaciones se dan en la vida real con las personas?, ¿De qué manera?</p> <p>¿Qué sucedió cuando los grupos fueron mixtos?</p> <p>¿Las costumbres que han asignado a los géneros en nuestra sociedad afecta en la sexualidad, por qué?</p> <p>¿Qué estereotipos existen en la sexualidad?</p> <p>¿Los estereotipos han afectado mi forma de pensar alguna vez, por qué?</p>
<p>PREGUNTAS DE REFLEXIÓN PARA AYUDAR A QUE INICIE EL DEBATE EN EL GRUPO. PUESTA EN PRÁCTICA DE LO APRENDIDO la valorización</p>	<p>¿Cuál debería ser la correcta visión de la sexualidad desde los dos géneros?</p> <p>¿Cambiaste la manera de ver la sexualidad desde tu género después de esta clase, por qué?</p>
<p>CONCLUSIÓN a cargo de el/la Facilitador(a)</p>	<p>Prepara las conclusiones en base a lo que los participantes opinan. NUNCA DAR CONCLUSIONES RESPECTO A LOS JUICIOS DE VALOR QUE TENGA EL FACILITADOR.</p> <p>Un ejemplo de conclusión:</p> <p>Se recalca que los estereotipos de género de mujeres sumisas y hombres poderosos, pueden restringir el acceso a la información a cerca de sexualidad, entorpecen la comunicación y promueven el comportamiento de riesgo en las mujeres y los hombres en formas diferentes, pero igualmente peligrosas; aumentan la vulnerabilidad a los peligros que corre la salud sexual, por ejemplo la violencia, la explotación sexual, el embarazo no planificado, el aborto en condiciones de riesgo y las infecciones de transmisión sexual (ITS), incluido el VIH.</p>

TEMA	ESTEREOTIPOS QUE AFECTAN LA SALUD SEXUAL
CONCLUSIÓN (a cargo de el/la Facilitador(a))	<p>Al mencionar en la clase las conductas que tienen los hombres en relación a las mujeres y viceversa, se ven expuestos los estereotipos de género.</p> <p>Hacer que el participante, entienda el concepto de estereotipo a través de ejemplos y la influencia que éste tiene en su desarrollo como persona. Decir que, si aceptamos los estereotipos como guías para nuestro propio comportamiento, ello impedirá que determinemos nuestros propios intereses y habilidades, desanimando a los hombres a que participen en el supuesto trabajo de las mujeres (como cuidar a los hijos) y llevando a las mujeres a no elegir supuestos trabajos tradicionalmente asignado al hombre (como estudiar carreras convencionalmente atribuidas a ellos).</p> <p>Promover la reflexión en torno a que existen casos, dependiendo del género, que el adjetivo tiene una connotación positiva para el género masculino y negativa para el género femenino. Ejemplos de esto son: frivolidad (un varón frívolo, una mujer frívola), seducción (un varón seductor, una mujer seductora), etc.</p>
CIERRE	Es realizado por un de los participantes del grupo. El facilitador NUNCA cierra la sesión.
PRODUCCION DE ESTUDIANTES PARA PRÓXIMAS CLASES (opcional)	Se motiva a los jóvenes a que realicen una actividad en la unidad educativa que consiste: En lanzar globos al cielo con un mensaje de la equidad de género y una sexualidad sana libre de estereotipos que entorpece a la misma.

SEGUNDA PARTE

TIPOS DE VIOLENCIA EN EL SISTEMA EDUCATIVO

Según el Código Niña, Niño y Adolescente en su artículo 151, menciona los siguientes tipos de violencia que se presentan en el Sistema Educativo:

a) Violencia entre pares: Cualquier tipo de maltrato bajo el ejercicio de poder entre dos (2) estudiantes, o un grupo de estudiantes contra una o un estudiante o participante, que sea hostigado, castigado o acosado.

b) Violencia Entre no Pares: Cualquier tipo de violencia con ejercicio y/o abuso de poder de madres, padres, maestras, maestros, personal administrativo, de servicio y profesionales, que prestan servicio dentro de una unidad educativa y/o centro contra las o los estudiantes y/o participantes.

c) Violencia Verbal: Referida a insultos, gritos, palabras despreciativas, despectivas, descalificantes y/o denigrantes, expresadas de forma oral y repetida entre los miembros de la comunidad educativa.

d) Discriminación en el Sistema Educativo. Conducta que consiste en toda forma de distinción, exclusión, restricción o preferencia fundada en razón de sexo, color, edad, orientación sexual e identidad de género, origen, cultura, nacionalidad, social y/o de salud, grado de instrucción, capacidades diferentes y/o en situación de discapacidad física, intelectual o sensorial, estado de embarazo, procedencia, apariencia física, vestimenta, apellido u otras, dentro del sistema educativo.

e) Violencia en Razón de Género. Todo acto de violencia basado en la pertenencia a identidad de género que tenga o pueda tener como resultado un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para cualquier miembro de la comunidad educativa.

f) Violencia en Razón de la Situación Económica: Todo acto orientado a la discriminación de cualquiera de las y los miembros de la comunidad educativa, basada en su situación económica, que afecte las relaciones de convivencia armónica y pacífica.

g) Violencia Cibernética en el Sistema Educativo: Se presenta cuando una o un miembro de la comunidad educativa es hostigada u hostigado, amenazada o amenazado, acosada o acosado, difamada o difamado, humillada o humillado, de forma dolosa por otra u otras personas, causando angustia emocional y preocupación, a través de correos electrónicos, videojuegos conectados al internet, redes sociales, blogs, mensajería instantánea y mensajes de texto a través de internet, teléfono móvil o cualquier otra tecnología de información y comunicación.

En esta perspectiva, se pone a disposición del docente una técnica didáctica para desarrollar con los estudiantes.

Inténtalo en la concreción curricular

Ficha de actividad 2

¿ME QUIERE, O ME QUIERE CONTROLAR? # CIBERCONTROL

TEMA	¿Me quiere, o me quiere controlar? # Cibercontrol
OBJETIVO	Incentivar el análisis crítico sobre relaciones basadas en el control mediante las redes sociales, con el objeto de ayudar los adolescentes a establecer barreras que delimiten conductas o requerimientos aceptables y no aceptables por parte de sus parejas.
TIEMPO	25 a 35 minutos
MATERIAL	Guía del taller PC conectado a Data Show Presentaciones del tipo PowerPoint. Cartulinas y folios. Bolígrafos.
PROCEDIMIENTO	<p>A continuación, se expone un listado de conductas en línea que los estudiantes muestran en sus relaciones de pareja, con el propósito de que ellos mismos, en pequeños grupos, establezcan una diferenciación entre las que perciben como conductas de control y las que no lo son. Para encauzar la actividad podemos utilizar la metáfora del semáforo, con los siguientes indicadores:</p> <p>COLOR VERDE: conductas en línea que permiten establecer relaciones de pareja sanas, basadas en el respeto mutuo y la igualdad.</p> <p>COLOR AMARILLO: conductas en línea que pueden poner en peligro las relaciones de pareja.</p> <p>COLOR ROJO: conductas en línea que transgreden el respeto mutuo en las relaciones de pareja.</p> <p>Igualmente, los estudiantes pueden proponer otros ejemplos de control en línea que no aparezcan en el listado; y en gran grupo expondrán la clasificación que han realizado para cada color del semáforo, argumentándola. Además, la actividad puede completarse con un debate sobre lo que permitimos y no permitimos a nuestras parejas, lo que debemos exponer o no de nuestra privacidad en las redes sociales.</p>

TEMA	¿Me quiere, o me quiere controlar? # Cibercontrol		
PROCEDIMIENTO	Listado de conductas en línea en las relaciones de pareja:	Lo hago	Lo hace mi pareja
	Estar pendiente de los "Me gusta" de una foto mía en redes sociales.		
	Invitar a la pareja a una cena a través de Whatsapp.		
	Entender que las respuestas a un mensaje de la pareja no tienen que ser inmediatas, e incluso a veces puede no haber respuesta.		
	Necesitar información del número de amigos de la pareja en las redes sociales.		
	Indicar a la pareja quiénes son los amigos que debe tener en las redes sociales.		
	Opinar sobre los comentarios o "Me gusta" que otras personas hacen en las redes sociales de la pareja.		
	Revisar los mensajes del móvil de la pareja.		
	Respetar los momentos del día en que la pareja quiere estar conectada.		
	Indicar a la pareja la foto que debe subir a su perfil.		
	Pedir a la pareja las contraseñas de sus redes y teléfono móvil.		
	Llamar de forma constante al móvil de la pareja y/o escribirle mensajes de forma insistente		
	Difundir fotos y/o vídeos de la pareja por la Red, sin pedirle permiso.		
	Pedir a la pareja que no publique demasiadas fotos o detalles de nuestra relación.		
	Tenemos amigos comunes, pero también amigos diferentes en las redes sociales.		
Insultar o despreciar a los amigos o conocidos de la pareja a través de las redes sociales.			

TEMA	¿Me quiere, o me quiere controlar? # Cibercontrol		
PROCEDIMIENTO	Listado de conductas en línea en las relaciones de pareja:	Lo hago	Lo hace mi pareja
	Revisar continuamente las nuevas amistades que hace la pareja, y las relaciones que mantiene con ellas a través de la Red.		
	Etiquetar a la pareja en una foto de Facebook, y antes pedirle permiso para hacerlo.		
	Consultar constantemente los “Me gusta”, comentarios o elementos que se comparten con amigos en redes sociales.		
	Recordar a la pareja cuál ha sido su última conexión.		
	Pedir permiso a la pareja para ver fotos y vídeos que tiene en su móvil.		
	Obligar a la pareja a tener activada la geolocalización del móvil.		
	Pedir a la pareja que se traten los asuntos delicados cara a cara, y no mediante una conversación de Whatsapp.		
	Pedir a la pareja que cambie los hábitos o costumbres respecto a lo que consulta en Internet.		
	Desvalorizar o insultar de forma pública a la pareja a través de las redes sociales.		
	Hacer una video llamada a la pareja para comprobar dónde está.		
	Advertir a la pareja sobre la importancia de controlar los datos personales que publica en la Red.		
	Poner en evidencia a la pareja en las redes sociales.		
	Pedir a la pareja que elimine a sus “ex” en sus redes sociales.		
Decir a la pareja que rechace la amistad de nuevos compañeros, compañeras en las redes sociales.			
Espiar por WebCam a la pareja.			
Fuente: Francisco Lopez Blanco; 2016: 18.			

TEMA	¿Me quiere, o me quiere controlar? # Cibercontrol
PROCEDIMIENTO	<p>Tras realizar la clasificación expuesta en el listado anterior, los estudiantes también pueden exponer sus propios ejemplos de lo que consideran más o menos peligroso en las ciberrelaciones, en función de experiencias que han tenido, de anécdotas que conocen, etc.</p> <p>A modo de recapitulación de lo que se ha venido abordando a lo largo de las anteriores actividades (¿Amor o cibercontrol?, Intervención de las redes sociales en la violencia de género...), el maestro o maestra propmueva un pequeño turno de intervenciones para que los estudiantes reflexionen sobre la ciberviolencia.</p>
COMPORTAMIENTOS DE CONTROL	<p>Como ya sabemos, las redes sociales aumentan el control sobre la víctima (de su tiempo, de su intimidad...), un control que en muchos casos no se percibe como tal por parte de la víctima. Muchos jóvenes y adolescentes tienden a normalizar conductas de control “disfrazadas” de interés o de amor, y también lo hacen en las redes sociales. Es posible que la exposición constante a este control virtual amplíe la tolerancia al control en el plano físico. Es decir, a fuerza de minimizar, negar o normalizar esas conductas se puede perder tanto la sensibilidad hacia la violencia de género como la capacidad de reaccionar ante la misma.</p> <p><i>“Se suele confirmar que existe una diferencia significativa en la percepción de necesidad de límites personales por parte de ellos y de ellas, que ponen a ellas en mayor riesgo de confundir un comportamiento de control como un síntoma de amor, y no de control en sí mismo”.</i> (Estébanez, Ianire)</p>
PREGUNTAS DE REFLEXIÓN PARA AYUDAR A QUE INICIE EL DEBATE EN EL GRUPO. PUESTA EN PRACTICA DE LO APRENDIDO la valorización	<p>¿Por qué la desigualdad se inserta en las relaciones de pareja?</p> <p>¿Cuál es la causa de que los chicos utilizan conductas para afirmar su masculinidad y porque creen, equivocadamente, que les corresponde ese papel?</p> <p>¿Hay alguna diferencia cuando compartimos la información digitalmente?</p> <p>¿Por qué las chicas toleran conductas machistas de control y no les ponen freno?</p> <p>¿Cómo se presentan las conductas de ciberviolencia y cómo podemos afrontarlos en nuestros espacios educativos?</p> <p>¿Cómo podemos abordar los siguientes mensajes de chantajes?</p> <p><i>“si me quisieras, no necesitarías hablar con ningún chico más”, “si me quisieras no comentarías sus fotos”, “has añadido a otro chico ¿de qué le conoces?”</i>, “si me quieres, demuéstramelo delante de tus amigos”.</p> <p>¿Has compartido alguna vez información sobre ti en las redes sociales? ¿Y compartido la información de otra persona sin su permiso? ¿Ha compartido alguien información sobre ti sin tu permiso? ¿Cómo te sentiste?</p>

TEMA	¿Me quiere, o me quiere controlar? # Cibercontrol
CONCLUSIÓN (a cargo de el/la Facilitador(a))	<p>Prepara las conclusiones en base a lo que los participantes opinan. NUNCA DAR CONCLUSIONES RESPECTO A LOS JUICIOS DE VALOR QUE TENGA EL FACILITADOR.</p> <p>Un ejemplo de conclusión:</p> <p>La violencia de género en línea o facilitada por las nuevas tecnologías es un acto de discriminación ejercido con la intermediación de las TIC que afecta principalmente a mujeres, adolescentes y niñas, a personas integrantes de la comunidad LGBTIQ+ y a cuerpos o identidades que no cumplen con los estereotipos de género basados en directrices heteronormativas. Esta violencia se dirige en contra de integrantes de tales grupos a partir de su sexo, orientación sexual o identidad de género acarreándoles efectos desproporcionados.</p>
CIERRE	Es realizado por un de los participantes del grupo. El facilitador NUNCA cierra la sesión
PRODUCCION ESTUDIANTES PRÓXIMAS (opcional)	<p>DE PARA CLASES</p> <p>Se motiva a los jóvenes a que realicen una actividad en la unidad educativa que consiste: escribir mensajes en los espacios al interior del espacio educativo.</p>

TERCERA PARTE

ESTRATEGIAS PARA MITIGAR LA VIOLENCIA EN ESPACIOS EDUCATIVOS

A partir del análisis realizado y para conseguir la mitigación de la violencia en ámbitos educativos, se requiere ciertas acciones que sería necesario realizar a partir de un trabajo más amplio que pasaría por acciones educativas que se incluyeran contenidos relativos no sólo al papel de hombres y mujeres (como hasta ahora) sino también a las habilidades para la vida, resolución de conflictos, despatriarcalización y educación sexual integral que contribuyan al desarrollo de unas relaciones más equitativas entre hombres y mujeres en las que se destierren las creencias y actitudes que promueven la violencia.

En el ámbito de la educación, se habla de estrategias de enseñanza y aprendizaje para referirse al conjunto de técnicas que ayudan a mejorar el proceso educativo. En este caso presentamos algunas estrategias para mitigar la violencia en los espacios educativos.

Habilidades para la vida

Las habilidades hacen referencia a una forma de inteligencia orientada hacia el “saber cómo” en vez del “saber qué” (Bruner, 1966).

Las Habilidades para la Vida se posicionan en una perspectiva de acción, son aprendidas y estructuradas combinando el ser, el saber, el hacer y el decidir. Están implicadas en todos los momentos de la vida, entre otros en el proceso educativo, en la salud y en el trabajo. Son fundamentales a la hora de promover conductas no violentas y de colaboración.

Habilidades para la Vida		
Habilidades que responden a las necesidades de la autonomía de la persona.	Habilidades que responden a las necesidades de competencia de la persona.	Habilidades que responden a la necesidad de relación de persona.
Autoconocimiento Manejo de emociones Manejo de estrés.	Toma de decisiones Solución de problemas y conflictos. Pensamiento creativo Pensamiento crítico	Empatía Comunicación asertiva Relación interpersonal eficaz

Fuente: Elaboración Propia con base a revisión bibliográfica.

Observemos un poco más de cerca cada una de estas habilidades y veamos de qué manera se relacionan con el tema de la prevención de la violencia.

Autoconocimiento

(ChildFund Bolivia; 2018: 13) Conocerse es saber qué se quiere en la vida e identificar los recursos personales con los que se cuenta para lograrlo. Conocerse es saber reconocer las señales emotivas de nuestro cuerpo y aprender a nombrar esas emociones que se experimentan y que nos “informan” sobre nuestras preferencias, necesidades, gustos y deseos. En fin, conocerse es captar mejor nuestra personalidad, nuestras fortalezas, debilidades, actitudes, valores, aficiones...construir sentidos acerca de nosotros mismos, de las demás personas y del mundo que compartimos. A la hora de hablar de prevención de violencia y ejercicio de derechos se debe entender que a menudo las relaciones conflictivas no se deben a la incapacidad de modificar condiciones externas sino a problemas interpersonales que impiden superar los obstáculos.

Ficha de actividad 3

INVESTIGACIÓN DIAGNOSTICA PARA EL DESARROLLO DE LA CLASE

TEMA	Investigación diagnóstica para el desarrollo de la clase
OBJETIVO	Desarrollar la investigación diagnóstica para el desarrollo de la clase desde la actitud del autoconocimiento mediante instrumentos de investigación que permita el desarrollo de actitudes intereses, desempeño, motivación de aprendizaje para el fortalecimiento en la adquisición de auto desempeño, la forma inter - intra personal del estudiante.
TIEMPO	60 minutos.
MATERIAL	Material de escritorio, papel bond tamaño carta, lápiz, bolígrafos. Elaboración de instrumentos como guías de entrevista, de observación, notas de campo. Equipos tecnológico: Laptop, Data show y celular.
PROCEDIMIENTO	Paso 1. Planificación Concertación con los docentes del curso y de especialidad (Fijar fecha, hora de aplicación) Paso 2. Organización Organizar en el aula el mobiliario adecuado (Efectuar las recomendaciones precisas del objetivo) Paso 3. Ejecución Paso 4. Iniciar la clase explicando la importancia de autovaloración el autoconocimiento de la persona. (Aplicar el instrumento preparado) Recoger los instrumentos en el tiempo determinado. Paso 5. Evaluación (Valorar las respuestas obtenidas de la guía de entrevista) Paso 6. Informe Preparar el informe con los resultados obtenidos del diagnóstico aplicado.

TEMA	Investigación diagnóstica para el desarrollo de la clase
<p>Visión del autoconocimiento para la prevención de la violencia.</p>	<p>En la Unidad Educativa se debe trabajar la valoración de la personalidad y autoconocimiento de la persona entre las niñas, niños y adolescentes de manera abierta mediante actividades de concientización el respeto haciendo conocer las características diferentes de la mujer y del varón.</p> <p>el autoconocimiento es clave para el bienestar psicológico. Conocerse uno mismo permite saber lo que queremos en la vida, ya sea en grandes proyectos o en el día a día. También permite saber gestionar mejor nuestras emociones incluso en las situaciones más difíciles. Además, el autoconocimiento está muy relacionado con la inteligencia emocional, ya que saber interpretar nuestras emociones está relacionado con la autorreflexión y la mejora de la salud mental.</p> <p>Por otro lado, conocerse a uno mismo también es muy importante para el desarrollo personal. Esto nos ayuda a ponernos unas metas realistas y saber identificar en qué trayectoria de nuestra vida nos encontramos. Por este motivo es esencial en algunas etapas de la vida donde nos surgen muchas dudas. En definitiva, mejorar el autoconocimiento servirá para cuidar nuestro bienestar general.</p> <p>En fin, conocerse es captar mejor nuestra personalidad, nuestras fortalezas, debilidades, actitudes, valores, aficiones construir sentidos acerca de nosotros mismos. Por otra parte, la interculturalidad es la forma de compartir y respetar la vivencia su cultura forma de ser los pensamientos ideas etc.</p>
<p>PREGUNTAS DE REFLEXIÓN PARA AYUDAR A QUE INICIE EL DEBATE EN EL GRUPO. PUESTA EN PRACTICA DE LO APRENDIDO la valorización Instrumento Guía</p>	<p>¿Por qué es importante conocerse así mismo?,</p> <p>¿Qué actitudes te inspira la práctica en la vida el autoconocimiento?, ¿Cómo debemos construirnos así mismo?,</p> <p>¿La relación interpersonal con nuestros compañeros de estudio, nos facilita el respeto para ambos ?,</p> <p>¿En qué cosas debería mejorar?</p> <p>¿Cómo reacciono ante situaciones estresantes?</p> <p>¿Qué cosas me motivan y me gustan?</p> <p>¿Qué cambios podría hacer en mi vida para que se asemejara a aquello que me gustaría vivir?</p> <p>¿Cómo querría que fuese mi vida?</p> <p>¿Qué espero en el futuro?</p> <p>¿Qué siento cuando pienso en el pasado?</p>
<p>CONCLUSIÓN (a cargo de el/la Facilitador(a))</p>	<p>La guía de texto elaborado con la temática diagnóstico investigativo para una clase, facilitará comprender desde la misma practica la construcción de la personalidad u el autoconocimiento.</p> <p>La actividad del diagnóstico planteado es una herramienta primordial porque permitirá conocer las diferentes acciones emociones de los estudiantes.</p>

TEMA	Investigación diagnóstica para el desarrollo de la clase
CIERRE	<p>Es realizado por uno o varios estudiantes del grupo, porque es una manera de que los jóvenes sientan que es una conclusión que realizan ellos, lleva a redondear la reflexión, iniciada por ellos mismos.</p> <p>Para ello el docente primeramente indica que esto es voluntario y que se puede realizar a través de la manera que el joven lo prefiera: una frase, un dibujo, una explicación más profunda y otros.</p>
PRODUCCION DE ESTUDIANTES PARA PRÓXIMAS CLASES (opcional)	Bajo los resultados del diagnóstico desarrollado se podrá planificar las actividades pedagógicas dinámicas, creativas, innovadoras de manera que permita desarrollar la capacidad de autoconocimiento.

Manejo de emociones

Manejar las emociones no quiere decir controlarlas ni menos silenciarlas, sino saber utilizarlas como herramientas para la acción sin dejarnos llevar por ellas, o sea sin reaccionar. Manejar las emociones significa saber elegir nuestros comportamientos, ser intencionales en nuestras elecciones evaluando sus efectos sobre nosotros mismos y los demás.

Ficha de actividad 4

¿CÓMO ME SIENTO HOY?

TEMA	¿CÓMO ME SIENTO HOY?
OBJETIVO	Aprender sobre las emociones principales, por medio de un juego, para conocerlas, aprender la importancia y la incidencia de estas en la vida cotidiana, con equipos de jóvenes adolescentes.
TIEMPO	60 minutos
MATERIAL	Fichas con imágenes de las emociones relacionadas, con el dibujo animado intensamente.
PROCEDIMIENTO	<p>Paso 1. formamos cinco equipos, según la cantidad de participantes que se tengan.</p> <p>Paso 2. Indicamos una frase para que retiren, por ejemplo: <i>“hoy es un día lluvioso”</i>, después les damos a cada equipo una imagen que tenga las emociones (tristeza, ira, asco, miedo, alegría) pidiéndoles que observen que emoción es y la imiten con la frase indicada a un principio.</p> <p>Paso 3. Cada equipo debe decir la frase expresando gestual y corporalmente la emoción asignada.</p> <p>Paso 4. Identificar, conversar de las cinco emociones como se caracterizan cuando las expresamos y pediremos a las y los participantes que identifiquen si cada emoción tiende a ser dirigida a un sexo determinado.</p>
El manejo de emociones como habilidad social para prevenir la violencia en la escuela	Empezaremos identificando las emociones presentadas por cada equipo, las nombraremos a cada una de ellas, después analizaremos cómo influyen las emociones de los demás en nosotros, si ésta emoción son como un reflejo, si observamos a personas alegres como nos hace sentir eso, tomando en cuenta las expresiones corporales y gestuales de las cinco emociones, ya posteriormente en función a las mismas analizaremos si existen estereotipos, relacionados con el género o las culturas, como, por ejemplo: la tristeza que está asociada al llanto, analizaremos de forma comunitaria si esta es una práctica social y culturalmente aceptada únicamente para las mujeres. Así sucesivamente con todas las emociones mediante preguntas.

TEMA	¿CÓMO ME SIENTO HOY?
PREGUNTAS DE REFLEXIÓN PARA AYUDAR A QUE INICIE EL DEBATE EN EL GRUPO. PUESTA EN PRACTICA DE LO APRENDIDO la valorización)	<p>Una de las primeras preguntas será:</p> <p>¿en tu entorno familiar los hombres lloran?, deben argumentar y ejemplificar la respuesta en el caso de ser negativo, que frases se usa para evitar que una persona del sexo masculino llore o demuestre sus emociones.</p> <p>La segunda pregunta será:</p> <p>¿el asco tiene un género?, es decir si es mas de mujeres sentir asco o de ambos sexos, en caso de que sea así, porque se le atribuye esta emoción a un sexo en específico.</p> <p>La tercera pregunta será:</p> <p>¿en la imagen la ira hace referencia a un género en específico?, si la respuesta es afirmativa, analizaremos ¿porque el personaje que representa está emoción es de un sexo determinado? ¿será que mayormente uno de los sexos es el que más demuestra esta emoción?</p> <p>Haciendo referencia a la alegría preguntaremos:</p> <p>¿a qué le tienen miedo? observaremos si hay más tendencia en la respuesta en los varones o mujeres, en caso de haber mayores miedos en uno de ellos, analizar las causas y si tiene que ver con estereotipos familiares o sociales.</p> <p>Para concluir pondremos una canción alegre más movida y veremos la reacción espontánea de los participantes preguntaremos:</p> <p>¿Quiénes estuvieron más alegres?, ¿cómo demostraron más alegría? Debatiendo acerca de si esta emoción está asociada con el género.</p>
CONCLUSIÓN (a cargo de el/la Facilitador(a))	<p>En una primera instancia haremos referencia a como las emociones, nos predisponen a un modo de acción y como nos permiten afrontar situaciones difíciles. En segunda instancia pediremos a voluntarios de cada grupo dañado una conclusión acerca de: Si las emociones tienen género y como la sociedad influye en esto, como podemos cambiar estereotipos a la hora de expresar emociones, la importancia de expresar las emociones.</p>
CIERRE	<p>Para cerrar la actividad, reflexionamos en función a las emociones y expresión de los estudiantes ante distintas situaciones.</p>
PRODUCCION DE ESTUDIANTES PARA PRÓXIMAS CLASES (opcional)	<p>Hacer hincapié en las capacidades de resistencia a la frustración, como reaccionar ante la adversidad y promover la resiliencia.</p>

Manejo del estrés

Querer eliminar el estrés es algo utópico ya que en la actualidad con las exigencias que nos depara esta nueva era, con el avance tecnológico y las nuevas maneras de organizaciones familiares, nuestra sociedad se ve envuelta en esta problemática que nadie escapa. En ese entendido debemos tener presente como realizamos este manejo del estrés para ello debemos pensar en una variedad de estrategias para ayu-

dar a sobrellevar el estrés, controlar o manejar de manera asertiva el estrés puede ayudar a llevar una vida más equilibrada y saludable, el estrés desemboca en una respuesta automática física, mental y emocional a un evento dificultoso el realizar el manejo del estrés de manera adecuada puede reducir el riesgo de tener otros problemas médicos, entre ellos fuertes migrañas, problemas del corazón, obesidad, alta depresión entre otros.

Ficha de actividad 5

LA TELARAÑA DEL ESTRÉS

TEMA	LA TELARAÑA DEL ESTRÉS
OBJETIVO	Identificar las situaciones de estrés y brindar alternativas de canalizar esta energía para no causar males posteriores.
TIEMPO	De 45 minutos aprox. (sujeto a criterio del facilitador)
MATERIAL	Lana de color Papelografos Marcadores de colores Cinta adhesiva
PROCEDIMIENTO	<p>Paso 1. En un primer momento nos pondremos todos en un círculo ya sea sentados o parados pero la idea es estar en un círculo (recomendable no más de 15 o 16) de haber más participantes se puede armar otro grupo de acuerdo a la necesidad.</p> <p>Paso 2. Una vez realizada esa conformación lanzaremos la lana de un integrante a otro nombrando las cosas que nos causan estrés y el facilitador ira anotando en el papelografo sin que vean los que están en el juego.</p> <p>Paso 3. Una vez que todos se hayan pasado la lana sin soltar es decir cada uno debe estar agarrando el pedazo de lana a partir de ello ahora debe ir en sentido reverso y devolver la lana, pero esta vez cada uno debe recordar lo que le causa estrés a nuestro compañero o lo que él nombró, pero el mismo debe dar una sugerencia de actividad para canalizar este estrés.</p>

TEMA	LA TELARAÑA DEL ESTRÉS
PROCEDIMIENTO	<p>Paso 4. El facilitador de la misma manera irá anotando las acciones o actividades sugeridas para canalizar el estrés nombrado.</p> <p>Paso 5. Una vez que todos ya hemos concluido el facilitador comparte con el grupo las cosas anotadas en el papelógrafo y analizan si es que quieren complementar algo en el papelógrafo.</p> <p>Paso 6. De la misma manera realizamos con las acciones o actividades que se sugirieron para canalizar o combatir el estrés nombramos y analizamos y si hay alguien que quiera complementar se le da el espacio.</p> <p>Paso 7. Este paso es opcional en algunos equipos siempre surge el tema de realizar juegos dinámicos o participar de ellos si es que hubiese surgido proponer un juego en ese instante puede ser sugerida por los participantes o por el facilitador, pero todos participamos se recomienda una dinámica que permita la risa. Esta actividad será de acuerdo al tiempo con el que se disponga (OPCIONAL)</p>
Visión del estrés en las habilidades socioemocionales.	<p>El estrés supone una tensión física o ya sea emocional derivada de una situación o pensamiento que en muchos casos es relacionado con lo que nos rodea o sentimientos que desencadena la frustración los nervios el descontrol y esto genera malestares físicos como ser dolores de cabeza males del corazón, problemas al respirar, por otro lado, también están presentes las emociones puede estar acompañados de estar de mal humor, tristes, melancólicos y esto nos afecta en gran manera.</p> <p>Existen diferentes tipos de estrés los mismos nos afectan de diferente manera.</p> <p>Estrés agudo. Este es estrés a corto plazo que desaparece rápidamente. Puede sentirlo cuando presiona los frenos, pelea con su pareja o esquía en una pendiente. Esto le ayuda a controlar las situaciones peligrosas.</p> <p>Estrés crónico. Este es el estrés que dura por un período de tiempo prolongado. Usted puede tener estrés crónico si tiene problemas de dinero, un matrimonio infeliz o problemas en el trabajo. Cualquier tipo de estrés que continúa por semanas o meses es estrés crónico.</p> <p>El Estrés y su Cuerpo.</p> <p>Su cuerpo reacciona ante el estrés al liberar hormonas. Estas hormonas hacen que su cerebro esté más alerta, causar que sus músculos se tensionen y aumentar su pulso. A corto plazo, estas reacciones son buenas porque pueden ayudarle a manejar la situación que causa el estrés. Esta es la manera en que su cuerpo se protege a sí mismo.</p> <p>El estrés crónico con el tiempo le pone en riesgo de problemas de salud, incluyendo:</p>

TEMA	LA TELARAÑA DEL ESTRÉS
<p>Visión del estrés en las habilidades socioemocionales.</p>	<p>Presión arterial alta Insuficiencia cardíaca Diabetes Obesidad Depresión o ansiedad Problemas de la piel, como acné y otros. Problemas menstruales. Signos de demasiado estrés El estrés puede causar muchos tipos de síntomas físicos y emocionales. Algunas veces posiblemente no se dará cuenta de que estos síntomas son ocasionados por el estrés. Aquí hay algunos signos de que el estrés le puede estar afectando: Diarrea o estreñimiento Mala memoria Dolores y achaques frecuentes Dolores de cabeza Falta de energía o concentración Problemas sexuales Cuello o mandíbula rígidos Cansancio Problemas para dormir o dormir demasiado Malestar de estómago Uso de alcohol o drogas para relajarse Pérdida o aumento de peso</p>
<p>PREGUNTAS DE REFLEXIÓN PARA AYUDAR A QUE INICIE EL DEBATE EN EL GRUPO. PUESTA EN PRACTICA DE LO APRENDIDO la valorización)</p>	<p>¿Qué es el estrés? ¿Hemos sentido estrés en nuestra cotidianidad? ¿Dónde notamos más la presencia del estrés? ¿En nuestro hogar o fuera de ella? ¿Quiénes sentirán más estrés varones o mujeres? ¿Qué opinión nos merece las actividades que propusimos en cuánto a canalizar el estrés? ¿Será posible combatir o manejar el estrés de manera que no nos afecte en nuestra cotidianidad? ¿De las actividades de estrés identificadas cuáles serán las más recurrentes? ¿Hemos sentido alguno de los síntomas que nos comparte el artículo sobre los tipos de estrés? ¿Qué consecuencias tiene el estrés en nuestro cuerpo y en la sociedad? ¿Qué medidas debiéramos tomar ante el estrés?</p>

TEMA	LA TELARAÑA DEL ESTRÉS
CONCLUSIÓN (a cargo de el/la Facilitador(a))	<p>Prepara las conclusiones en base a lo que los participantes opinan. NUNCA DAR CONCLUSIONES RESPECTO A LOS JUICIOS DE VALOR QUE TENGA EL FACILITADOR.</p> <p>Un ejemplo de conclusión:</p> <p>Primero debemos identificar que el estrés es un mal silencioso que en realidad muchos lo están normalizando y que debiéramos detenernos a identificar qué cosas nos causan el estrés.</p> <p>Se recalca que las mujeres y hombres sienten el estrés y que ambos géneros tienen la necesidad de canalizar independientemente de la actividad que realicen y que no por pertenecer a un género es disculpada su accionar o su trato ante los demás a causa del estrés.</p> <p>Posibilitar que los participantes tomen conciencia de que el estrés es un mal silencioso que quizá esta desembocando en feminicidios y en algunos casos malos tratos a los miembros de la familia y en muchas ocasiones esos malos tratos marcan más que los golpes.</p> <p>Promover la reflexión en torno a debemos manejar de manera asertiva el estrés y que aquello implica primero identificar la causa y posteriormente plantearnos estrategias para canalizarlo y de esta manera no llegar a las agresiones ya sea de parte de varones o de mujeres.</p>
CIERRE	Es realizado por un de los participantes del grupo. El facilitador NUNCA cierra la sesión.
PRODUCCION DE ESTUDIANTES PRÓXIMAS (opcional) DE PARA CLASES	Se puede plantear una dinámica de cierre para que las emociones (positivas) que se sienta al realizar calme nuestros nervios o inseguridad y que sea de entretenimiento, podría plantearse por grupos.

Toma de decisiones

Según (ChildFund Bolivia; 2018: 14) Decidir significa actuar proactivamente para hacer que las cosas sucedan en vez de limitarse a dejar que ocurran como consecuencia del azar o de otros factores externos. Continuamente estamos tomando decisiones, escogiendo qué hacer tras considerar distintas alternativas. Tener la capacidad de tomar una decisión y así buscar los mecanismos de protección es fundamental para lidiar, por ejemplo, frente a una situación de acoso escolar siendo víctima o testigo del mismo.

Ficha de actividad 6

FACTORES QUE MODULAN LAS DECISIONES DE LAS MUJERES

TEMA	Factores que modulan las decisiones de las mujeres.
OBJETIVO	Identificar los factores que influyen en la toma de decisiones por parte de las mujeres que sufren algún tipo de violencia
TIEMPO	60 min.
MATERIAL	Papeles de color Tijeras Pegamento Marcadores de diferentes colores Papelógrafos Grabadores Espacio cómodo y agradable.
PROCEDIMIENTO	<p>Paso 1. Realizamos un grupo focal para dialogar y reflexionar sobre los aspectos que toman en cuenta las mujeres para llegar a tomar una decisión cuando viven una situación de violencia en los diferentes espacios en el que se desenvuelven.</p> <p>Paso 2. Agrupar a los participantes para que conversen sobre alguna situación de violencia que hayan visto o haya participado.</p> <p>Realizan las limitantes o obstáculos para no denunciar una situación de violencia.</p> <p>Paso 3. Identificar los espacios de la sociedad donde una mujer vive situaciones de violencia.</p> <p>Paso 4. Realizar una lista de los que necesitan las mujeres para tomar decisiones adecuadas en torno a la problemática de la violencia.</p>
Visión de género que afecta en las prácticas sexuales, interculturalidad	Son varios los factores que influyen en la toma de decisiones por parte de las mujeres que sufren malos tratos, como: la existencia o no de hijos a su cargo, la dependencia económica de la pareja o el tipo de maltrato sufrido y, consecuentemente, la ignorancia por parte de la mujer en algunos casos de la existencia de dicho maltrato, pero de entre estos, incluso podríamos decir que dentro de éstos, subyace uno que es el más destacable, común y podríamos decir que es el eje central que modula su comportamiento. Este factor es el miedo.

TEMA	Factores que modulan las decisiones de las mujeres.
<p>PREGUNTAS DE REFLEXIÓN PARA AYUDAR A QUE INICIE EL DEBATE EN EL GRUPO. PUESTA EN PRACTICA DE LO APRENDIDO la valorización</p>	<p>¿Por qué las mujeres no hablan de lo que les sucedió en una situación de violencia oportunamente?</p> <p>¿Cuáles son las limitantes que las mujeres toman en cuenta al momento de querer denunciar una situación de violencia?</p> <p>¿En qué espacios de la sociedad una mujer vive situaciones de violencia?</p> <p>¿Qué necesitan las mujeres para tomar decisiones adecuadas en torno a la problemática de la violencia?</p>
<p>CONCLUSIÓN (a cargo* de el/la Facilitador(a))</p>	<p>Las mujeres no denuncian por:</p> <p>Miedo por los hijos: Tienen miedo tanto a perder la custodia de los hijos como a que los hijos sufran agresiones.</p> <p>Miedo al agresor: Temen por su integridad física.</p> <p>Miedo a pedir ayuda y a denunciar: Tienen miedo de que el agresor sepa que han puesto una denuncia o que han pedido ayuda, por las consecuencias que esto puede acarrear.</p> <p>Miedo a la soledad: Muchas de las mujeres que sufren malos tratos tienen una dependencia emocional del agresor y no conciben la vida sin él.</p> <p>Miedo a recibir ayuda: Aunque ellas no hayan pedido ayuda, si quien las atiende piensa que puede haber un maltrato y les presta ayuda o información sobre sitios de acudir, temen que lo pueda saber el agresor.</p> <p>Las mujeres necesitan:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ser escuchadas. - Tener una adecuada orientación y servicios de protección. - Saber reconocer señales de violencia. - Conocer los planes de intervención. - Sentirse protegidas. <p>Nuestros cuidados deben ir encaminados no solo a proporcionar información o a incitar a la persona a que denuncie, sino, principalmente a identificar y tratar esa causa, como ese miedo que hace que la mujer actúe de una u otra manera. Debemos comprender y ser conscientes de cómo se encuentran estas mujeres, tratar de entenderlas, y no juzgarlas por sus actos, no son tan libres de elegir como podemos pensar.</p>
<p>CIERRE</p>	<p>Es realizado por uno o varios estudiantes del grupo, porque es una manera de que los jóvenes sientan que es una conclusión que realizan ellos, lleva a redondear la reflexión, iniciada por ellos mismos.</p> <p>Para ello el docente primeramente indica que esto es voluntario y que se puede realizar a través de la manera que el joven lo prefiera: una frase, un dibujo, una explicación más profunda y otros</p>

TEMA	Factores que modulan las decisiones de las mujeres.
PRODUCCION DE ESTUDIANTES PARA PRÓXIMAS CLASES (opcional)	Cartillas informativas audiovisuales.

Solución de problemas y conflictos

No es posible ni deseable evitar los conflictos. Pueden ser una fuente de sinsabores, pero también gracias a ellos, renovamos las oportunidades de cambiar y crecer. Podemos aceptar los conflictos como motor de la existencia humana, dirigiendo nuestros esfuerzos a desarrollar estrategias y herramientas que permitan manejarlos de forma creativa y flexible, identificando en ellos oportunidades de cambio y crecimiento personal y social. Para eso, es necesario tener en cuenta el contexto, conocer las personas involucradas, incluyéndose a uno mismo (ChildFund Bolivia; 2018: 14).

Pensamiento creativo

Con base a (ChildFund Bolivia; 2018: 15) Es usar la razón y la pasión apartarse de esquemas de pensamiento o conductas habituales nos permite cuestionar hábitos, abandonar inercias y abordar la realidad de formas novedosas. En este sentido, el pensamiento creativo es sinónimo de curiosidad, personalidad y variedad de intereses.

Al igual que en habilidades anteriores, demostrar creatividad puede revelarse, una herramienta eficiente para imaginar estrategias de protección que permiten enfrentar efectivamente situaciones violentas.

Pensamiento crítico

La persona crítica no acepta la realidad de manera pasiva *“porque siempre ha sido así”*. Por el contrario, se hace preguntas, se cuestiona rutinas, investiga. Esta forma de pensar es esencial para identificar patrones de conductas o situaciones violentas y tener la fuerza de combatirlas asertivamente.

Empatía

La empatía es una capacidad innata de las personas que permite tender puentes hacia universos distintos al propio, para imaginar y sentir cómo es el mundo desde la perspectiva de la otra persona.

Empatía es escuchar de forma activa y desinteresada con el corazón, no solo con la cabeza. Muchos se acuerdan en decir que esta habilidad es clave para prevenir la violencia ya que cuando un individuo es sensible a las emociones de los demás y entiende cómo se siente al ser agredido, podrá reflexionar para no ejercer ningún tipo de violencia o no permitir que otros lo hagan (Op/cit: 15).

Ficha de actividad 7

LA CAJITAS DE ASUNTOS

TEMA	La Cajitas de Asuntos
OBJETIVO	Identificar acciones y conductas de empatía en grupo de adolescentes.
TIEMPO	25 a 30 minutos
MATERIAL	1 caja de cartón de 40 x 40, y 40 de altura Marcadores de color Hojas bond Papel lustroso
PROCEDIMIENTO	<p>Se inicia conformando un grupo de estudiantes adolescentes, quienes, a partir de una problemática de uno de sus compañeros se pondrá en lugar de su compañero del grupo.</p> <p>Paso 1. Preparará una caja de cartón, forrado con un papel lustroso.</p> <p>Paso 2. Cada estudiante escribirá en un papel una situación problemática de su hogar o de su situación de él/ella mismo, luego la hoja escrita doblará como una carta y colocará en el cartón. En ese cartón habrá seis problemáticas desde su emoción y sentimiento.</p> <p>Paso 3. Una vez que se tiene seis problemáticas escritas y depositadas en el cajón, una de las seis integrantes sacará una hojita doblada y leerá en voz alta la problemática, ejemplo: <i>"MI PERRITO ESTA ENFERMO"</i>, <i>"ME SIENTO MAL"</i>, <i>"MI PAPÁ NO TIENE TRABAJO"</i>, etc., así sucesivamente existirá otras problemáticas escritas en las hojas, depositadas en el cajón de los 6 estudiantes; entonces, él o la estudiante que escribió esa problemática hará hacer conocer a los demás, expresando sus sentimientos y pensamientos acerca del animalito enfermo, hará hacer conocer tal como él/ella siente, piensa y a su modo, empleando un lenguaje popular, coloquial o culto.</p> <p>Paso 4. Después de escuchar la problemática, los demás integrantes del grupo escucharán el relato, respetando su manera de expresarse y se colocarán en lugar del compañero/a afectada. La acción se continuará hasta conocer las seis problemáticas, a partir de la escucha activa e interés de cada persona del grupo.</p>

TEMA	La Cajitas de Asuntos
PROCEDIMIENTO	<p>Paso 5. A continuación, cada miembro del grupo mostrará actitudes y acciones de colaboración o brindar la ayuda necesaria en función de la problemática, que pueden ser tangible o intangibles al compañero afectado, entendiendo y comprendiendo la situación que atraviesa.</p> <p>Paso 6. Descartamos todo tipo de estereotipos, valoraciones y sentimientos del modelo patriarcado.</p> <p>Nota. - En todo momento la actividad será anónima; es decir, el compañero afectado nunca se identificará.</p>
Importancia de la empatía para las relaciones interpersonales eficaces.	<p>Empatía es la habilidad de ponerse en el lugar del otro para entender sus necesidades, sentimientos y problemas. Para lograrlo se requiere escuchar activamente a las personas y captar sus emociones, para así obtener una relación cercana y comprensiva. La empatía permite la comprensión de las emociones y actos ajenos sin tener que estar de acuerdo necesariamente.</p> <p>Las claves para ser empáticos son:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Procurar sonreír siempre, esto genera un ambiente de confianza y cordialidad. La serenidad que se manifiesta desarma hasta el más exaltado. 2. Inicialmente se debe considerar como primordiales los asuntos de los demás y después los propios. Después de haber escuchado, la persona que se ha acercado, seguramente tendrá la capacidad de entender nuestra situación y estado de ánimo, por lo cual estará dispuesta a ayudarnos.
Importancia de la empatía para las relaciones interpersonales eficaces.	<ol style="list-style-type: none"> 3. No es recomendable hacerse un juicio prematuro de las personas. Cuando alguien se nos acerca, es porque necesita con quien hablar... 4. En caso que no sea el momento adecuado por falta de tiempo u otras razones, se debe expresar con cortesía y delicadeza -que también es empatía- y las personas se sentirán igualmente atendidas. Sin embargo, no se debe dejar pasar mucho tiempo para charlar con la persona. 5. Evitar demostrar prisa, aburrimiento, cansancio, dar respuestas tajantes u distraerse en otras cosas mientras se está en una conversación con otras personas. 6. Algunos gestos amables como una palmada en el hombro o un apretón de manos, son muestras de afecto que pueden valer igual o más que las palabras, sobre todo si la persona pasa por un mal momento. <p>Por tanto, la empatía es un valor que optimiza las relaciones, promoviendo la sana convivencia ya sea al interior de la familia, en el ámbito laboral o en los espacios sociales.</p> <p>Fuente:</p> <p>https://revistavive.com/claves-mejorar-nuestras-relaciones-interpersonales/</p>

TEMA	La Cajitas de Asuntos
PREGUNTAS DE REFLEXIÓN PARA AYUDAR A QUE INICIE EL DEBATE EN EL GRUPO. PUESTA EN PRACTICA DE LO APRENDIDO la valorización	<p>¿De qué manera se puede trabajar la empatía en el aula?</p> <p>¿Por qué es importante la escucha activa?</p> <p>¿Por qué es importante tener la empatía?</p> <p>¿Cómo sabemos que somos empático?</p> <p>¿Qué nos genera la empatía?</p> <p>¿Cómo brindar la ayuda cuando alguien está triste o molesto?</p> <p>¿Qué nos impide tener la empatía?</p> <p>¿Cómo se vive la empatía?</p> <p>¿Qué nos impide tener empatía?</p> <p>¿Conocemos los niveles de empatía?</p>
CONCLUSIÓN (a cargo de el/la Facilitador(a))	<p>La empatía es un valor humano y una actitud de la persona, que consiste ponerse en el mundo interno de otra persona, la capacidad de entender a otro en cuanto a sus sentimientos y situaciones que tiene la persona y empieza desde el hogar de cada familia y se desarrolla durante toda su vida; en ese sentido, tener empatía es importante porque nos permite saber comprender y resolver los problemas en nuestra vida cotidiana.</p>
CIERRE	<p>Es realizado por uno o varios estudiantes del grupo, porque es una manera de que los jóvenes sientan que es una conclusión que realizan ellos, lleva a redondear la reflexión, iniciada por ellos mismos.</p> <p>Para ello el docente primeramente indica que esto es voluntario y que se puede realizar a través de la manera que el joven lo prefiera: una frase, un dibujo, una explicación más profunda y otros.</p>
PRODUCCION DE ESTUDIANTES PARA PRÓXIMAS CLASES (opcional)	<p>Desarrollo de una asamblea en el aula donde se reflexiona sobre las necesidades y los conflictos se plantea posibles vías de solución del conflicto y la forma de llegar a ellas. Es importante hacer especial énfasis en la necesidad de plantearnos en medio de una discusión "¿qué quiere o necesita la otra persona?, ¿qué me está queriendo decir?, ¿cómo se está sintiendo? En la medida que salimos de nosotros mismos y queremos entender al otro hay poco espacio para los conflictos.</p>

Comunicación asertiva

La persona que se comunica asertivamente expresa con claridad lo que piensa, siente o necesita de forma verbal como no verbal, teniendo en cuenta los derechos, sentimientos y valores de sus interlocutores, elementos fundamentales a la hora de hablar de prevención de la violencia. La comunicación asertiva se fundamenta en el derecho inalienable de todo ser humano a expresarse, a afirmar su ser y a establecer límites en las relaciones sociales.

Comunicar eficazmente es también saber escuchar y saber observar.

Ficha de actividad 8

TRABAJANDO EN LA COMUNICACIÓN ASERTIVA

TEMA	Trabajando en la Comunicación asertiva.
OBJETIVO	Aprender a hacer valer la opinión personal partiendo de una situación de respeto, desarrollando el autoconocimiento.
TIEMPO	60 minutos aproximadamente.
MATERIAL	Folios y bolígrafo para cada participante.
PROCEDIMIENTO	<p>Paso 1. El facilitador del grupo pide que cada integrante del grupo, de manera individual, escriba en un folio los derechos que considera que tienen en el ámbito familiar, el laboral y dentro de la sociedad.</p> <p>Paso 2. Se divide el grupo en subgrupos, en función del número de participantes y se les pide que identifiquen cinco derechos que tengan en común en las áreas mencionadas anteriormente (familia, trabajo y sociedad).</p> <p>Paso 3. Pasado el tiempo que hayan acordado previamente, cada grupo expone sus conclusiones. Se propicia el debate en grupo.</p> <p>Paso 4. El facilitador les pide que, de nuevo, se pongan por grupos y piensen qué derechos tienen las personas que rodean el contexto familiar, laboral y la sociedad en general.</p> <p>Una vez que hayan finalizado, se debate cómo se puede respetar a los demás, haciéndonos respetar.</p>
La comunicación asertiva como habilidad social para la prevención de la violencia en la escuela.	<p>La comunicación asertiva implica la formación integral de los estudiantes. La persona que se comunica asertivamente se defiende en sus relaciones interpersonales, está satisfecha de su vida, tiene confianza en sí misma, es expresiva, espontánea.</p> <p>El lenguaje oral y escrito es de suma importancia en la educación, en cualquier nivel educativo en el que se encuentren. Es la base que se necesita para poder cursar cualquier asignatura o grado y también es el pilar, de la interacción entre pares, alumnos y profesores y de igual manera entre el mismo profesorado, los padres y la comunidad.</p>

TEMA	Trabajando en la Comunicación asertiva.
<p>La comunicación asertiva como habilidad social para la prevención de la violencia en la escuela.</p>	<p>Es mediante una comunicación asertiva, que los padres logran conocer mejor a sus hijos (a través de los propios docentes): sus intereses, inquietudes y sentimientos. Así como se comparten en gran medida los avances y áreas de oportunidad a trabajar de manera conjunta para progresar académicamente con los alumnos.</p> <p>De igual forma, la familia es parte importante durante el proceso escolar y una influencia indispensable a lo largo de los primeros años de vida de los estudiantes. Por lo que la transmisión de conocimientos es proveniente principalmente en este medio y en el de la comunidad como primer contexto previo al escolar. Por lo que los maestros y maestras deberán trabajar de manera conjunta con los padres y comunidad, adaptarse al entorno de los estudiantes y conocer aún más los conocimientos previos con los que cuentan los estudiantes, para así poder facilitar los aprendizajes de una manera significativa.</p>
<p>PREGUNTAS DE REFLEXIÓN PARA AYUDAR A QUE INICIE EL DEBATE EN EL GRUPO. PUESTA EN PRACTICA DE LO APRENDIDO la valorización</p>	<p>¿Es fácil para mí pedir lo que necesito?</p> <p>¿Suelo comunicar de forma sincera y directa lo que pienso y siento?</p> <p>¿Defiendo mis derechos y necesidades?</p> <p>¿Respeto los derechos y necesidades de los demás?</p> <p>¿Comunico lo que pienso, quiero y siento de forma firme, tranquila, empática, directa y respetuosa?</p>
<p>PREGUNTAS DE REFLEXIÓN PARA AYUDAR A QUE INICIE EL DEBATE EN EL GRUPO. PUESTA EN PRACTICA DE LO APRENDIDO la valorización</p>	<p>¿Digo que no cuando quiero decir que no?</p> <p>¿Soy flexible y busco acuerdos gana-gana?</p> <p>¿Puedo mantener la calma y comunicarme con respeto y empatía cuando los demás se equivocan o no cumplen mis expectativas?</p> <p>¿Puedo defenderme con firmeza y respeto cuando los demás me critican?</p> <p>¿Siento seguridad para expresar mis ideas y sentimientos?</p> <p>¿Pido lo que necesito y manifiesto lo que siento de forma específica, directa y honesta, sin sarcasmo?</p> <p>¿Afronto las conversaciones difíciles con respeto y honestidad?</p>
<p>CONCLUSIÓN (a cargo de el/la Facilitador(a))</p>	<p>Los roles de género aparecen estrechamente ligados al concepto de <i>“estereotipo de género”</i>, concebido como un proceso de construcción psíquica que engloba diversos atributos, que tiene un carácter funcional y evaluativo, con posibilidad de cambio.</p> <p>La cultura patriarcal ha configurado rígidos estereotipos de lo masculino y femenino que se expresan en las variadas conductas del individuo, desde los juegos, los vestuarios, la forma de comportarse, de comunicarse y de expresar los sentimientos; hasta las aspiraciones y proyecciones educativas, profesionales y laborales.</p>

TEMA	Trabajando en la Comunicación asertiva.
CONCLUSIÓN (a cargo de el/la Facilitador(a))	<p>Estos estereotipos se les transmiten a los niños y las niñas en el proceso de socialización en sus diferentes ambientes familiares, escolares y comunitarios; a su vez, se convierten en lineamientos culturales de tal manera que se interiorizan como naturales y universales y se ejecutan para obtener el reconocimiento social, incluso a costa de anular sus necesidades, intereses y aspiraciones íntimas.</p> <p>Las habilidades sociales que intervienen en la conducta asertiva se logran por la experiencia, es decir, por el aprendizaje a través de la observación, la comprobación, la imitación y la información. Todas ellas aumentan el aseguramiento social que recibe la persona y que es matizada por la peculiaridad de las circunstancias, el grupo etario, el sexo y el estatus social. El comportamiento asertivo es de carácter aprendido y se encuentra circunscrito a un contexto social y cultural, lo que quiere decir que ciertas conductas individuales están matizadas por las normas sociales establecidas, que varían de una cultura a otra.</p>
CIERRE	Es realizado por uno de los participantes del grupo.
PRODUCCION DE ESTUDIANTES PARA PRÓXIMAS CLASES (opcional)	Los estudiantes actúan de un lado al otro en el aula o en el patio con una actitud sumisa, utilizando exclusivamente el lenguaje no verbal. El facilitador les pide que se queden quietos, como estatuas, adoptando gesto sumiso. A continuación, se cambia de comportamiento sumiso a agresivo. Un grupo de estudiantes toman fotografías de ambos momentos y los llevan al aula para comentar la caracterización de los momentos y cómo las actitudes contribuyen a la comunicación asertiva.

Relaciones interpersonales eficaces

Establecer y conservar relaciones interpersonales significativas, así como ser capaz de terminar aquellas que bloqueen el crecimiento personal (relaciones tóxicas). Esta destreza incluye dos aspectos claves. El primero es aprender a iniciar, mantener o terminar una relación; el segundo aspecto clave es aprender a relacionarse en forma positiva con las personas con quienes se interactúa a diario (en el trabajo, en la escuela, etc.). Finalmente, ser conscientes del propio estilo relacional es el primer paso hacia una relación interpersonal eficaz

Todas estas habilidades, al igual que las funciones de la dimensión cognitiva, pueden ser enseñadas a jóvenes y adolescentes a través del aprendizaje y del entrenamiento y permiten a la persona ser capaz de transformar conocimientos, actitudes y valores en auténticas capacidades.

Ficha de actividad 9

RELACIONES INTERPERSONALES EFICACES TODOS EN JUEGO

TEMA	RELACIONES INTERPERSONALES EFICACES TODOS EN JUEGO
OBJETIVO	<p>Mantener un ambiente de confianza y comunicación, en donde se destaquen tanto los elementos comunes como las diferencias para lograr acuerdos que permitan mantener armonía en dicha relación. Crear una historia en común. Fortalecer los vínculos y relaciones.</p> <p>Elaborar y poner en práctica decisiones tácticas de cooperación y de oposición.</p>
TIEMPO	30 minutos aprox.
MATERIAL	<p>Primera actividad</p> <p>Un ovillo de lana.</p> <p>Segunda Actividad</p> <p>Una cancha rectangular con canastas o con dos cartones</p> <p>Ponchillos</p> <p>Una pelota</p>
PROCEDIMIENTO	<p>Procedimiento 1</p> <p>Paso 1. El facilitador del grupo introducirá el tema en cuestión. Esta técnica es aplicable en distintos ámbitos y momentos por los que pasa un grupo. Lo importante es que haya confianza y cada uno pueda expresarse con libertad. Por ejemplo, puede usarse como desahogo, expresión emocional, para cerrar un grupo, etc.</p> <p>Paso 2. Consiste en que la persona que tiene el ovillo de lana comparta con el grupo aquello que desee y que se quede con el extremo del ovillo. A continuación, debe pasar el ovillo al compañero que quiera.</p> <p>Paso 3. Éste debe comentar lo que quiera y agarrar el ovillo. A continuación, se lo pasará a otro compañero. La dinámica acaba cuando hayan participado todos. La reflexión final debe ir acompañada del tejido que nace entorno a un equipo y las relaciones que surgen dentro del mismo.</p>

TEMA	RELACIONES INTERPERSONALES EFICACES TODOS EN JUEGO
PROCEDIMIENTO	<p>Procedimiento 2</p> <p>Número de participantes</p> <p>Entre 8 y 24 participantes</p> <p>Arme dos equipos con los participantes.</p> <p>Colocar los dos equipos alrededor del espacio de juego.</p> <p>Un jugador por equipo entra en la cancha para adueñarse de la pelota que el educador pone en movimiento.</p> <p>El objetivo del juego es encestar la pelota en la canasta o en el cartón.</p> <p>Para encestar, todos los jugadores del equipo deben haber entrado a la cancha.</p> <p>Para que un jugador entre en la cancha debe recibir un pase de un compañero que ya está adentro y debe devolver el balón al mismo.</p> <p>Los jugadores que están afuera pueden moverse alrededor de la cancha para facilitar el pase.</p> <p>Los jugadores de adentro no pueden dar más de tres pasos con la pelota.</p> <p>El equipo que no tenga el balón debe recuperarlo recuperando interceptando el pase adentro o afuera de la cancha.</p> <p>No hay contacto físico. No se puede tocar a un jugador que tiene la pelota en las manos.</p> <p>El equipo ganador será el que enceste más veces la pelota en un tiempo determinado o que alcance primero un determinado puntaje.</p>  <p>Variantes posibles</p> <p>Pasar la pelota solo con una mano.</p> <p>Pasar la pelota saltando.</p> <p>Interceptar solo con una mano.</p> <p>Recomendaciones para el procedimiento del juego</p>

TEMA	RELACIONES INTERPERSONALES EFICACES TODOS EN JUEGO
PROCEDIMIENTO	<p>Se trata de un juego muy dinámico donde el arbitraje de la maestra y maestro es importante, especialmente para evitar el contacto físico y el movimiento con la pelota por más de tres pasos. Este juego invita a reflexionar sobre el juego en equipo.</p> <p>Es posible realizar el punto solamente cuando todos los jugadores han entrado a la cancha. Por lo tanto, es necesario buscar la colaboración de todos los jugadores del equipo, sin excepciones. Para cooperar es necesario incluir. Y para incluir es necesario cooperar.</p>
Visión de las relaciones interpersonales para prevenir la violencia basada en género	<p>Las relaciones interpersonales son una interacción recíproca entre dos o más personas. Los seres humanos son seres sociales que por su naturaleza necesitan de las relaciones con otras personas. La interacción que se tiene con otros desde tempranas etapas de la vida puede influir en: el aprendizaje de actitudes, la construcción de valores en relación al entorno, el percibir las situaciones desde el punto de vista del otro, la formación de la identidad, la adquisición de habilidades sociales, la identificación de las redes de apoyo ante situaciones difíciles, entre otros. Las relaciones interpersonales son importantes porque ayudan a la persona a reconocerse a sí misma y a construir su identidad, reconocer valores y principios propios para desenvolverse de manera adecuada en la sociedad.</p>
PREGUNTAS DE REFLEXIÓN PARA AYUDAR A QUE INICIE EL DEBATE EN EL GRUPO. PUESTA EN PRACTICA DE LO APRENDIDO la valorización)	<p>¿De qué manera se pueden establecer y conservar relaciones interpersonales significativas?</p> <p>¿Cómo ser capaz de terminar aquellas que bloqueen el crecimiento personal (relaciones tóxicas)?</p> <p>¿De qué manera se puede aprender a iniciar, mantener o terminar una relación?</p> <p>¿Cómo relacionarse en forma positiva con las personas con quienes se interactúa a diario (en el trabajo, en la escuela, etc.)?</p> <p>¿Cómo ser conscientes del propio estilo relacional para tener una relación interpersonal eficaz?</p>
CONCLUSIÓN (a cargo de el/la Facilitador(a))	<p>Todas las personas necesitan crecer en un entorno socialmente estimulante pues el crecimiento personal, en todos los ámbitos, necesita de la posibilidad de compartir, de ser y estar con los demás (familia, amigos, compañeros de clase, colegas de trabajo, etc.). Basta recordar los esfuerzos que, tanto desde el ámbito educativo se realizan para favorecer un clima de relación óptimo que permita a cada persona beneficiarse del contacto con los demás, favoreciendo así un mejor rendimiento académico.</p> <p>Los beneficios de las relaciones con los demás:</p> <p>Saber por qué uno actúa como lo hace.</p> <p>Controlar más los propios impulsos.</p>

TEMA	RELACIONES INTERPERSONALES EFICACES TODOS EN JUEGO
CONCLUSIÓN (a cargo de el/la Facilitador(a))	<p>Todas las personas necesitan crecer en un entorno socialmente estimulante pues el crecimiento personal, en todos los ámbitos, necesita de la posibilidad de compartir, de ser y estar con los demás (familia, amigos, compañeros de clase, colegas de trabajo, etc.). Basta recordar los esfuerzos que, tanto desde el ámbito educativo se realizan para favorecer un clima de relación óptimo que permita a cada persona beneficiarse del contacto con los demás, favoreciendo así un mejor rendimiento académico.</p> <p>Los beneficios de las relaciones con los demás:</p> <ul style="list-style-type: none"> Saber por qué uno actúa como lo hace. Controlar más los propios impulsos. Cambiar algunos de los aspectos de la conducta que resultan inadecuados. Ser más tolerante consigo mismo y con los demás. Experimentar mayor respeto y empatía por los demás. Generar la habilidad para socializar más fácilmente. Trabajar en equipo. Eliminar motivos de conflicto. Buscar armonía individual y social. Hallar caminos para la propia expresión. Encontrar satisfacción en la relación con los demás. Mantener las relaciones interpersonales sanas son diversos y esto permitirá contar con una armonía, además de comunicar la información adecuada en el lugar, momento y con las personas apropiadas.
CIERRE	Es realizado por uno de los participantes del grupo.
PRODUCCION DE ESTUDIANTES PARA PRÓXIMAS CLASES (opcional)	Promocionar en hojas de papel resma mensajes que contribuyan a las relaciones interpersonales en el patio del establecimiento educativo.

Vínculos afectivos amor romántico

El término que deriva del latín "*Vinculum*", de "*vincere*", atar. Significa unión o atadura de una persona o cosa a otra. El vínculo es una experiencia emocional correspondiente a la ligadura entre dos o más personas en un grupo social.

La experiencia emocional es inédita por el contacto con otro y por la cuota de azar incluida en todo vínculo. Hay una relación reversible puesto que el vínculo es descrito como una experiencia emocional.

En ese sentido según (Lina criollo Leyva, et. al; 2009: 52) el amor denomina a los sentimientos relacionados al acercamiento entre dos o más sujetos. Contienen la vivencia

de deseo y una promesa de placer alguna vez. El amor es un fenómeno que abarca a toda la persona. Esto significa, primero, que no quedan fuera de él ni la atracción ni los sentimientos, pero el amor es mucho más que eso. Quien se queda solo en la atracción física o en los sentimientos en realidad no llega al amor. Por otro lado, el odio es el nombre de los afectos por los cuales el deseo mayor es el alejamiento del otro, con intolerancia a su presencia porque este produce un sentimiento de peligro y amenaza del yo. Sus instrumentos son los diversos tipos de ataques.

A ciertas edades en nombres del amor a veces se toma decisiones equivocadas, a base de emociones temporales, el amor es más que un sentimiento pasajero, el principal amor que se debe fomentar desde el ámbito educativo el amor propio que sea desde un accionar positivo para sí mismo, que empieza velando por salud física emocional y mental, una vez teniendo un equilibrio en estos aspectos recién podríamos hablar de amor hacia los demás, es por eso que el amor debe reflejarse principalmente como acciones que uno tiene hacia sí mismo y hacia las personas que ama.

La despatriarcalización

Otra de las estrategias que se plantea para prevenir la violencia es la práctica de la despatriarcalización ya que se considera como la subversión del orden patriarcal, asentado en las estructuras familiares, comunidad, sociedad, poder y en el estado. Es un proceso de liberación del pensar, sentir y conocer de las mujeres que busca su emancipación por medio de:

- La desestructuración de las relaciones de poder que reproducen la subordinación y opresión de los pueblos, jerarquizan las relaciones entre hombres y mujeres e impiden la democratización del sistema político y el acceso de las mujeres a los espacios de decisión política.
- Eliminación de patrones culturales y estereotipos discriminatorios que se manifiestan en las relaciones de poder entre mujeres y hombres y en instrumentos ideológicos como son la educación, arte, ciencia, medios de comunicación y la religión.
- En el ámbito de la educación es importante reflexionar sobre las nuevas relaciones más democráticas entre hombres y mujeres. (*“los niños juegan fútbol, las niñas juegan vóley”, “en la casa los chicos ven la televisión mientras las chicas están apoyando en la cocina”, “hay que tratar de actuar con dulzura y ternura a las chicas porque son mujercitas”, “el líder de organización estudiantil tiene que ser necesariamente varón porque toma mejores decisiones”*) estas frases son estereotipos de género que necesariamente se debe transformar en una acción conjunta dentro de la comunidad educativa.

Dentro del proceso de enseñanza y aprendizaje es importante centrarnos en el aula ya que es un espacio que nos ayuda a deconstruir de formas de pensar, sentir, actuar y relacionarse; entonces, es ahí donde los actores educativos conformados por estudiantes y maestros donde es importante reflexionar que conduzcan a la ruptura de la idiosincrasia que históricamente a enmascarado el patriarcado.

Para despatriarcalizar a la sociedad se debe empezar por educar diferente, la jerarquía es algo que está presente desde la familia como cuando hablamos del hombre de la casa o quien manda en el hogar desde ahí se tiene un concepto de superioridad de uno de los padres dejando de lado que lo importante es velar por el bienestar de la familia donde debe existir una responsabilidad compartida que implica aportar en las distintas actividades del hogar sin asignar roles por género como por ejemplo:

dar siempre la responsabilidad de cocinar a la mujer, en todo caso tendría que haber un equilibrio en que estas actividades lo realicen tanto la mamá y el papá de forma rotatoria.

Del mismo modo cuando hacemos actividades escolares al momento de hacer actividades que requieran asignar equipos debemos velar por la heterogeneidad de estos mezclando varones y mujeres para que compartan experiencias distintas, para que se den cuenta que indistintamente del género podemos aportar con el objetivo común, ya sea un juego, mover objetos, cocinar, etc. La clave de la despatriarcalización está en el educar diferente.

Cuando hablamos de igualdad de oportunidades hacia las mujeres y varones en cargos políticos o jerárquicos mucha veces se observa la desventaja de que a parte del trabajo que hace la mujer, en algunos casos tiene la plena responsabilidad de la familia, los hijos/as están a veces bajo solo la responsabilidad de la mujer por que un rol que se le asigna, es por eso que debe haber responsabilidad compartida, el hombre también puede hacerse cargo de los hijos/as, esta asignación de rol se convierte en un impedimento cuando la mujer tiene ambiciones laborales, quizá esa es una de las causas por la que en la mayoría de los cargos mayormente se ve a varones, para llegar a este cambio se debe cambiar la forma de pensar en cuando a la asignación de roles dentro de la familia, para que a un futuro se vea este cambio.

Resolución de conflictos

Un conflicto se lo define como un choque, un desencuentro o enfrentamiento entre dos o más personas: existe divergencia percibida de interés, o una creencia de que las aspiraciones actuales de las partes no pueden ser alcanzadas simultáneamente. Pero también puede ser a causa de la percepción de objetivos e intereses diferentes y donde uno interfiere el accionar del otro. situación en la que dos o más personas entran en oposición o desacuerdo porque sus peticiones, valores, intereses, aspiraciones, deseos o necesidades son incompatibles, o al menos se perciben como tales.

Análisis de conflicto

¿Por qué analizar un conflicto? Es importante un análisis para identificar un caso o situación concretamente para saber:

- a) ¿Cuál es el problema? Tipo de Conflicto
- b) ¿Cuándo y dónde? Descripción del Contexto
- c) ¿Quiénes? Las partes directas e indirectas en el conflicto
- d) ¿Qué ha sucedido? Ciclo del conflicto
- e) ¿Qué piden las partes? (posiciones) ¿qué quieren las partes? (Intereses, necesidades)
- f) ¿Cómo abordamos el conflicto? Enfoque.

Estrategias para resolver conflictos

Los conflictos son parte esencial de la vida y sirven para el crecimiento de las personas y grupos. Suele ocurrir que ante una misma situación las personas reaccionan de diferentes formas y así se generan los problemas. El desafío no es evitar los conflictos, sino enfrentarlos propositivamente para buscar formas adecuadas y colectivas de solución a partir de la toma de decisiones que generan consecuencias frente a las acciones tomadas como alternativa a la solución de cualquier conflicto.

Los conflictos surgen también a raíz de posesión de los recursos ya sean económicos, naturales, ambientales, territoriales, demandas sociales (laborales, necesidades insatisfechas); por diferencias culturales (prácticas, costumbres, tradiciones); por creencias de tipo de valor legítimo (generacionales, de género, religiosos) y sobre todo por falta de comunicación (interpretaciones erróneas del mensaje que se trasmite, falta de sinceridad y franqueza).

Pero existen diferentes formas de resolver conflictos para llegar a un acuerdo que favorezcan a todos. Existe algunas medidas de atención y respuesta inmediata a un conflicto, cuando éste se encuentre en plena fase de escala y las manifestaciones de violencia sean cada vez mayores.

- La negociación: Es una estrategia de resolución de conflictos, ésta interviene en las partes enfrentadas, que tienen distintos intereses, así como intereses comunes. Ambas partes pueden conseguir lo que desean. Para ello, deben ceder algunos aspectos que les ayude a llegar a un acuerdo donde ambos se beneficien. Estas dos partes enfrentadas tienen que tener un encuentro directo.
Habilidades del Negociador - Para negociar se debe tener la habilidad de comprender y llevar a cada parte por el camino más conveniente para todos, manejando la relación interpersonal de forma oportuna y adecuada. Las habilidades o actitudes emocionales ayudan al negociador en su rendimiento ya que aumentan su confianza en sí mismo y mejoran su integridad, autocontrol (no cediendo ante presiones, ni dejándose intimidar) y perseverancia para conseguir objetivos en las negociaciones. El negociador hace un esfuerzo por entender los intereses ajenos e incrementa su capacidad de comunicación.
- La mediación: Es otra de las estrategias de la resolución de conflictos. En la mediación interviene una tercera persona que puede ser neutral, imparcial o ajena al conflicto, que ayude a las partes enfrentadas a identificar sus intereses y a resolver sus diferencias a través del diálogo. El mediador no tiene poder de decisión en el conflicto, pero sí puede hacer sugerencias, comentarios, preguntas y aclaraciones que ayuden a llegar a una posible solución frente al conflicto. Las interrogaciones son la principal herramienta del Mediador tanto para obtener información sobre la situación, los intereses y necesidades de las partes, los sentimientos en juego, entre otros. El mediador debe permitir a las partes considerar otros puntos de vista, reflexionar sobre su visión del conflicto, cuestionar (se) algunas percepciones o interpretaciones, tomar en cuenta diversas opciones.
- La Conciliación: La conciliación se la realiza en presencia de una tercera persona que debe ser imparcial y ajena al conflicto donde reúne en un mismo escenario a las partes enfrentadas y ayuda en la búsqueda de solución al conflicto. A diferencia del mediador, el conciliador puede sugerir soluciones a partir de un análisis de la situación. Estas sugerencias pueden ser o no tomadas en cuenta. El conciliador orienta el proceso, realiza un resumen de los acuerdos y pregunta a las partes sobre la aceptación y cumplimiento de las mismas.

En ese sentido la gestión de conflictos requiere de acciones inmediatas para limitar sus consecuencias destructivas. Es necesario elaborar una estrategia y una planificación para abordarla genuinamente por el conflicto; es como una serie de televisión que tiene varios episodios, pero hasta que llega el último no se ha revelado la historia completa, por lo que no basta con "resolver" un episodio, hay que atender el centro de la trama.

La educación sexual integral como forma de prevención de la violencia

Según la (ONU 2010), La educación sexual integral con perspectiva de género y de derechos es un pilar fundamental para la promoción de comportamientos no sexistas y para contribuir a la prevención de la violencia de género en el ámbito educativo.

El derecho a la educación sexual integral ha sido reconocido como un derecho humano fundamental indispensable para el logro de otros derechos humanos, entre ellos la salud, el derecho a la información, los derechos sexuales y reproductivos. El abordaje en este marco de temáticas como: los derechos sexuales y reproductivos, la salud sexual, la diversidad, la orientación sexual e identidad de género, la autonomía, el acceso a la información, la libertad sexual, la promoción de las decisiones libres y responsables, la superación de los estereotipos y la discriminación, es imprescindible para la promoción de relaciones de género igualitarias.

La protección del derecho humano a la educación sexual integral resulta de especial relevancia para asegurar a las mujeres su derecho a vivir libres de violencia y de discriminación por motivos de género, habida cuenta de las relaciones históricamente desiguales de poder entre hombres y mujeres.

A continuación, le presentamos una técnica de enseñanza y aprendizaje para abordar y fortalecer algunas habilidades para la vida para contribuir la resolución de conflictos.

Ficha de actividad 10

“RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS Y PENSAMIENTO CREATIVO” BALÓN CAPITÁN

TEMA	“Resolución de problemas y pensamiento creativo” Balón capitán
OBJETIVO	Ejercitar e identificar habilidades claves de “Resolución de conflictos” a partir del pensamiento creativo.
TIEMPO	30 a 60 minutos
MATERIAL	Una pelota Conos para delimitar el espacio Ponchillos Cancha de baloncesto o espacio abierto
PROCEDIMIENTO	<p>Número de participantes Entre 10 y 24 participantes</p> <p>Reglas</p> <p>Arme dos equipos con los participantes. Si el número de participantes es mayor a 16 se sugiere conformar 3 equipos.</p> <p>En los bordes de la cancha, materialice 2 zonas donde se ubiquen los “capitanes” de cada equipo.</p>  <p>El objetivo del juego para cada equipo es pasar la pelota a su “capitán”. Cada vez que un equipo lo logra, suma un punto.</p> <p>Un equipo es atacante cuando uno de sus integrantes tiene la pelota en sus manos, en cambio el que no tiene la pelota es el equipo defensor.</p>

TEMA	<i>“Resolución de problemas y pensamiento creativo”</i> Balón capitán
PROCEDIMIENTO	<p>Los atacantes no pueden penetrar dentro de la zona de su capitán para pasarle la pelota.</p> <p>Los defensores no pueden penetrar dentro de la zona del capitán del equipo contrario para impedir que este reciba la pelota.</p> <p>No hay contacto físico (si hubiera, inmediatamente reinicia el juego el equipo contrario).</p> <p>Recalque que la actividad empieza con pocas reglas y que los jugadores deben respetar las únicas reglas enumeradas más arriba.</p> <p>Por eso, explique a los participantes que durante el juego ellos pueden/deben detenerlo si ven un problema y proponer una regla para solucionarlo.</p> <p>Interrumpa el juego si un participante lo desea y organice la reflexión:</p> <p><i>“María dice que no está de acuerdo porque Miguel camina con el balón, ¿Qué hacemos?”, “Los compañeros de equipo de Miguel y Pablo se quejan porque no les pasan el balón, ¿Qué proponen?”</i></p> <p>Si después de 5 minutos ningún participante interrumpió el juego, comparta con los participantes sus impresiones. Puede usar las siguientes preguntas:</p> <p>¿Qué les parece la actividad?</p> <p>¿No quieren modificar/proponer algo?</p> <p>Durante las fases de debate, deje a los participantes expresarse, sugerir y confrontar sus puntos de vista.</p> <p>Después de cada momento de reflexión, el juego vuelve a empezar con las nuevas reglas planteadas y consensuadas por los participantes.</p> <p>Es importante que el facilitador observe detalladamente las reacciones de los participantes durante el juego, pero también durante los momentos de reflexión.</p> <p>El facilitador debe tomar en cuenta las diferentes formas (reglas) que pueden dar solución al problema encontrado; esto nos permitirá reflexionar sobre las múltiples maneras para solucionar un problema.</p> <p>Los participantes aprenden que usualmente existen varias soluciones para un mismo problema, por eso es que entendemos a los problemas como situaciones que nos desafían o retan a encontrarle soluciones.</p> <p>Observe cómo están reaccionando emocionalmente los participantes de manera individual, qué ímpetu ponen en la actividad, lo cual nos permitirá analizar en qué medida influyen las emociones en la solución de problemas, cómo nos pueden perjudicar o ayudar.</p>

TEMA	“Resolución de problemas y pensamiento creativo” Balón capitán						
PROCEDIMIENTO	<p>Motíelos a que compartan cómo se sintieron y cómo influyeron sus emociones o sus reacciones al momento de encontrar una solución.</p> <p>Explique a los participantes que cuando nos encontramos alterados, nuestras emociones usualmente nos llevan a actuar automáticamente. En esos momentos, a menudo actuamos sin pensar en los resultados. Cuando nos sentimos invadidos por las emociones, poder pensar claramente exige mucha atención.</p> <p>Finalmente tome en cuenta la creatividad de los participantes para buscar soluciones y reflexionar sobre cómo debemos poner a prueba la creatividad al momento de solucionar problemas.</p> <p>Las siguientes preguntas nos ayudarán a indagar y explorar sobre las maneras de solucionar problemas:</p> <p>Soluciones Múltiples</p> <p>¿Qué cosas son útiles para resolver un problema?</p> <p>¿Ustedes creen que un problema puede tener solo una solución o muchas soluciones?</p> <p>¿Cómo se sintieron cuando sus amigos los ayudaron y los apoyaron?</p> <p>¿Tienen ustedes un ejemplo de algún momento en el que hayan tenido que pensar de manera diferente y buscar opciones para resolver un problema?”</p> <p>Emociones</p> <p>¿Cuál fue su reacción ante esa situación?</p> <p>¿Influyeron sus emociones en la forma cómo reaccionaron?</p> <p>Creatividad</p> <p>¿Qué habilidades pusieron en práctica para resolver el problema?</p> <p>¿Creen que ser creativos puede ayudar a resolver problema?, ¿Por qué?</p> <p>Para un mejor análisis proponemos dividir la reflexión en tres partes. Las ideas manifestadas por los participantes pueden anotarse en el siguiente cuadro.</p> <table border="1" data-bbox="577 1545 1255 1726"> <thead> <tr> <th data-bbox="577 1545 804 1633">Soluciones Múltiples</th> <th data-bbox="804 1545 1031 1633">Emociones</th> <th data-bbox="1031 1545 1255 1633">Creatividad</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="577 1633 804 1726"></td> <td data-bbox="804 1633 1031 1726"></td> <td data-bbox="1031 1633 1255 1726"></td> </tr> </tbody> </table> <p>Motive a los participantes a compartir sus pensamientos y discutirlos unos con otros a través de lluvia de ideas.</p>	Soluciones Múltiples	Emociones	Creatividad			
Soluciones Múltiples	Emociones	Creatividad					

TEMA	<i>“Resolución de problemas y pensamiento creativo”</i> Balón capitán
<p>PREGUNTAS DE REFLEXIÓN PARA AYUDAR A QUE INICIE EL DEBATE EN EL GRUPO. PUESTA EN PRÁCTICA DE LO APRENDIDO la valorización</p>	<p>Para manejar la actividad el facilitador debe ser flexible y tener capacidad de adaptación.</p> <p>De un grupo al otro, en función de las características de los participantes, el desarrollo de la actividad puede variar.</p> <p>Algunos grupos van a proponer adaptaciones de reglas, van a debatir esas reglas, van a dar intensidad a la actividad y a veces el facilitador deberá moderar los ánimos de cada uno.</p>
<p>PREGUNTAS DE REFLEXIÓN PARA AYUDAR A QUE INICIE EL DEBATE EN EL GRUPO. PUESTA EN PRÁCTICA DE LO APRENDIDO la valorización</p>	<p>Otros grupos podrán reaccionar de manera inversa, mostrando poco interés para ese tipo de enfoque y el facilitador deberá animar al grupo y proponer soluciones para que la actividad prospere.</p> <p>De una manera general, el facilitador debe escuchar a los participantes, tomar en cuenta las propuestas que pueden surgir, confrontar las opiniones, llevar la conversación en un ambiente de respeto mutuo, valorizar lo que se opina, incentivar a los que no opinan, etc.</p> <p>No debe emitir juicios, hablar mucho o imponer sus propias reglas.</p> <p>A menudo, al iniciar el juego, los participantes no aprovechan la ausencia de reglas. De manera espontánea, se imponen sus propias reglas (van a jugar dentro del espacio de juego delimitado por los conos, no van a caminar con la pelota, etc.).</p> <p>El facilitador debe apuntar esas contradicciones: <i>“¿Por qué no aprovechan de todo el espacio?”</i>, <i>“¿Por qué no guardan el balón hasta encontrar a un compañero?”</i>.</p> <p>Integrando un equipo (el que está perdiendo), el facilitador puede provocar situaciones <i>“anti-deportivas”</i> (caminar con la pelota durante mucho tiempo, salir afuera de la cancha con la pelota) y así generar reacciones por parte de los participantes.</p> <p>El orden de las reflexiones es importante para una mejor comprensión de los temas, ya que se están considerando en la actividad tres elementos necesarios para negociar o enfrentar problemas (soluciones múltiples, emociones y creatividad, en ese orden).</p>
<p>CONCLUSIÓN (a cargo de el/la Facilitador(a))</p>	<p>Prepara las conclusiones en base a lo que los participantes opinan. NUNCA DAR CONCLUSIONES RESPECTO A LOS JUICIOS DE VALOR QUE TENGA EL FACILITADOR.</p> <p>Un ejemplo de conclusión:</p> <p>Usar la razón y la pasión (emociones, sentimientos, intuiciones, fantasías, etc.) para ver la realidad desde perspectivas diferentes que permitan inventar, crear y emprender con originalidad. Pensar creativamente hace referencia a la capacidad para idear algo nuevo, relacionar algo conocido de forma innovadora o apartarse de esquemas de pensamiento o conductas habituales.</p>

TEMA	<i>“Resolución de problemas y pensamiento creativo”</i> Balón capitán
CIERRE	Es realizado por un de los participantes del grupo. El facilitador NUNCA cierra la sesión
PRODUCCION DE ESTUDIANTES PRÓXIMAS CLASES (opcional)	Se motiva a los jóvenes a que realicen una actividad en la unidad educativa que consiste: Replicar la técnica en los espacios al interior del espacio educativo.

CUARTA PARTE

LA PROPUESTA DEL NEOABORDAJE DE GÉNERO DESDE LA EDUCACIÓN SUPERIOR PARA PREVENIR LA VIOLENCIA DE GÉNERO

La perspectiva de género es una herramienta de análisis de los fenómenos y relaciones sociales (Comunidades Educativas). Es un sistema de representaciones, acciones sociales, simbólicas de construcción del conocimiento y que convoca a la consideración desde la educación superior que consideran no solo la diversidad y disidencia sexual, sino que también, las complejidades del contexto y la incorporación de dimensiones analíticas que nos permitan avanzar hacia la configuración de un espacio equitativo y diverso.

En ese contexto es muy importante analizar las relaciones y situaciones de violencia en las Unidades Educativas.

- Relación maestros - maestras - estudiantes.
Es necesario analizar cómo perciben los maestros y maestras las relaciones con los estudiantes e identificar los conflictos más frecuentes desde el punto de vista de los maestros: indisciplina, aislamiento, acoso escolar, discriminación basada en género, ausentismo, retrasos, ausencia de materiales para trabajar, falta de respeto, etc.
- Relación entre los estudiantes.
Es importante analizar cómo perciben los estudiantes las relaciones con sus compañeros e identificar los conflictos más frecuentes entre los estudiantes: peleas, abusos, acoso, intimidación, aislamiento, organización de grupos callejeros, peleas en el horario de clase, rotura de materiales, robos, violencia de género, etc.
- Relación entre estudiantes y maestros - maestras.
Hay que analizar cómo perciben los estudiantes sus relaciones con los maestros e identificar los posibles conflictos: trato irrespetuoso, autoritarismo, injusticia, no escucha activa, poco interés en los estudiantes, poca práctica de la empatía etc.
- Relación entre Dirección y maestros - maestras.
Se debe analizar cómo perciben los maestros y maestras las relaciones con sus colegas en la escuela e identificar los posibles conflictos: falta de colaboración, posturas contradictorias, falta de acuerdos, visualización del patriarcado, difi-

cultad para trabajar en equipo, incumplimiento a las responsabilidades delegadas, etc.

Prevención de la violencia desde la planificación curricular

El modelo educativo socio comunitario productivo plantea desde sus lineamientos y elementos curriculares la posibilidad de trabajar aspectos que promueven y desarrollan la convivencia armónica y pacífica en el ámbito educativo.

Es entonces a partir de los objetivos holísticos (UNEFECO; 2017:22) podemos visualizar y enfatizar el desarrollo de las dimensiones del SER y el DECIDIR que son las que nos interesan para la prevención de la violencia y abordaje de género, porque su desarrollo implica formar estudiantes con valores, con un sentido crítico y que asuman una posición de rechazo a toda forma de violencia basada en género.

Así también el eje articulador: Educación en VALORES COMUNITARIOS nos permite abordar el desarrollo de los valores como una práctica cotidiana en todo el quehacer educativo.

Ambos elementos, objetivos holísticos y ejes articuladores, se concretizan en las planificaciones de desarrollo curricular de cualquier campo o área de saber y conocimiento del currículo. En ese sentido, trabajar la prevención de la violencia no se limita a un área o campo de saber específico, por el contrario, puede y debe trabajarse desde todos ellos.

Los ejes articuladores surgen de las necesidades y problemáticas de un contexto en trabajar esas problemáticas que atingen a un contexto. Así mismo, en el desarrollo de un PDC (Plan de desarrollo curricular), se ha visto muchas falencias que han afectado al trabajo de los maestros en las diferentes maneras, Al igual, en las entrevistas realizadas a los diferentes actores educativos del contexto, manifiestan que los estudiantes han dejado de lado el trabajo y fortalecimiento de los valores sociocomunitarios, los mismos son ausentes en el hogar y en su entorno que influyen en el comportamiento y en las actitudes. Esto causó mucha polémica, por la manera que se han ido expresando hacia los estudiantes, debido a que los maestros nos estamos enfocando más en otros aspectos y dejando de lado estos que sin duda han marcado en las directrices que pretende conseguir el modelo educativo.

Los ejes articuladores, si bien están establecidos en los planes y programas en su desarrollo curricular como un elemento que debe de cumplir una función, muchos de los maestros solo la utilizan como un elemento de nominación en el plan. Sin articular con otros elementos que han ido perjudicando en el desarrollo curricular de parte de los maestros en la concreción curricular.

Es así, que los valores sociocomunitarios no se aprenden como parte de una lección dentro del aula; sino, se desarrollan y se forman como parte de acciones concretas, en los espacios de la cotidianidad, en todo momento de convivencia.

La complementariedad se dio inició mencionando palabras antónimas y tomando en cuenta como valor principalmente reflejando en el complementario a través del ritual celebrativo, mediante un proceso pragmático (acción) de integración simbólica, cielo y tierra, sol y luna, claro y oscuro, verdad y falsedad, día y noche, bien y mal, masculino y femenino, son complementos necesarios para la afirmación de una entidad superior e integral. Este principio se manifiesta en las dimensiones cósmicas, antropológicas, como éticas y sociales. Después de conceptualizar lo que es la

complementariedad es inevitable hacer notar las diferencias y especificidades que se presenta en cada género, desde el punto de vista de las cosmovisiones hace referencia que tanto hombre como mujer nos complementamos y eso hace que tengamos una convivencia armónica.

Por otro lado, la importancia del currículum explícito con enfoque de género es una oportunidad para enseñar, que incorpore de manera consciente la reflexión, en torno a las preocupaciones que vamos teniendo vinculadas al género y a nuestros espacios de aprendizaje de la vida cotidiana.

El currículum se transforma en garante de igualdad de oportunidades frente a situaciones de aprendizaje, favoreciendo un desarrollo que propicie la igualdad dentro del aula. Una propuesta puede ser la de construcción (de revisar, cuestionar, analizar y ajustar) el currículum como una práctica analítica para empujar hacia *“el desarrollo de una visión crítica y el desmontaje de valores, conceptos, normas, creencias, etc. para generar otros nuevos”* (Luz Maceira, 2008, p.176). Este proceso de actualización curricular actualmente se ha desarrollado en Bolivia. A partir de ello existe el desafío de los maestros y maestras de abordar en el aula respectivamente.

Paralelamente se rescata el currículum oculto que nos ayuda a abordar desde dinámicas de trabajo en aula, hasta el uso del lenguaje, la perpetuación de estereotipos o la valoración de situaciones de discriminación instaladas en el espacio formativo como parte de la propia cultura, la visión o las creencias.

En este sentido, es pertinente proponer elementos de la coeducación como la formación en igualdad y el valor por la diferencia, para pensar un currículum oculto transformativo, comprendiendo el concepto como una instancia de desarrollo equitativo y respetuoso de todos los/as integrantes de la comunidad educativa.

La coeducación como enfoque de prevención de la violencia

Conozcamos algunos enfoques sobre prevención de la violencia y abordaje de género que brinda elementos útiles en el proceso educativo.

“El término coeducación se refiere al acto educativo intencional que pretende o tiene por objetivo erradicar la educación sexista que hasta el momento se viene llevando a cabo en los centros educativos, al mismo tiempo que pretende la eliminación de desigualdades de género y la eliminación de jerarquías de género que se establecen en la relación a la diferente valoración de los masculino/femenino”. (Ana Sánchez Bello y Ana Iglesias Galdo, 2008. Citado en UNEFCO; 2017: 14)

Sin duda esto permite establecer procesos de enseñanza que se alejan del androcentrismo sociocultural y sus valores hegemónicos, resguardando las relaciones humanas no competitivas, valorando las individualidades, invitando a desarrollar procesos educativos reflexivos.

Seguidamente, rescatamos algunos ejes esenciales para abordar desde la práctica pedagógica la prevención de la violencia basada en género.

- Ver las nuevas tecnologías como una oportunidad para experimentar y flexibilizar las identidades de género y analizar cómo éstas a la vez se constituye en una herramienta de control y acosos por razón de género.

- Fomentar en los varones un compromiso cotidiano, público y privado de ruptura entre los lazos de masculinidad y violencia, de ruptura de silencios cómplices frente a situaciones de violencia, y compromiso vital por establecer relaciones de equidad con las mujeres y otros hombres.
- A la vez es necesario reforzar en las chicas la idea de que son valiosas por sí mismas, priorizar sus proyectos de vida en función de sus necesidades y no siendo exclusivamente para las y los demás, fortaleciendo su autoestima.
- Fomentar una educación afectivo-sexual de calidad en los varones y mujeres jóvenes con una formación desde y para el placer y desde la equidad entre los sexos.
- Incluir las aportaciones del colectivo LGBTQ+ y generar propuestas para erradicar cualquier tipo de violencia hacia lo construido socialmente como distinto. Visibilizar cómo la homofobia es un caldo de cultivo que legitima la violencia. (UNEFCE; 2017: 15-16)

De acuerdo a los ejes anteriores ahora el desafío de incorporar la perspectiva de género en el contexto de la educación regular, es posible concebir una formación co educativa ya que es importante las acciones que nos permitan el proceso reflexivo-crítico en el proceso pedagógico para promover espacios más conscientes y equitativos.

Estrategias didácticas para aplicar en el aula

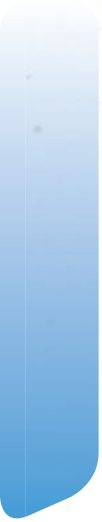
Las estrategias propuestas se aplican en los talleres de capacitación a los docentes y se enfoca a elevar sus competencias para abordar con pertinencia las clases con los estudiantes. No se trata de hacer un modelo de clase para que luego sea replicado por los estudiantes en el aula, sino de darles herramientas suficientes para que cada docente elabore e innove su propio método y aborde temas de interés de sus estudiantes.

Ficha de actividad 10

PELOTA DE GÉNERO

TEMA	PELOTA DE GÉNERO
OBJETIVO	Explorar los significados, creencias y estereotipos asociados con ser varón o mujer.
TIEMPO	30 Minutos (a criterio del facilitador)
MATERIAL	<ul style="list-style-type: none">• Hojas de color• Papelógrafo• Marcadores• Cinta adhesiva• Pelota hecha de papel y cinta adhesiva
PROCEDIMIENTO	<p>Paso 1: Dibuja dos columnas en el papelógrafo, una titulada “Hombres/Niños” y la otra “Mujeres/Niñas”. Pida a dos voluntarios que se coloquen a los lados del papelógrafo para escribir las respuestas.</p> <p>Paso 2: Pida al resto de los participantes que formen un círculo para jugar a “contestar la pelota” (si el grupo es demasiado grande, es mejor que formen diversos círculos).</p> <p>Paso 3: Sitúese en el centro del círculo con la pelota (pida a otro voluntario que se coloque en el centro del segundo, si es necesario)</p> <p>Paso 4: Dígalas a los participantes que van a tirar la pelota a otro participante y gritar “hombre”, “mujer”, “niño” o “niña”. El participante que atrape la pelota debe gritar lo primero que se le viene a la mente sobre un hombre, una mujer, un niño o una niña respectivamente. (ejemplo de grito Hombre= fuerte, mujer=débil, etc.)</p> <p>Paso 5: Los voluntarios entonces escriben las respuestas en el papelógrafo.</p> <p>Paso 6: Intente motivar a los participantes y mantenga la atención y el impulso haciendo pausas, de vez en cuando, indicándoles que piensen en trabajos y profesiones, roles en la familia y en la comunidad, habilidades, tareas en el hogar u otros aspectos.</p> <p>Paso 7: Después de 5 a 10 minutos, reúna a todos en el papelógrafo para que observen las palabras de la lista.</p> <p>Paso 8: Discutan las respuestas utilizando las siguientes preguntas:</p> <p>¿Qué observas sobre las diferencias entre hombres y mujeres?</p>

TEMA	PELOTA DE GÉNERO
PROCEDIMIENTO	<p>¿Estás de acuerdo con todos los términos y/o expectativas que figuran en las listas de Hombres/Niños y Mujeres/Niñas?</p> <p>¿Qué diferencias son el resultado del sexo biológico y cuáles son el resultado de nuestra cultura?</p>
VISIÓN DE GÉNERO QUE AFECTA EN LAS PRÁCTICAS SEXUALES, INTERCULTURALIDAD	<p>Todos nacemos con un sexo determinado (varón o mujer) y eso no se puede cambiar. Solamente las mujeres pueden concebir un bebé, pero el género, sea femenino o masculino, es aprendido por la sociedad y es algo cultural que se puede cambiar, ej. los varones son capaces de cuidar a los niños al igual que las mujeres.</p> <p>Tanto varones como mujeres pueden realizar las mismas tareas en el trabajo, en el hogar y tener las mismas responsabilidades.</p> <p>Los colores no determinan lo que es femenino o masculino.</p> <p>Sinónimo de igualdad, mismos derechos, oportunidades y méritos para varones y mujeres El género es una construcción social que define la personalidad del ser humano. El género, por otra parte, está determinado socialmente y puede variar de acuerdo al contexto, así como a la clase social, la cultura y la religión.</p>
PREGUNTAS DE REFLEXIÓN PARA AYUDAR A QUE INICIE EL DEBATE EN EL GRUPO. PUESTA EN PRACTICA DE LO APRENDIDO la valorización	<p>¿Cuáles son las semejanzas entre los varones y las mujeres?</p> <p>¿Cuáles son las diferencias entre los varones y las mujeres?</p> <p>¿Es posible ser varón y hacer o tener alguna de las características que está en la lista de mujeres?</p> <p>¿Es posible ser mujer y hacer o tener alguna de las características que está en la lista de varones?</p> <p>¿De dónde provienen los mensajes sobre cómo deben ser los varones y cómo deben ser las mujeres?</p> <p>¿Cómo influyen estos mensajes en la forma de ser, pensar y actuar de las y los adolescentes?</p>
CONCLUSIÓN (a cargo de el/la Facilitador(a))	<p>Prepara las conclusiones en base a lo que los participantes opinan. NUNCA DAR CONCLUSIONES RESPECTO A LOS JUICIOS DE VALOR QUE TENGA EL FACILITADOR.</p> <p>Un ejemplo de conclusión:</p> <p>Los valores, normas y estereotipos aprendidos desde nuestra infancia determinan un modelo patriarcal (con características dominantes para el varón y de subordinación y sumisión para la mujer), que predispone a las mujeres a ser víctimas de la violencia. Por ejemplo, en algunos lugares se piensa que lavar la ropa y los platos es sólo tarea de las mujeres. De esa manera, se les impone una obligación que bien podría ser compartida por todos.</p>
CIERRE	<p>Es realizado por un de los participantes del grupo. El facilitador NUNCA cierra la sesión</p>
PRODUCCION DE ESTUDIANTES PARA PRÓXIMAS CLASES (opcional)	<p>Se motiva a los jóvenes a que realicen una actividad en la unidad educativa que consiste: escribir mensajes en los espacios al interior del espacio educativo.</p>



BIBLIOGRAFÍA

- ChildFund Bolivia, (2018) *"GUÍA DE FACILITACIÓN DE PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA DESDE LOS ESPACIOS ESCOLARES"* Impacto producciones, La Paz – Bolivia.
- ChildFund Bolivia, (2018) *"METODOLOGÍA REFLEXIONAR PARA PREVENIR LA VIOLENCIA EN LA ESCUELA"* Impacto producciones, La Paz – Bolivia.
- Ministerio de Educación, (2017) *"PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA PARA UNA CONVIVENCIA PACÍFICA Y ARMÓNICA"* Cursos de formación para maestros y maestras La Paz – Bolivia.
- Ministerio de Educación, (2022) *"GUÍA PARA UNA EDUCACIÓN DESPATRIARCALIZADORA"* Unidad de políticas intraculturales, interculturales y plurilingüismo – equipo de género generacional y justicia social Instituto de investigaciones pedagógicas plurinacionales.
- Salguero Elizabeth et/al, (2011) *"POLÍTICAS DE PÚBLICAS DE DESPATRIARCALIZACIÓN Y DESCOLONIZACIÓN"*
Disponible en:
http://www.bolivia.de/fileadmin/DokumentPressMedien_Dt%2BSp/Interesante%20Dokumente/Despatriarcallizacion_y_nuevos_modelos_de_desarrollo_esp.pdf
- Elizabeth Peredo Beltrán, (2017) *"PODER Y PATRIARCADO, REFLEXIONES SOBRE PODER, CULTURA Y TRANSFORMACIÓN DESDE LA EXPERIENCIA DE BOLIVIA"*
Disponible en:
<https://www.fuhem.es/media/ecosocial/file/Estadodelpoder2017/5.Patriarcado-Estado-del-poder2017.pdf>
- Maravillas Moreno Amor, (2020) *"ANÁLISIS DE REPRESENTACIONES DISCURSIVAS ANTIPATRIARCALES EN LA LITERATURA A TRAVÉS DE TRES OBRAS: EL MATRIARCADO COMO FORMA ALTERNATIVA DE EJERCICIO DE PODER"*. Revista de Investigaciones sobre Género y Estudios Culturales, n.º 7, 2020, pp. 96-114. ISSN: 2386-8708
Disponible en:
<https://www.Downloads/5181Texto%20del%20art%C3ADculo-21185-1> 10-20201215.pdf
- Ana Boye (S/A) *"EL MATRIARCADO"*
Disponible en:
<https://concepto.de/matriarcado/#ixzz7jlnGngAz>
- ONU (2010). A/65/162. *"Informe del Relator Especial de las Naciones Unidas sobre el Derecho a la Educación, respecto al derecho humano a la educación sexual integral"*
Disponible en:
<http://documentsddsny.un.org/doc/UNDOC/GEN/N10/462/16/pdf/N1046216.pdf?OpenElement>
- Alfredo Ramón Ignacio et/al, (2012) *"A PROPÓSITO DE LA VIOLENCIA, REFLEXIONES A CERCA DEL CONCEPTO"* Santiago de Chile.
Disponible en:

<https://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/116376/MEMORIA%20FINAL%202012.pdf>

- Ferrer Perez Victoria, (2000) "*VIOLENCIA DE GÉNERO Y MISOGINIA: REFLEXIONES PSICOSOCIALES SOBRE UN POSIBLE FACTOR EXPLICATIVO*" Papeles del Psicólogo, núm. 75, 2000, pp. 13-19 Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos Madrid, España.

Disponible en:

<https://www.redalyc.org/pdf/778/77807503.pdf>



Teléfonos: 75800052 - 74028738
Correo: infoadmiong@gmail.com
Facebook: ONG Pueblo Diferente
Instagram: pueblodiferenteong
Tik tok: @pueblodiferenteong
YouTube: pueblodiferente
www.pueblodiferente.org

