



# CAJA DE HERRAMIENTAS



Sensibilización y prevención de la  
violencia de género de adolescentes y  
jóvenes en el ámbito rural

Edita: Asociación Mujeres Opañel  
Sede Social: Plaza de Cantoria, 2-Bajo. 28019 MADRID  
Tel.: 91 472 95 40 / 83 78  
[www.amo.org.es](http://www.amo.org.es)

© Asociación Mujeres Opañel.  
Edición 2021

Subvencionado por el Ministerio de Derechos Sociales y Agenda 2030.

<b>Introducción</b>	4
<b>Marco teórico</b>	6
<b>Bloque 1. ¿Cómo explicar la violencia de género a adolescentes y jóvenes?</b>	10
1.1. Creencias y mitos de la Violencia de Género.	11
1.2. ¿Quién lo ha dicho?	13
1.3. ¿Existe la igualdad real?	15
1.4. Desmitificando el amor romántico	17
1.5. Boom 2.0.	19
<b>Bloque 2. Claves para la detección de la violencia de género</b>	21
2.1. Más allá de lo visible	22
2.2. ¿Por qué es tan difícil salir?	24
2.3. El semáforo de la violencia de género	26
2.4. Relaciones de control en redes sociales: ¿Esto es normal?	28
2.5. Party. ¿cómo detecto qué le pasa a mi amiga?	30
<b>Bloque 3. Abordaje de la violencia de género dentro del grupo de iguales</b>	32
3.1. Investigando la violencia de género	33
3.2. Podría ser tu amigo...	35
3.3. ¿Es machismo...?	37
3.4. ¿Qué pasaría si...Instagram existiera en la vida real?	39
3.5. Hablamos de consentimiento. Lo sabe/No lo sabe	41
<b>Bloque 4. Promoción de las relaciones igualitarias</b>	43
4.1. ¿Quién es quién?: Mi red social	44
4.2. Cómo te lo digo...	46
4.3. La línea de la vida	48
4.4. Otras formas de relación	50
4.5. Por un "me gusta" sano	52
<b>Bibliografía</b>	54
<b>Webgrafía</b>	55



# INTRODUCCIÓN

A día de hoy es evidente para todos los poderes públicos y una gran mayoría de la sociedad que la violencia de género es un fenómeno estructural y que está causado y sustentado por la desigualdad de género. Hay acuerdo en que su erradicación es responsabilidad de toda la sociedad en su conjunto y que la prevención y la educación son las mejores herramientas para construir un futuro igualitario y sin violencia.

La presente propuesta responde a la necesidad de incorporar a la práctica profesional habilidades y recursos para la detección precoz, la prevención de la violencia de género y la promoción de relaciones igualitarias, incluyéndolos de forma transversal a nuestro trabajo diario en contextos grupales con adolescentes y jóvenes.

Presentamos una Guía para profesionales de los ámbitos educativo, social y/o sanitario que consiste en una Caja de Herramientas para trabajar las áreas de igualdad y violencia de género desde una metodología actual basada en el aprendizaje dialógico y en el respeto a la mirada adolescente, abandonando el adultocentrismo. En esta Caja de Herramientas se facilitarán diferentes dinámicas divididas por áreas temáticas en las que se incorpora una visión interseccional que tiene en cuenta las diferentes dimensiones que interactúan en cómo adolescentes y jóvenes, comprenden, viven y afrontan la igualdad y la violencia de género. En esta interseccionalidad se tendrán muy en cuenta los factores edad, sexo y ruralidad y sus interrelaciones, con el objeto de generar una herramienta adaptada a esta realidad.

Esta Guía surge como continuación del trabajo realizado el año anterior mediante un programa formativo para profesionales sobre relaciones igualitarias y prevención de violencia de género que sufren las adolescentes y jóvenes en el ámbito rural. En las sesiones formativas realizadas se abordaban las causas, consecuencias y manifestaciones de la violencia de género incorporando la perspectiva de la ruralidad y se evidenció tanto la necesidad de continuar con formación específica en esta área como la falta de herramientas prácticas a utilizar. Estas herramientas fueron demandadas por la práctica totalidad de profesionales participantes. Entre los contenidos más demandados para nuevas formaciones están las nuevas masculinidades y la generación de modelos y referentes diversos. Algunas de las reflexiones aportadas por las y los profesionales fueron:

- “Creo que el trabajo con población adolescente en materia de violencia de género tendría que ser mucho más, ya que considero que es un problema muy gordo al que nos enfrentamos”.
- “Es necesario continuar con este tipo de formación que crean red y facilitan el intercambio de recursos.”

La violencia de género en el ámbito rural muestra unos condicionantes y datos alarmantes, con una incidencia hasta 4 veces mayor respecto al medio urbano. Con dificultades para acudir a recursos especializados, mayor silencio e invisibilidad de la violencia, menores posibilidades de autonomía

económica y mayor peso e influencia de modelos tradicionales de comportamiento sujetos a mandatos y roles de género. La justificación de las conductas sexistas y violentas basada en fuertes creencias estereotipadas y actitudes sexistas es alta, sobre todo entre los chicos.

Hay una tendencia al incremento de la violencia entre menores, adolescentes y jóvenes, que inician relaciones sentimentales a edades cada vez más tempranas y con una gran influencia de las nuevas tecnologías que permiten nuevas formas de control, persecución o acoso con consecuencias más dañinas y duraderas y contra las que es más difícil luchar, apareciendo nuevas formas de dominio y maltrato tanto físico como psicológico. Todas estas conductas de violencia de género que se ejercen a través de las nuevas tecnologías, de las redes sociales o de Internet las podemos englobar bajo la denominación de violencia de género digital.

La tasa de mujeres víctimas de violencia de género menores de 18 años aumento un 6,2% en 2019 y el porcentaje de hombres menores de edad denunciados por violencia de genero ha aumentado un 21,4%. Hay una sobrerrepresentación de las mujeres jóvenes entre las víctimas de violencia machista (16,88% del total) y las tasas de prevalencia del acoso sexual y del stalking o acoso reiterado es muy superior al de las mujeres de 25 o más años.

El número de chicas adolescentes que se perciben como maltratadas (maltrato percibido) es menor que el de las que han sufrido violencia sin identificarlo como maltrato (maltrato técnico), y aún más preocupante, ambas cifras son mayores a las del maltrato informado. Por tanto, hay

adolescentes que están en riesgo, pero no lo identifican y no buscan ayuda.

Se ha constatado en recientes estudios que parte de los avances existentes en materia de igualdad se han debido a las actuaciones educativas. Estos datos fundamentan la necesidad de una prevención y detección precoz de la violencia en sus expresiones iniciales, ampliando los conceptos para identificar las conductas y actitudes que son germen de la violencia machista y generar cambios en los modelos de relación. Para ello es imprescindible la formación y sensibilización a profesionales para que incorporen de manera transversal y prioritaria la prevención de la violencia de género en su intervención directa con adolescentes y jóvenes.

---

Macroencuesta de violencia contra la mujer 2019 <https://violenciagenero.igualdad.gob.es/violenciaEnCifras/macroencuesta2015/Macroencuesta2019/home.htm>

Memoria de la Fiscalía General del Estado [https://www.fiscal.es/memorias/memoria2020/FISCALIA\\_SITE/index.html](https://www.fiscal.es/memorias/memoria2020/FISCALIA_SITE/index.html)

Informe Observatorio Violencia de Género <https://violenciagenero.igualdad.gob.es/violenciaEnCifras/observatorio/informesAnuales/home.htm>

Estudio Prevención de la violencia de género en adolescentes, diferencia entre medio rural y urbano [https://publicaciones.unirioja.es/catalogo/online/CIFETS\\_2016/Monografia/pdf/TC405.pdf](https://publicaciones.unirioja.es/catalogo/online/CIFETS_2016/Monografia/pdf/TC405.pdf)



## MARCO TEÓRICO

Con este documento se pretende facilitar la intervención con adolescentes y jóvenes en prevención de violencia de género mediante una serie de dinámicas diseñadas a tal efecto. Para el diseño de las dinámicas presentadas en esta Guía se han tenido en cuenta determinados enfoques y metodologías de referencia que expondremos brevemente para facilitar una posterior profundización en la materia si así se desea.

Lo primero que queremos destacar es la incorporación de manera transversal de la perspectiva de género en el desarrollo de esta herramienta. Incluir la perspectiva de género significa analizar la realidad desde la premisa de que las vivencias, formas de ver la vida, expectativas, actitudes, comportamientos, oportunidades, privilegios y desigualdades vienen condicionadas por la construcción social del género. Por todo aquello que se nos asigna y que se espera de cada persona por el hecho de ser mujer u hombre, se materializa en la socialización diferencial y se expresa a través de diferentes roles y estereotipos de género. Para realizar una adecuada labor de prevención de la violencia de género es imprescindible conocer y visibilizar como se socializan chicas y chicos en todas las esferas de su vida, con especial atención a la esfera afectivo sexual y relacional. Evidenciando esta socialización diferencial y sus consecuencias se podrán construir unos modelos relacionales alternativos, repensando y desmon-

tando los modelos más tradicionales basados en relaciones de desigualdad y en masculinidades y feminidades estereotipadas.

Incorporar la perspectiva de género también significa promover dinámicas grupales en línea con valores igualitarios, teniendo en cuenta las relaciones de poder y desigualdad que se pueden dar entre chicas y chicos, las conductas o comentarios sexistas o estereotipados, los machismos y micromachismos cotidianos, facilitando y generando pensamiento y posicionamiento crítico hacia los mismos con apertura a nuevas formas de relacionarse y expresarse sin las limitaciones y condicionantes de los roles de género.

En general nos encontramos con chicas y chicos jóvenes que expresan ideas igualitarias, pero sin embargo la incidencia de valores sexistas sigue siendo muy alta, sobre todo en los chicos más jóvenes. Las creencias respecto a la violencia de género están distorsionadas, por ejemplo, creen que hay factores externos que provocan la violencia (celos, alcohol, drogas...) por lo que disminuyen la culpabilidad e intencionalidad de los agresores, también hay un alto porcentaje de igual consideración de hombres y mujeres como víctimas de violencia de género. Por tanto, resulta absolutamente necesario cambiar esas creencias y mitos que todavía existen, cuanto más ajustado a la realidad sea el conocimiento de la violencia de género, más fácil será prevenirla y eliminarla.

Otro enfoque que vertebra el planteamiento de esta herramienta es la importancia del grupo de iguales en el momento evolutivo que se atraviesa en la adolescencia y juventud. Una de las principales características de las y los adolescentes es que sus referentes dejan de ser sus familiares y comienzan a apoyarse, influenciarse y a formar su identidad en referencia al grupo de iguales. Es por ello que el trabajo grupal en este rango de edad es considerado una de las mejores vías de actuación.

Considerando la gran magnitud social de la violencia de género, no se puede focalizar únicamente la intervención y la sensibilización desde la perspectiva de las personas que están directamente involucradas en la misma: agresor y víctima. Por tanto, se hace necesario implicar a las espectadoras y espectadores de este tipo de situaciones para que formen parte activa del cambio. Tal y como muestran los resultados de metodologías como el método Kiva de resolución de conflictos, la construcción de espacios seguros e igualitarios, tienen necesariamente que venir acompañados de una intervención grupal, para que de manera generalizada el grupo de iguales se posicione en contra de la violencia. Se pretende que el propio grupo sea capaz de identificar conductas de riesgo desde los peldaños más bajos de la escalera de la violencia, logrando que se posicionen contra la violencia de género en todas sus manifestaciones y que, llegado el caso, apoyen a la víctima y no fomenten este tipo de conductas. En este fascinante reto, nos parece esencial cambiar la mirada adultocentrista hacia la adolescencia y juventud, alejarnos de esa concepción de pasividad, egoísmo y rebeldía, mal entendida, para

abrazar las grandes cualidades de esta etapa evolutiva como la búsqueda de la propia identidad, la motivación e inconformismo y la capacidad creativa y de cambio. A lo largo de la propuesta educativa enmarcada en la presente guía, hemos considerado a las y los adolescentes como agentes activos de cambio, donde se promueve el aprendizaje dialógico.

El aprendizaje dialógico como vía para la promoción de un dialogo igualitario, una relación horizontal, donde se reconocen las aportaciones de cada persona, su cultura y se construyen nuevos conocimientos y actitudes a partir de los pensamientos y sentires del grupo, favoreciendo el sentido crítico y promoviendo la transformación social. Tal y como manifiestan alternativas educativas de éxito como el Aprendizaje Servicio, no podemos considerar a las y los adolescentes como la ciudadanía del futuro, sino que son ya personas capaces de provocar cambios en su entorno (R Batlle, 2011).

A la hora de intervenir hay que tener en cuenta que en muchas ocasiones tanto nuestras ideas, como las de la adolescencia y juventud, sobre la desigualdad y la violencia de género no van a coincidir con las expresiones, actitudes o conductas que se muestran. Las expresiones ideológicas o racionales van a tender a lo políticamente correcto, aunque luego en la práctica se reproduzcan, permitan o se ejerzan conductas sexistas y/o violentas. Desde este prisma se hace necesario generar espacios en los que remover y cuestionar estas creencias y expresiones, no tratando de dar las respuestas correctas y normativas desde la mirada adulta.

Sino facilitando y acompañando su propio proceso de construcción o deconstrucción de relaciones, vínculos y formas de expresión igualitarias y no violentas, bajo sus miradas y sus formas.

Unido a esto último, la importancia de acompañar desde el respeto sin juicios de valor sobre sus formas de hacer y expresarse sólo por el hecho de ser diferentes a las de las personas adultas, requieren la incorporación de las nuevas tecnologías. Incorporación a todos los niveles, por un lado, en el conocimiento de las nuevas formas de relacionarse virtualmente y de reproducir las conductas y estereotipos sexistas en el mundo online. Por otro lado, en la utilización de esas mismas herramientas y códigos de comunicación y relación para el trabajo de prevención con jóvenes y adolescentes.

El momento tecnológico que estamos viviendo y el cambio social que supone en cuanto a modos de relación también está modificando a la población más joven y adolescente. En este grupo de edad, en el que sabemos que las relaciones sociales y de amistad son de vital importancia, posiblemente nos encontremos con el mayor consumo de tecnología, incorporándola a su manera de relacionarse dando pie al uso y mal uso de redes sociales como vías de contacto, acercamiento, difusión, y también de abuso, agresión, coacción... Están surgiendo nuevas formas de violencia de género que se ejercen a través de las nuevas tecnologías, de las redes sociales o de Internet, denominándose violencia de género digital.

Esta nueva forma de ejercer violencia de género afecta particularmente a colectivos vulnerables como el de la adolescencia por el alto consumo de tecnología y por la falta de herramientas y habilidades para detectarlo, ponerle fin o pedir ayuda, entre otras cosas por lo novedoso de estas situaciones y la rapidez con la que se han implantado.

No podemos evitar este cambio en el modo de comunicarnos y relacionarnos, hay que conocerlo y aprovecharlo, utilizar las múltiples herramientas que las tecnologías nos ofrecen para intervenir de una forma cercana a los intereses y códigos de comunicación de la juventud, con metodologías novedosas, dinámicas y más atractivas para ellas y ellos.

Esta Guía se encuentra muy en la línea de recientes investigaciones sobre la “Socialización preventiva de la violencia de género” que plantea la existencia de una socialización mayoritaria, no única ni exclusiva, que fomenta que los modelos más atractivos sean aquellos ligados real o potencialmente a la violencia y la conflictividad (Gómez 2004, 2015).

Además dentro de este planteamiento podemos encontrar tres modelos de masculinidad, dos de ellos más tradicionales, el modelo de masculinidad tradicional dominante (MTD) y el modelo de masculinidad tradicional oprimida (MTO), que serían dos caras de la misma moneda. Mientras que existiría un tercer modelo, el de nueva masculinidad alternativa (NAM). (Flecha, Puigvert & Ríos, 2013)



Los modelos tradicionales seguirían la lógica que vincula la atracción a la violencia, cargando a la masculinidad tradicional dominante de atractivo y separando a la masculinidad tradicional oprimida, que sería más igualitaria y no violenta, del deseo y la atracción. La nueva masculinidad alternativa se presenta entonces como un nuevo modelo de masculinidad, igualitario y atractivo que no promueve la violencia de género y que rompe con los modelos tradicionales. Esta línea de estudio se muestra muy interesante como herramienta para la prevención y erradicación de la violencia de género.

Lo que se expone es que los chicos y las chicas se socializan en la creencia de que las personas o las relaciones conflictivas, con más o menos violencia, desiguales y de dominación, son más atractivas, más divertidas, apasionantes y excitantes que aquellas personas o relaciones pacíficas, igualitarias y respetuosas que se pueden catalogar de aburridas o faltas de atractivo. Esta socialización del deseo hace que resulten más atractivas y deseables relaciones afectivo-sexuales y amistades con una mayor probabilidad de mal trato y desigualdad, mientras que se despoja de atractivo y deseo a las relaciones basadas en el buen trato. La socialización preventiva de la violencia de género pretende dotar de atractivo los modelos de relaciones igualitarias, respetuosas y no violentas, no ya sólo en las relaciones afectivo-sexuales sino en todas las relaciones y desde edades tempranas, promoviendo el rechazo hacia quien te trate mal y el buen trato hacia quien te trate bien.

En conclusión, basamos nuestra propuesta en la transversalidad de la perspectiva de género analizando la realidad y visibilizando las consecuencias de la socialización diferencial en las relaciones afectivo-sexuales y su incidencia en la violencia de género. En la importancia del grupo de iguales y la necesidad de autoafirmación presente en estas edades, facilitando su propia expresión y elaboración sin juicios de valor desde una mirada adultocéntrica. Aprovechando el espacio grupal como potente herramienta para intervenir en una socialización preventiva de la violencia de género, que promueva modelos de masculinidad y feminidad igualitarios, de relaciones afectivo-sexuales y de amistad basadas en el buen trato y en el respeto. En el adecuado conocimiento y uso de las nuevas tecnologías, reconociendo las nuevas formas de ejercer violencia de género digital pero también las múltiples posibilidades que nos ofrecen y la importancia de usar referencias y herramientas cercanas a su realidad.

Y en la certeza de que no hay mejor prevención que la intervención en edades tempranas, una intervención que se realice desde un adecuado conocimiento de las causas y consecuencias de la desigualdad de género y que busque y promueva alternativas y modelos relacionales no violentos e igualitarios.



# BLOQUE 1

## ¿CÓMO EXPLICAR LA VIOLENCIA DE GÉNERO A ADOLESCENTES Y JÓVENES?

- 1.1. CREENCIAS Y MITOS DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO
- 1.2. ¿QUIÉN LO HA DICHO?
- 1.3. ¿EXISTE LA IGUALDAD REAL?
- 1.4. DESMITIFICANDO EL AMOR ROMÁNTICO
- 1.5. BOOM 2.0

# 1.1

## CREENCIAS Y MITOS DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO

### 1. OBJETIVOS

Identificar creencias y mitos acerca de la violencia de género arraigadas en la adolescencia y juventud.

### 3. DESARROLLO

La persona formadora comienza la dinámica explicando qué es un mito de manera genérica acompañada de un/os ejemplo/s. Para el desarrollo de la dinámica, podemos contar con creencias y mitos relacionados con la ruralidad de manera que podamos captar la atención a través de su realidad más cercana. O con mitos generales y que todas/os en algún momento hemos podido escuchar e incluso reproducir.

A través de la exposición de grandes mitos y el abordaje de los mismos, podemos incidir en la necesidad de la no reproducción de ideas erróneas por lo que “nos cuentan”, fomentando el espíritu crítico y la implicación social en la lucha contra esta violencia de género. De esta forma se hace más fácil que entiendan la importancia de contrastar la información acerca de cuestiones de gran calado social como lo es la violencia de género, pues la reproducción

### 2. RECURSOS

- Proyector o pizarra digital.
- Presentación en power point u otros programas de presentación para explicar qué es un mito.
- Noticias/tweets/vídeos/ilustraciones relacionadas con creencias o mitos de la violencia de género.
- Dispositivo/s con conexión a internet (móviles, ordenadores, tablets, pizarra digital, etc).
- Para el mural (*Para profundizar más...*): Tiras de colores, material de escritura, tijeras, pegamento, papel continuo.

colectiva de estas ideas tiene una repercusión directa sobre las mujeres que lo sufren.

Ejemplos:


*“No hay que invertir en el medio rural ya que hay menos población que en el medio urbano”.*


*“Sólo usamos el 10% de nuestro cerebro.”*

Después, por equipos, trabajarán creencias o mitos relacionados con la violencia de género que sufren las adolescentes y jóvenes. Para ello, la persona formadora les facilitará una noticia/

tweet/vídeo/ilustración relacionada con una creencia o mito. Contarán con los dispositivos para contrastar datos e información. Posteriormente, cada grupo tendrá que explicar a todo el grupo/ clase, la creencia o mito trabajado aportando datos de la realidad asociada al mismo.

## → 4. MATERIAL DE APOYO

 [Cinco mitos de la violencia machista desmontados en menos de tres minutos](#)

 [Noticia sobre algunos mitos acerca de la violencia contra las mujeres](#)

 [Programa RTVE mitos del amor romántico](#)

 [Historia de amor romántico adolescente](#)

## → 5. RECOMENDACIONES

Dependiendo de la madurez o conocimientos previos del grupo, las creencias o mitos trabajados serán más o menos complejos. Es importante que la persona formadora conozca previamente al grupo.

### Para profundizar más...

Volveremos a los grupos de trabajo, en este caso tendrán que reflexionar y recabar las consecuencias que tiene para las chicas, chicos o la sociedad en la que se dé la creencia o mito (ya trabajada). Se les dará tiras de papel de un color según si son consecuencias para las chicas, chicos o en general. Posteriormente en un mural, tendrán que ponerlas asociadas a la creencia o al mito y explicarlos al gran grupo.

# 1.2

## ¿QUIÉN LO HA DICHO?

### 1. OBJETIVOS

Reflexionar acerca de los diferentes permisos y privilegios estructurales e invisibles de la masculinidad hegemónica a partir de experiencias de la vida cotidiana.

### 2. RECURSOS

- Dispositivo/s con conexión a internet (móviles, ordenadores, tablets, pizarra digital, etc).
- Proyector o pizarra digital.
- Presentación en Power Point u otros programas de presentación con las frases del concurso.

### 3. DESARROLLO

La televisión local quiere hacer un nuevo concurso para jóvenes donde dar a conocer cuánto sabe la juventud de la localidad acerca de los privilegios y permisos del sistema patriarcal. El concurso consistirá en indicar quién ha dicho la frase que se describe, si ha sido una chica o un chico. Para comenzar el concurso (dinámica) se divide el grupo en equipos y se escoge a un/a portavoz que será quien represente al mismo.

La prueba está dividida en cuatro bloques temáticos dentro de los cuales se recogen diferentes frases. La persona formadora es la/el presentador/a del concurso y hará tantas rondas como bloques haya. La/el presentador/a dirá las frases de cada bloque, dejando un tiempo para el debate en el equipo. A continuación, por orden cada equipo dirá su respuesta. Es fundamental que argumenten por qué y qué emoción siente la persona que lo está diciendo, pues si no es así, no se tendrá en cuenta su contestación. Ganará la ronda el equipo que haya argu-

mentado mejor su contestación y así lo valore la/el presentador/a.

El objetivo del concurso no es saber si la frase es dicha por una chica o un chico, sino que el grupo reflexione por qué atribuye las diferentes experiencias a chicas o chicos y a la vez pueda reflexionar sobre los privilegios y permisos que tiene cada género en nuestra sociedad.

Proponemos estos cuatro bloques y frases de ejemplo, por el impacto que pueden tener en estas etapas de la vida, aunque se pueden trabajar otras temáticas adaptadas al grupo o al momento:

#### Bloque 1. La seguridad en espacios públicos

“Acabo de llegar a casa, he pasado mucho miedo, me iba persiguiendo alguien diciéndome de todo”

“Ya estoy en casa, la noche ha estado de locos”

#### Bloque 2. La sexualidad

“Ayer me lie con tres y me siento mal por lo que puedan decirme mis amigos”

“Ayer conseguí liarme con tres, ¡vaya noche!”

### Bloque 3. Cánones de belleza

“Me han invitado a la piscina, pero voy a llegar más tarde porque primero tengo que depilarme”

“Llegué tarde a la piscina porque perdí el autobús”

### Bloque 4. El dominio del cuerpo y el uso de la violencia para resolver conflictos

“Estaba pensando en jugar al rugby, pero mis amigos se han empezado a reír y me han dicho que yo no valgo para eso”

“El otro día tuve que decirle cuatro cosas a este porque me estaba vacilando. Mis colegas no pararon de reírse”

Esta dinámica busca interpelar a los chicos como un grupo social, fomentando a la vez el que escuchen la otra cara de la moneda, la de sus compañeras que han podido pasar por situaciones parecidas a las planteadas en los ejemplos. Queremos romper con el “no todos somos iguales” y otras resistencias que puedan surgir por el propio trabajo que se está realizando en el grupo.

Es importante transmitirles que ha sido la socialización diferenciada quien les ha otorgado como hombres esta posición en el mundo, estableciendo estos privilegios como una norma cultural y en definitiva como una ventaja cotidiana invisible. Estos privilegios responden a una estructura (el sistema patriarcal) que ha naturalizado y normalizado formas de violencia y situaciones que implican una pérdida de derechos para chicas y mujeres. Por ejemplo, el acoso callejero disfrazado de piropo, que a su vez otorga el privilegio a los chicos de andar por la calle sin miedo a ser agredidos sexualmente.

Es recomendable pensar en ciertas situaciones o mandatos específicos que pueden ocurrir dentro del entorno rural ya que en función del contexto estas situaciones pueden variar.

## ➔ 4. MATERIAL DE APOYO



[Artículo: ¿Existen privilegios masculinos?](#)



[¿De cuántos privilegios masculinos te beneficias en tu día a día?](#) (Test de BuzzFeed)



[Hilo de privilegios por ser hombre en Twitter](#)



Caja de Herramientas, capítulo 26: [Los privilegios masculinos](#)

## ➔ 5. RECOMENDACIONES

### Para profundizar más...

Se pueden añadir también otros bloques como el de “la pareja”. Igualmente, os recomendamos el apoyo audiovisual para reforzar la actividad.

Os recomendamos poner este vídeo para concluir la dinámica, Michael Kimmel es sociólogo y precursor de estudios de género relacionados con las nuevas masculinidades.



[Why Gender Equality Is Good for Everyone – Men Included](#) | Michael Kimmel | TED Talks con subtítulos en español

# 1.3

## ¿EXISTE LA IGUALDAD REAL?

### 1. OBJETIVOS

Detectar las desigualdades de género y sus causas que tienen lugar en la sociedad actual.

### 3. DESARROLLO

En ocasiones nos encontramos con grupos donde prevalece la idea del Espejismo de la igualdad, es decir, considerar que la igualdad real ya está conseguida. Creencia que puede influir en la visión e interpretación de la violencia de género como un hecho aislado que se produce por carencias o problemas de la chica que sufre la violencia o del agresor. Si nos encontráramos ante un grupo con estas creencias, recomendamos que se comience trabajando sobre el sistema patriarcal y las desigualdades de género que este provoca.

En esta dinámica el foco estará puesto en que el grupo entienda qué consecuencias tiene el sistema patriarcal (situaciones de desigualdad de género) y las causas que originan que éstas se den (factores de desigualdad).

La persona formadora comenzará explicando qué es la desigualdad de género (hechos) y las causas que la originan (factores de desigualdad de género). La diferencia entre ambos conceptos es importante que quede clara y que se pueda ahondar en ellos, porque

### 2. RECURSOS

- Proyector o pizarra digital.
- Presentación en Power Point u otros programas de presentación para explicar la parte teórica.
- Situaciones descritas.

a veces las causas son interpretadas desde una perspectiva más simplista o lineal. Por ejemplo, considerar que las chicas no eligen carreras profesionales ligadas a la tecnología porque no les gusta, sin ahondar en el por qué desde la perspectiva de género.

Después de la explicación, la persona formadora hará grupos y a cada uno se le dará una situación que tendrá que trabajar y escenificar. El trabajo consistirá tanto en preparar la escena como en analizar las causas desde la perspectiva de género.

Como ejemplo planteamos la siguiente situación:

En unas jornadas participativas de un municipio se está hablando de las necesidades de las ciudadanas y los ciudadanos. Llega el turno de palabra y levantan la mano varias personas para participar. El primero es un hombre que explica que está muy preocupado porque últimamente hay robos de ganado en las fincas. El



resto del público le escucha atentamente. Pide que haya mayor vigilancia en los caminos y que se investiguen las causas, si puede ser. Al finalizar le vitorean y aplauden por su aportación. Cuando termina él, tiene el turno de palabra una chica. Al comenzar a hablar, el público continúa hablando del tema anterior y no la escuchan, se pide silencio, pero continúan en pequeños grupos sus conversaciones. La chica expone que tanto ella como otras chicas del pueblo, al volver a casa desde la zona de bares están siendo incordiadas y perseguidas por chicos y hombres del pueblo. Pide que haya vigilancia y pide jornadas de sensibilización acerca del acoso sexual. Al finalizar le gritan que es una exagerada y que los recursos no están para esas cosas.

Preguntas recomendadas para el grupo que trabaje esta situación:


- ¿Hay necesidades más importantes que otras?
- ¿Este hombre ha sido escuchado más veces?
- ¿Esta chica volverá a plantear algo en público después de esta experiencia?
- ¿La situación que describe la chica está normalizada? ¿Por qué?

Otras ideas o hechos para situaciones recomendadas:

- o Porcentaje de mujeres que poseen una explotación ganadera.
- o Reparto de cuidados (para que sea cercano a su edad se puede hablar del cuidado de hermanas/os o abuelas/os).

- o Encuentro de representantes de países en un organismo internacional.
- o La distribución de un patio de un centro educativo.
- o Un videoclip donde las mujeres sean tratadas como un objeto.

## ➔ 4. MATERIAL DE APOYO

 [Manual práctico para la identificación de las desigualdades de género” del Instituto Andaluz de la Mujer](#)

 [Noticia sobre las mujeres jóvenes, la desigualdad y el empoderamiento](#)

 [Noticia sobre las desigualdades de género que sufren las mujeres](#)

 [Noticia sobre el mansplaining y situaciones similares](#)

## ➔ 5. RECOMENDACIONES

### Para profundizar más...

Cada grupo debe seguir con la escena y hacer que la situación desigual se convierta en una situación justa y realista. En esta actividad la persona formadora tendrá que hacer hincapié en la responsabilidad que tienen todas las personas con respecto a la situación o hecho, tanto las que potencian la desigualdad como las que no hacen nada por cambiarla. Es esencial que el grupo entienda que la igualdad es un bien común que se da en las sociedades justas, democráticas y sanas.



# 1.4

## DESMITIFICANDO EL AMOR ROMÁNTICO

### 1. OBJETIVOS

Identificar y reflexionar sobre los diferentes mitos del amor romántico que sustentan la base de la violencia de género en la adolescencia.

### 3. DESARROLLO

En primer lugar, la persona encargada de impartir la dinámica elaborará tarjetas en las que aparecerá el nombre del mito por un lado y su definición por otro.

Se iniciará la dinámica preguntando a los y las participantes qué es un mito en general, y posteriormente, se preguntará si saben que son los mitos del amor romántico. Tras unos minutos de debate participativo e interactivo, se harán grupos de 3-4 personas a los que se les presentarán los principales mitos mediante el reparto de tarjetas (mitos y definiciones por separado). Durante unos minutos, tendrán que pensar en grupos cuál es la definición de cada mito y unirlo al mismo. El grupo que antes termine de unir todas las definiciones correctamente gana. Tras ello, se pregunta al grupo que ha terminado primero cómo ha unido las tarjetas. Si falla en alguno, se pregunta al siguiente grupo y así, hasta que alguno de los grupos lo haya unido correctamente. Posteriormente, se da una explicación de cada mito y se

### 2. RECURSOS

- Proyector o pizarra digital.
- Presentación en PowerPoint u otros programas de presentación que sirva de soporte a la explicación de los diferentes mitos.
- Tarjetas con mitos y explicaciones de los mismos.
- Dispositivo/s con conexión a internet (móviles, ordenadores, tablets, pizarra digital, etc.) (para la versión ampliada).
- Diseño del concurso en la plataforma ToprAde y acceso a la misma <https://topgradeapp.com/> (para la versión ampliada)

incide en la importancia de identificarlos, ya que la violencia de género en la adolescencia, guarda una estrecha relación con la mitificación del amor romántico, convirtiendo a estos mitos en demostraciones de lo que se supone que representa el “amor verdadero” (Ruiz, 2016).

Tras esta primera parte, se procederá a mostrar diferentes fragmentos de contenido audiovisual en el que los y las participantes tendrán que identificar el mito romántico que están representando y por qué, con el objetivo no solo de que aprendan su significado, si no que puedan reconocerlos en diferentes situaciones que pueden darse en su vida personal.


## Explicaciones recomendadas de qué es un mito, tipos y definiciones (Ruiz, 2016):

Un **mito** es una preconcepción de ideas que, referidas al amor romántico, muestran una especie de “verdades compartidas” que perpetúan los roles desiguales y las asimetrías de poder de chicos hacía chicas y que se asumen en los noviazgos como parte de la relación. Son **falsas creencias** que “suelen poseer una gran carga emotiva, concentran muchos sentimientos, y suelen contribuir a crear y mantener la ideología del grupo, y por ello, suelen ser resistentes al cambio y al razonamiento”.


A continuación, se exponen algunos de los principales mitos del amor romántico según los trabajos de Yela (2003), Ferrer et al. (2010) y Bosch et al. (2013). Orientamos a trabajar especialmente los 4 primeros de la lista por ser los más representativos.

1. Mito de la media naranja.
2. Mito de los celos.
3. Mito de la compatibilidad del amor y el maltrato.
4. Falacia de la entrega total.
5. Mito de la fidelidad y la exclusividad
6. Mito de la omnipotencia.
7. Mito de la pasión eterna o de la perdurabilidad.
8. Falacia del cambio por amor.
9. El amor verdadero lo perdona/aguanta todo.
10. Si me ama debe renunciarse a la intimidad.

## ➔ 4. MATERIAL DE APOYO

 [Artículo: Los mitos del amor romántico: S.O.S. CELOS!!!](#) (Carmen Ruiz Repollo, 2016).

Para identificar mitos con contenido audiovisual:

 [Mito celos \(I\)](#), [mito celos \(II\)](#)

 [Mito media naranja](#)


 [Ejemplo tweet](#)

 [Mito “La entrega total”, mito “Amar es sufrir”](#)

## ➔ 5. RECOMENDACIONES

### Para profundizar más...

En el caso de que se disponga de material audiovisual, tanto por parte del centro como por parte de los y las participantes, sugerimos otra modalidad para la primera parte de la dinámica. Consistiría en sustituir la parte de las tarjetas, por la aplicación ToprAde. En ella, se diseñarían diferentes preguntas con los mitos anteriormente expuestos y posteriormente, los y las participantes contestarían a modo de concurso. Después se analizan las respuestas y se explican los mitos al igual que en la versión anterior.

 Os recomendamos poner este vídeo para concluir la dinámica: [“Los 4 mitos que reproducen el amor romántico”](#) (Carmen Ruiz Repollo)

# 1.5

## BOOM 2.0: EFECTOS Y CONSECUENCIAS DEL PATRIARCADO EN LA VIDA DIARIA

### 1. OBJETIVOS

Conocer los efectos y consecuencias del patriarcado en la vida de las mujeres y hombres.

### 2. RECURSOS

- Dispositivo/s con conexión a internet
- Proyector y pantalla de proyección
- Presentación interactiva con Genially. Aportamos un modelo de juego que podrá ser modificado en función del interés y contexto en el que se desarrolle: <https://view.genial.ly/60c8847da00ea90dd877d074>

### 3. DESARROLLO

Esta dinámica está basada en el concurso de televisión BOOM, en el que cada pregunta es una bomba y cada respuesta un cable. En primer lugar, se debe dividir a la clase en dos equipos diferentes enfrentándose ante las bombas.

Cada equipo deberá responder a una pregunta con cuatro opciones diferentes, que tendrán relación con los efectos diferenciadores que tiene el patriarcado para hombres y mujeres.

Por ejemplo:

¿Quién tiene más tasa de mortalidad en accidentes de tráfico?

- o Mujeres 2 veces más
- o Mujeres 3 veces más
- o No existe diferencia
- o Hombres 3 veces más

¿Quién comete más delitos sexuales?

- o Hombres 98%
- o Hombres 70%
- o Hombres 100%
- o Hombres 60%

En el caso de acertar conseguirán desactivar la bomba y si no es así, la bomba explotará. Ganará el equipo que más bombas consiga desactivar.


Es importante dar un momento para reflexionar sobre los datos, y que se deje el espacio para asimilar las proporciones diferenciadas por sexo. Para ello podemos emplear preguntas

generadoras cómo: ¿Os ha sorprendido el dato? ¿Por qué pensáis que es así? ¿Cómo podría cambiar esta realidad?

También es importante incidir en la afectación, aunque en un grado mucho menor que en las mujeres, del patriarcado en la vida de muchos hombres. Para ello podemos finalizar preguntando ¿El patriarcado siempre tiene efectos positivos para Los hombres? ¿De qué formas puede afectarles? ¿Erais conscientes de esta realidad?

Para realizarlo, emplearemos tal y como se incluye en el apartado de recursos, una herramienta para crear contenidos interactivos, como es Genially, que aporte dinamismo y credibilidad al juego. <https://www.genial.ly/>

## → 4. MATERIAL DE APOYO

 [INE. Instituto Nacional de Estadística.](#)  
Colección Mujeres y hombres en España

 [Instituto de las Mujeres](#)

 [Feminicidio.net](#)

## → 5. RECOMENDACIONES

### Para profundizar más...

o en el caso de no contar con los conocimientos o recursos necesarios podrá adaptar la propuesta a una opción presencial de juego. Os proponemos el uso del juego “la patata caliente” que podrá verse a continuación:

[http://recursostic.educacion.es/newton/web/materiales\\_didacticos/fyqpatatacaliente/instrucciones.html](http://recursostic.educacion.es/newton/web/materiales_didacticos/fyqpatatacaliente/instrucciones.html)



# BLOQUE 2

## CLAVES PARA LA DETECCIÓN DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO

- 2.1. MÁS ALLÁ DE LO VISIBLE
- 2.2. ¿POR QUÉ ES TAN DIFÍCIL SALIR?
- 2.3. EL SEMÁFORO DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO
- 2.4. RELACIONES DE CONTROL EN REDES SOCIALES: ¿ESTO ES NORMAL?
- 2.5. PARTY. ¿CÓMO DETECTO QUÉ LE PASA A MI AMIGA?



# 2.1

## MÁS ALLÁ DE LO VISIBLE

### 1. OBJETIVOS

Detectar las manifestaciones más frecuentes de la violencia de género en las relaciones de pareja de adolescentes y jóvenes.

### 3. DESARROLLO

La plataforma Kahoot! permite realizar juegos de aprendizaje interactivos. Previo a la sesión, la persona formadora elaborará el diseño del concurso en dicha plataforma. Se creará un concurso interactivo, donde las y los participantes puedan responder a una serie de afirmaciones. Aquellas personas que respondan de manera acertada serán recompensadas por la propia aplicación, con una mayor puntuación, y, por lo tanto, apareciendo en lo más alto de la clasificación. Antes de dar paso al desarrollo del concurso, preguntamos cuántas formas de violencia de género conocen. Es importante apuntarlas en la pizarra o apoyarse en una presentación. Además, es recomendable añadir aquellas formas de violencia que no han sido nombradas y aportar una breve explicación de las mismas.

La idea es que el grupo de participantes se una al juego interactivo introduciendo el pin generado por la persona formadora. Una vez dentro, dará comienzo el concurso. Esta plataforma plantea las preguntas como un juego de verda-

### 2. RECURSOS

- Dispositivo/s con conexión a internet (móviles, ordenadores, tablets, etc).
- Proyector o pizarra digital.
- Diseño del concurso en la plataforma Kahoot! y acceso a plataforma Kahoot! <https://kahoot.com/>
- Presentación en Power Point u otros programas de presentación para explicar los tipos de violencia de género.

dero o falso, y requiere que la persona formadora refuerce el trabajo con preguntas similares a: ¿con qué tipo de violencia identificáis esta situación? ¿Antes del concurso, pensabais que esta situación podría ser un tipo de violencia? ¿Os ha resultado sencillo o cuesta identificar estas formas de violencia?

Lo que se busca con esta dinámica es trabajar la detección e identificación de las diferentes formas de manifestarse que adquiere la violencia de género en la población adolescente, las cuales, en muchas ocasiones, no son detectadas por la confusión que genera entre otras, el ideal del amor romántico tan presente en las relaciones. No podemos obviar, los factores específicos del entorno rural, pues serán un aspecto clave para incluir, ya que como bien sabemos, la violencia de género dentro de estos espacios presenta matices específicos que precisan reflejarse.

Los tipos de violencia de género sobre los que podemos trabajar serán los siguientes: Violencia física, violencia psicológica, violencia sexual, violencia social y violencia en el espacio digital. Algunas preguntas/afirmaciones a destacar en el juego Kahoot! podrán ser las siguientes:

- Si mi pareja no quiere tener relaciones sexuales, es lógico que la deje. **Respuesta: Verdadero/Falso**
- Una vez iniciada la relación sexual, está mal no terminar. **Respuesta: Verdadero/Falso.**
- Puede darse una violación de género con tu pareja de hace 5 años. **Respuesta: Verdadero /Falso.**
- Es importante que la relación sea consentida, consensuada y deseada. **Respuesta: Verdadero/Falso.**
- Que mi pareja tenga mis contraseñas es una muestra de confianza y amor. **Respuesta: verdadero/falso.**

 [Perfil de Instagram de la educadora social y formadora Pitu Aparicio](#)

## → 5. RECOMENDACIONES

En la Guía Formativa para Profesionales <http://violenciadegeneroenelambitorural.amo.org.es/wp-content/uploads/2020/06/GUIA-FORMATIVA-VGAR.pdf> se puede encontrar contenido teórico de apoyo para formular las diferentes preguntas/afirmaciones del concurso Kahoot!.

### Para profundizar más...

Resulta importante abordar con tranquilidad la diferencia entre consentimiento y consenso.

Cuando se trabaja con adolescentes, es común que comprendan la parte de establecer una relación sexual desde el consentimiento, donde ambas partes permiten que la relación se desarrolle. Por el contrario, les cuesta comprender la parte en la que esta misma relación debe ser también consensuada, es decir, ambas partes han de acordar hasta dónde quieren llegar en esa relación. Por ejemplo: una persona puede querer iniciar la relación sexual, sin llegar a una penetración.

La violencia sexual, psicológica, social y en el entorno digital adquieren gran protagonismo en este perfil de edad. Hablamos de formas de violencia muy normalizadas y, por lo tanto, invisibles que es importante señalar, pues además de las secuelas que genera, son la raíz de la violencia de género más extrema y la más reconocida por la sociedad.

## → 4. MATERIAL DE APOYO

 [Así es la violencia que sufren las adolescentes en redes sociales](#)

 [Uno de cada cuatro jóvenes ve "normal" la violencia de género en la pareja](#)

 [Canal de Youtube Psico Woman](#)



# 2.2

## ¿POR QUÉ ES TAN DIFÍCIL SALIR?

### 1. OBJETIVOS

Analizar y visibilizar cómo se inicia el ciclo de la violencia y su proceso de escalada dentro de las relaciones de violencia de género que sufren las adolescentes y jóvenes.

### 3. DESARROLLO

Para la ejecución de esta dinámica se plantean dos sesiones:

En una **primera sesión** se proyectarán los primeros capítulos de la primera temporada de la serie de Netflix **You**: <https://www.netflix.com/es/title/80211991>

Se animará a las y los participantes a terminar la temporada en su casa para poder trabajar sobre la misma en la siguiente sesión. Se trata de una temporada corta, compuesta por 10 capítulos. Proponemos esta serie para el trabajo con adolescentes mayores de 16 años porque dibuja en cada capítulo el proceso cíclico y de escalada de la violencia de género, en donde a través de las diferentes fases que se repiten de manera ascendente y progresiva, las manifestaciones de esta violencia hacia la protagonista son cada vez más visibles y graves.

Asimismo, la serie dibuja un perfil de agresor y de mujer víctima de la violencia de género, diferente a la idea estereotipada, entre otras

### 2. RECURSOS

- Dispositivo/s con conexión a internet (móviles, ordenadores, tablets, etc).
- Proyector o pizarra digital.
- Acceso a plataforma Netflix <https://www.netflix.com/es/>
- Material de papelería: folios, bolígrafos, rotuladores, etc.

cuestiones, porque el protagonista cree que cumple con el perfil social de “chico bueno”. Tiene estudios superiores, es sensible, tiene un buen trabajo y cumple con los cánones de belleza actuales, por lo que puede ser bueno para cuestionar el imaginario colectivo creado en torno a los agresores. Este enfoque nos permite lanzar al grupo la reflexión acerca de nuevas formas de representar modelos de hombre, que a pesar de tener una imagen diferente, actualizada y en apariencia evolucionada continúan reproduciendo un sistema de creencias sexistas que terminan derivando en situaciones de violencia de género.

El personaje tiene comportamientos de control, celos, posesión y conductas obsesivas hacia la protagonista que se confunden con el ideal de amor romántico y que, sin embargo, son una señal clara de advertencia. Estos comportamientos no pueden confundirse con signos de una posible enfermedad mental del protagonista, pues aparecen características que reflejan todo lo contrario. Muestra empatía



hacia ciertos personajes y malestar cuando es “abandonado”.


Aunque el visionado de esta serie está enfocado en abordar el ciclo de la violencia y la escalada de la misma, también nos parece importante incidir en el trabajo de ciertos mitos de la violencia de género, como por ejemplo, que todos los agresores sufren enfermedades mentales. La serie puede hacer pensar en esta idea, por lo que es importante no patologizar y justificar al agresor, ya que de esta manera se sesga la realidad de la violencia hacia las mujeres. Queremos transmitir que la violencia de género no puede asociarse de manera directa a causas individuales, pues la realidad de esta violencia está sustentada en una sociedad y cultura patriarcal que legitima las desigualdades de género y el uso de la violencia contra las mujeres.


En una **segunda sesión** se explicará el ciclo de la violencia y escalada de la misma. Para ello recomendamos leer los materiales de apoyo que aparecen en el apartado 4 de esta dinámica y proyectar el vídeo de “Pepa y Pepe”. La escalera cíclica de la violencia de género en la adolescencia”.


Posteriormente, se colocarán por parejas y se les entregará, una ficha con los tramos de la escalada cíclica de la violencia de género. A continuación, se proyectarán escenas clave de la serie para que las y los participantes puedan ir detectando y visibilizando a qué tramo de la escalada corresponde. Esta actividad se puede plantear de forma grupal o individual.

Se cierra la sesión con una puesta en común de sensaciones y conclusiones dirigida por la persona formadora.

## ➔ 4. MATERIAL DE APOYO

 [Voces tras los datos. Una mirada cualitativa a la violencia de género en adolescentes](#)  
[Voces tras los datos. Una mirada cualitativa a la violencia de género en adolescentes.](#)  
[C. Ruiz Repullo. Sevilla, Instituto Andaluz de la Mujer, 2016](#)

 [Pepa y Pepe. La escalera cíclica de la violencia de género en la adolescencia](#)

 [Serie Sex Education. Para utilizar como referencia positiva en apoyo de grupo ante la violencia](#)

## ➔ 5. RECOMENDACIONES

Dependiendo de la madurez o trayectoria del grupo, se podrá profundizar más o menos en cada fase de la violencia. Es importante que la persona formadora conozca previamente al grupo.

### Para profundizar más...

Y como forma de aportar referencias de series o películas con una perspectiva de apoyo positivo frente a la violencia de género, se puede plantear alternativas tales como la serie de Netflix “Sex Education” o “Moxie”.

# 2.3

## EL SEMÁFORO DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO

### 1. OBJETIVOS

Identificar los primeros indicadores en una relación de violencia de género en adolescentes previamente percibidos como comportamientos normalizados.

### 3. DESARROLLO

Antes de realizar la dinámica, la persona formadora elaborará un mural de un semáforo con cartulinas de color rojo, amarillo y verde. En cada cartulina, colocará tres o cuatro tiras de velcro adhesivo en vertical y, además, creará tarjetas con diferentes situaciones, comentarios o signos de violencia de género. La idea es plastificar las tarjetas para poder colocarles un velcro adhesivo por atrás y así, puedan ser pegadas en el mural.

En el inicio de la dinámica, la persona formadora preguntará a las y los participantes cómo podrían identificar que se encuentran en una relación de violencia de género. Se aconseja apuntar las respuestas en la pizarra con el objetivo de comparar su percepción con la resolución de la actividad. Posteriormente, damos paso a la dinámica como tal. Repartimos una tarjeta a cada participante y les pedimos que la coloquen en la parte roja, si consideran que es un signo o conducta claro de violencia de género; en la parte amarilla, si consideran que es un signo o conducta inicial de violencia de

### 2. RECURSOS

- Proyector o pizarra digital.
- Presentación en Power Point u otros programas de presentación que sirva de soporte a la explicación de los primeros signos de violencia de género.
- Cartulinas grandes: roja, amarilla y verde.
- Velcro adhesivo.
- Papel para hacer cartelitos.

género o bien si no tienen claro dónde situarlo; y en la parte verde, si consideran que no es signo o conducta de violencia de género y, por tanto, es un predictor de relación sana. Además de colocar las tarjetas es importante que expliquen el porqué de su decisión.

Tras situar todas las tarjetas preguntamos si están de acuerdo con la localización de las tarjetas o si harían algún cambio y por qué. Para terminar esta parte, la persona formadora explica cuál es la distribución correcta, comparando además junto al grupo, los signos que habían expuesto al principio, señalando y resaltando la importancia que tiene la normalización de determinadas conductas violentas y cuya identificación puede ser determinante para abandonar una relación de violencia de género.

Finalizaremos la dinámica visualizando el vídeo de *“La Escalera de la Violencia”* de Carmen Ruiz Repullo, para remarcar mejor

este fenómeno:

<https://www.youtube.com/watch?v=Ipaab-DdQNO8>

Algunas de las situaciones, conductas o signos de violencia de género, que proponemos son:

### ● ROJO

- Desvalorizar o insultar de forma pública a la pareja a través de redes sociales.
- Tu novio y tú estáis liándoos, tú le dices que no quieres avanzar y él te dice: *“seguro que ya estás con otro y por eso no quieres hacerlo conmigo, si me quisieras de verdad, lo harías”*. Tú por miedo a que te deje, llegas hasta donde él quiere.
- Se muestra agresivo constantemente, a veces, pega a las cosas para descargar su ira.

### ● AMARILLO

- Tu novio y tú estáis en una fiesta. Tus amigas están bailando y tu novio se acerca a ti y te dice, *“¿ves?, no me gustaría que bailaras como ellas, solo quieren llamar la atención.”*
- Has quedado con tu mejor amiga para tener una tarde de chicas en tu casa. De repente, tu novio se presenta sin avisar. Le dices a tu amiga que es muy detallista y que no podéis estar separados.
- Te pones una falda y un top para salir. Cuando sales, tu novio no te dice nada y te mira con cara rara. Le preguntas si le gusta y te dice *“bueno, estás mucho mejor con los pantalones que te pusiste el otro día”*.

### ● VERDE

- Pedir permiso a la pareja para ver fotos y vídeos que tiene en su móvil.
- Es sábado, tu novio y tú habéis quedado con vuestro grupo de amigos, pero tu novio empieza a sentirse mal y prefiere quedarse en casa. Él te dice: *“no te preocupes, ve tú y pásalo muy bien. Mañana me cuentas qué tal, que me acostaré pronto”*. Vas y disfrutas de la quedada sin remordimientos.
- Cuando siente que algo no va bien en la pareja, te sientes con confianza y libertad para poder hablarlo con él, desde el respeto mutuo.

## ➔ 4. MATERIAL DE APOYO

👉 [Artículo: Prevención de la violencia de género en los adolescentes. Ana Mera Liebres](#)

👉 [Guía: Guía para profesionales ante chicas adolescentes que sufren violencia de género: saber mirar, saber acoger, saber acompañar.](#)

## ➔ 5. RECOMENDACIONES

### Para profundizar más...

Puede completarse la actividad, preguntándoles a los y las participantes si podrían añadir más signos o conductas en cada uno de los apartados, bien porque lo hayan experimentado, o visto en otras relaciones o porque no tengan claro si pudiera ser un signo de violencia.

# 2.4

## RELACIONES DE CONTROL EN REDES SOCIALES: ¿ESTO ES NORMAL?

### 1. OBJETIVOS

Identificar las diferentes formas de violencia de género que se pueden ejercer a través de las redes sociales y espacios digitales dentro de las relaciones de pareja de adolescentes y jóvenes.

### 3. DESARROLLO

Se introduce la dinámica lanzando al grupo la pregunta "¿Cuánto tiempo podemos estar sin el teléfono?".

Esta pregunta nos servirá para contextualizar la temática que se va a trabajar. Así, la persona formadora, promoverá un debate acerca de la importancia que tienen hoy en día las redes sociales como una extensión de sus espacios de sociabilización. Algunos ejemplos para guiar el debate serían:

- o ¿Cómo nos influyen las redes en el día a día?
- o ¿Sabemos más de nuestros amigos y amigas por Instagram que por lo que nos cuentan?
- o ¿Podemos estar un día/una semana sin redes sociales?
- o ¿Creéis que las redes sociales son diferentes a la realidad del día a día?

Una vez introducida esta parte, les preguntamos acerca de la importancia que tienen las

### 2. RECURSOS

- Material de papelería: folios, bolígrafos, rotuladores, etc.
- Opcional: Dispositivo/s con conexión a internet (móviles, ordenadores, tablets, etc).
- Proyector o pizarra digital.

redes sociales en las relaciones de pareja. Para esta dinámica se plantea utilizar como herramienta de apoyo, un cuadro con diferentes afirmaciones donde se pueden ver conductas y manifestaciones de violencia de género en redes sociales y nuevas tecnologías. Esta dinámica es recomendable hacerla por grupos, pero también se puede utilizar de manera individual.

A continuación, se les hace entrega de la tabla y se les pide que decidan y valoren si las afirmaciones planteadas son importantes para crear una buena relación de pareja. Posteriormente, la persona formadora dinamizará la puesta en común de ideas, planteando un debate de cada una de las afirmaciones y valorando si existen beneficios y peligros. Para este paso, es importante usar pizarra o algún apoyo visual donde escribir sus respuestas. Se dividirá la pizarra en dos partes con los posibles beneficios y peligros.

La hoja podrá ser la siguiente:

En una relación me parece importante...	SÍ	NO
Tener la contraseña de Instagram de ambas partes.		

	SÍ	NO
Quitar amistades que no transmiten seguridad a la otra parte.		
No dejar nunca en leído una conversación.		
No subir fotos que parezcan provocativas por respeto a mi pareja.		
Tener acceso a todas las conversaciones de MD o WhatsApp.		
Compartir mi ubicación para que la otra parte tenga acceso cuando lo valore.		
Vigilar la hora de la última conexión.		
Otras...		

Asimismo, buscamos conocer la percepción e interpretación de estas conductas por parte del grupo con el objetivo de desmontar estas ideas, pues muchas de estas manifestaciones se dan por normales y se ocultan bajo “la buena intención” y “el amor”.

Algunos ejemplos de interpretaciones a trabajar son:

- Si mi pareja tiene mis contraseñas puede ver conversaciones privadas con mi amiga/o y no me gusta nada, siento que me controla.
- Si me deja en leído significa que me está siendo infiel.

Como cierre se plantea que cada persona piense si le han pasado en primera persona las situaciones trabajadas, ya sea por recibirlas o ejercerlas. Para finalizar se dará la posibilidad de entregar la ficha en formato digital para que se pueda compartir en redes con el hashtag #Amitambiénmehapasado

Es importante transmitirles a lo largo de la dinámica, que las conductas que se recogen en el cuadro son formas de ejercer violencia de género digital y que, aunque parezca que no tienen peligros, hablamos de un tipo de violencia que es constante, invasiva y en donde, además, el contenido virtual perdura.

## ➔ 4. MATERIAL DE APOYO

- 👉 [Blog “Mi novio me controla lo normal”](#)
- 👉 [Vídeo: SEXTING. Proyecto “Conectar sin que nos raye” | Psico Woman](#)
- 👉 [10 formas de violencia de género digital](#)
- 👉 [La violencia machista que se esconde en los móviles de las jóvenes: “Tenía todas las contraseñas de mis redes”](#)
- 👉 [8M | Así es la violencia que sufren las adolescentes en redes sociales](#)

## ➔ 5. RECOMENDACIONES

### Para profundizar más...

Dependiendo de la madurez o conocimientos previos del grupo, se puede plantear la opción de crear la ficha directamente durante la sesión, atendiendo a lo que valoran importante los y las participantes.

Como variante se puede dar la opción de responder a los ítems de forma individual y anónima para posteriormente ver el resultado sin que sea contaminado por la presión de grupo.

# 2.5

## PARTY. ¿CÓMO DETECTO QUÉ LE PASA A MI AMIGA?

### 1. OBJETIVOS

- Dotar de herramientas al entorno de la víctima en casos de violencia de género
- Visibilizar los primeros signos de violencia de género.

### 2. RECURSOS

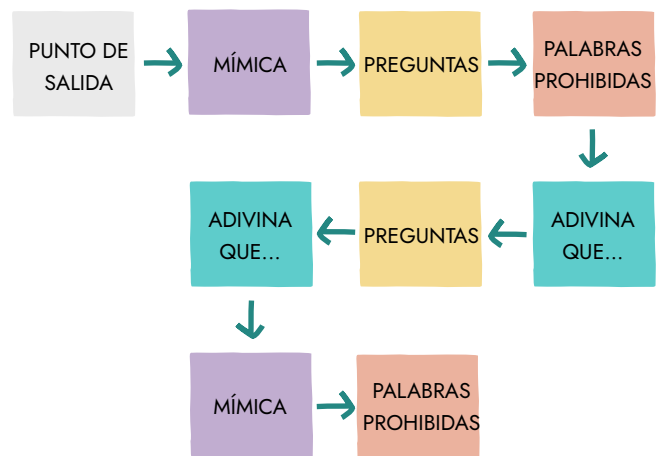
- Tablero
- Tarjetas
- Fichas de jugador

### 3. DESARROLLO

La persona formadora explicará la dinámica del juego, dónde los/as participantes formarán equipos de mínimo dos personas para empezar y elegirán un personaje. Salen todos/as los/as participantes del punto de partida e irán avanzando una casilla según vayan acertando la pregunta, hasta llegar al final. Si el equipo no acierta, no avanza hasta su siguiente turno.

Posteriormente, después del juego, se **realizará un debate** con los/as participantes para profundizar sobre los temas tratados. A continuación, os dejamos un ejemplo de cómo realizar el tablero, las tarjetas y las fichas.

Crear un tablero como el Party, con varias categorías de juego: Podemos hacer el tablero tan grande o pequeño como veamos y respetando las necesidades del grupo, del horario y del espacio.



Las cuatro categorías para realizar el juego serían:

**MÍMICA:** A través de la expresión corporal, se propondrán diferentes situaciones sobre cómo se puede sentir una mujer víctima de violencia de género para visibilizar el lenguaje no verbal.

**PREGUNTAS:** A través de preguntas se propondrán situaciones sobre cómo detectar violencia de género en nuestras amigas.



**PALABRAS PROHIBIDAS:** Una persona lee una tarjeta donde viene un concepto, se propondrán los distintos tipos de violencia que se pueden ejercer, y, consecutivamente las palabras que no puede decir para definir ese concepto. El resto del grupo debe adivinar de qué concepto se trata.

Algunos ejemplos de preguntas para las distintas categorías:


MÍMICA	PREGUNTAS
Ansiedad Aislamiento Nerviosismo Tristeza Baja autoestima Inseguridad Miedo	1. Cuando mi amiga me cuenta que su novio tiene la clave de sus RRSS, se considera violencia de género. (Verdadero/Falso)  2. Cuando mi amiga me cuenta que su novio le ha insultado, se considera: a. Lo normal b. Solo es una broma c. Violencia de género d. Violencia doméstica
PALABRAS PROHIBIDAS	ADIVINA QUE...
Control Revisión del móvil y RRSS Insulto Infravaloración Desprecio	1. Cuando le cuento a una amiga que me siento triste porque mi novio me controla el móvil, me gustaría que....  2. Cuando expreso que estoy mal con mi pareja, me gustaría que mi amigo/a...

**ADIVINA QUE...:** Se pide a dos participantes que en menos de 30 segundos escriban tres aspectos que les gustaría recibir por parte de sus amigos/as si fueran víctimas de violencia de género. Una vez transcurrido ese tiempo, se comparan las tres ideas de cada uno/a.

## ➔ 4. MATERIAL DE APOYO

 [Spot "Tú puedes cambiarlo" Adolescentes y Buen Trato](#)

 [Adolescencia y violencia de género](#)

 [Decálogo: Cómo ayudar a una amiga que está siendo maltratada](#)

## ➔ 5. RECOMENDACIONES

### Para profundizar más...

Las preguntas, las situaciones y el tablero se realizarán observando las necesidades del grupo, el espacio que tenemos y la cantidad de participantes que juegan.

Para favorecer el conocimiento de mujeres importantes en la historia, los personajes propuestos pueden ser mujeres y, posteriormente explicar quiénes son.



# BLOQUE 3

## ¿CÓMO EXPLICAR LA VIOLENCIA DE GÉNERO A ADOLESCENTES Y JÓVENES?

- 3.1. INVESTIGANDO LA VIOLENCIA DE GÉNERO
- 3.2. PODRÍA SER TU AMIGO...
- 3.3. ¿ES MACHISMO...?
- 3.4. ¿QUÉ PASARÍA SI...INSTAGRAM EXISTIERA EN LA VIDA REAL?
- 3.5. HABLAMOS DE CONSENTIMIENTO. LO SABE/NO LO SABE



# 3.1

## INVESTIGANDO LA VIOLENCIA DE GÉNERO

### 1. OBJETIVOS

Analizar la percepción de la violencia de género que tiene lugar en las relaciones afectivo-sexuales entre adolescentes y jóvenes de entornos rurales.

### 3. DESARROLLO

Para esta dinámica se plantean dos sesiones de trabajo:

En una **primera sesión**, la persona formadora abordará con el grupo qué entienden por violencia de género, promoviendo un debate acerca de si se puede o no dar violencia de género en adolescentes y jóvenes.

En esta sesión es importante no ofrecer datos estadísticos oficiales que avalen las situaciones de violencia de género en adolescentes, evitando condicionar su planteamiento original. Esto nos permitirá trabajar sobre la base del propio grupo.

Así, utilizando la red social <https://www.instagram.com/>, se pide a las y los participantes, la elaboración de una encuesta interactiva a través de esta plataforma. Para ello, cada persona tendrá que utilizar su perfil individual y publicar su encuesta desde el

### 2. RECURSOS

- Dispositivo/s con conexión a internet (móviles, ordenadores, tablets, etc).
- Proyector o pizarra digital.
- Acceso a plataforma <https://www.instagram.com/>
- Presentación en Power Point u otros programas de presentación para explicar con datos oficiales la realidad de la violencia de género en adolescentes y jóvenes.

apartado "historias" de la propia aplicación. Esta encuesta se realizará conjuntamente con el grupo, siendo adaptada a su edad y realidad social.

A modo de ejemplo, planteamos preguntas tipo:

- ¿Sabes qué es la violencia de género? Respuesta Sí / No
- ¿La violencia de género puede ser ejercida de la mujer al hombre? Respuesta Sí/No
- ¿La violencia de género puede darse en gente joven? Respuesta Sí/No
- ¿Crees que hay factores específicos que pueden influir en la violencia si vives en un municipio pequeño? Respuesta Sí/No
- ¿Tienes alguna aportación? Respuesta libre.

En una **segunda sesión**, se pide a las/os participantes que se dividan en grupos de trabajo para poder analizar y reflexionar acerca de los datos obtenidos, atendiendo a ítems como: número de personas que han participado, respuestas que han dado chicas y chicos (datos desagregados por sexo), edad de las personas encuestadas, etc. Una vez finalizada esta primera parte de la sesión, se propone compartir el análisis con el resto de grupos y poner en común las conclusiones obtenidas durante la actividad.


Para finalizar, la persona formadora ofrecerá información relativa a esta problemática, obtenida de fuentes oficiales, las cuales corroborarán la existencia de violencia de género en adolescentes y jóvenes. Proponemos profundizar en fuentes como:

 [Instituto Nacional de Estadística](#)

 [Consejo de Poder Judicial](#)

## 4. MATERIAL DE APOYO

Para explicar con datos oficiales la realidad de la violencia de género en adolescentes y jóvenes:

 [Estadística de Violencia Doméstica y Violencia de Género \(EVDVG\) Año 2019](#)

 [Estadísticas sobre Violencia hacia la mujer. Año 2020](#)

## 5. RECOMENDACIONES

### Para profundizar más...

La encuesta podrá recabar preguntas más reflexivas donde se cuestione, por ejemplo, las formas de violencia más invisibilizadas o normalizadas. Es importante que la persona formadora conozca previamente al grupo, para así tener un enfoque acerca del grado de implicación y respuesta que va a obtener.

La perspectiva rural en esta dinámica resulta fundamental, pudiendo ser una oportunidad de obtener una muestra representativa en preguntas enfocadas a la forma de vivir o superar una situación de violencia de género en dicho entorno.

La falta de información y de datos relacionados con el impacto y prevalencia de la violencia de género en adolescentes y jóvenes de entornos rurales justifica la elaboración de esta dinámica. Mediante este tipo de dinámicas, es posible obtener información muy relevante, no solo para el abordaje directo de esta problemática con el grupo, sino también para la elaboración de propuestas de actuación más ajustadas a su realidad. Es conveniente señalar que los datos de los que se disponen, si bien son limitados, son especialmente relevantes y denotan la importancia de continuar trabajando en la visibilidad de esta grave problemática mediante la incorporación de factores específicos como lo son la edad y el contexto rural.

## 3.2

## PODRÍA SER TU AMIGO...

### 1. OBJETIVOS

Promover herramientas y estrategias para detectar y manejar situaciones de violencia de género dentro del grupo de iguales.

### 3. DESARROLLO

Previo a la ejecución, la persona formadora elaborará unas fichas con diferentes situaciones ajustadas a la realidad social del grupo en las que un amigo es el agresor. Estas situaciones están planteadas para ser representadas por el grupo posteriormente.

Se dará inicio a la dinámica realizando una breve introducción sobre temas trabajados hasta el momento, tales como qué es la violencia de género y tipos de violencia, haciendo especial hincapié en los más habituales en la adolescencia y juventud.

A continuación, se pedirán personas voluntarias para representar las situaciones previamente elaboradas. Es importante incorporar aquí la perspectiva rural, atendiendo a las características del municipio donde se realiza la actividad.

Algunos ejemplos de situaciones podrían ser:

- El otro día estando de risas todo el grupo, vi como Pablo le preguntaba a Jenifer (son

### 2. RECURSOS

- Material de papelería: folios, cartulinas de colores, bolígrafos, rotuladores, etc.
- Fichas con situaciones.
- Cartulinas con hastag **#MiAmigoEsUnAgresor** y **#MiAmigoNoEsUnAgresor**

novios) por un perfil que le había dado “un like” en Instagram y quería saber si le seguía y qué quién era ese. Ella se incomodó mucho y vi como que no sabía ni qué decirle.

- Nuestro amigo Álex sale con Elisa y constantemente cuando salimos de fiesta le dice cómo debe vestir. Además cuando habla con otros amigos o chicos del sitio en el que estamos, la humilla delante de todo el grupo diciéndole de todo y le pregunta por qué habla con tantos chicos.

Así, se formarán grupos y se entregarán dos cartulinas con el hashtag **#MiAmigoEsUnAgresor** y con el hashtag **#MiAmigoNoEsUnAgresor**. Se utilizará este formato, ya que es familiar y atractivo para adolescentes y jóvenes. Sirve para etiquetar situaciones, pero también para posicionarse ante hechos o ideas.

Las personas voluntarias representarán las diferentes situaciones y el grupo tendrá que valorar el hashtag que decide sacar.

Al finalizar cada situación se dirigirá un debate

para reflexionar sobre estrategias que podemos emplear cuando creemos que nuestro amigo es un agresor.

Es importante que el grupo entienda que ante la violencia de género hay que posicionarse y que cambie el imaginario con respecto a cómo es un agresor. Igual que ocurre con la idea de maltratador adulto, que no identificamos con alguien que pudiera ser de nuestro entorno, en la adolescencia y la juventud no se suele identificar al agresor como amigo, primo, vecino, etc. Por ello, hay que sensibilizar a adolescentes y jóvenes para que comprendan el papel que pueden tener como observadores de una relación de violencia de género, su posicionamiento, el acompañamiento a la víctima y la importancia de hablar con el agresor o pedir ayuda a un/a profesional para que les oriente.

Si fuera necesario, explicaremos el concepto de “silencio cómplice”, más utilizado en la violencia de género que sufren las mujeres adultas pero que se puede extrapolar a cualquier edad.

## → 5. RECOMENDACIONES


Dependiendo de la madurez o conocimientos previos del grupo, sería interesante empezar con situaciones muy claras e ir planteando más sutilezas para trabajar las violencias más invisibilizadas.


### Para profundizar más...


Después del trabajo hecho con cada situación, les planteamos la dinámica de hacer una lluvia de ideas de qué podría hacer el grupo de amigas/os in situ en las situaciones antes planteadas. De esta manera, se trabajan las estrategias que tiene o puede tener el grupo cuando ocurren situaciones de violencia de género, su responsabilidad y qué necesitan para poder adquirir las herramientas que les ayudará a enfrentar este tipo de situaciones.


Si detectamos que tienen muchas dudas o dificultades con respecto al manejo de este tipo de situaciones, recomendamos realizar más dinámicas donde trabajar habilidades de comunicación asertiva, manejo de resolución pacífica de conflictos, etc.


## → 4. MATERIAL DE APOYO


 [Noticia sobre la experiencia de una víctima joven de violencia de género](#)

 [Noticia sobre la violencia institucional que sufren las víctimas de violencia de género](#)

 [Noticia sobre el “silencio cómplice”](#)

 [Campaña sobre el posicionamiento ante la violencia de género en jóvenes](#)

 [Noticia sobre qué hacer con un amigo que trata mal a su pareja](#)

 Para utilizar como referencia positiva en apoyo de grupo ante la violencia de género: [Película Moxie](#)

# 3.3

## ¿ES MACHISMO...?

### 1. OBJETIVOS

Identificar diferentes actitudes y comportamientos de machismo invisibilizado.

### 2. RECURSOS

- Dispositivo/s con conexión a internet (móviles, ordenadores, tablets, pizarra digital, etc.)
- Proyector y pantalla de proyección
- Plataforma Kialo donde a modo de propuesta incluimos el siguiente enlace: <https://www.kialo-edu.com/p/619f7d92-257b-47e1-aff-10d3c2d51b48/51669>

### 3. DESARROLLO

Antes de empezar la dinámica, pedimos al grupo que defina el machismo de manera conjunta y vamos apuntando en la pizarra aquellas definiciones que van surgiendo. En el caso de ser necesario desmontamos aquellos mitos o inexactitudes que puedan aparecer. Esto es importante, porque para realizar la dinámica podemos partir de un concepto común de lo que significa machismo.

Para el desarrollo de la actividad emplearemos la plataforma Kialo, que permite realizar debates en línea de manera muy sencilla, y que resulta atractiva para las y los adolescentes porque funciona de manera similar a una red social.

Kialo es gratuita y nos ofrece numerosas posibilidades: denunciar argumentos por mostrarse inadecuados u ofensivos, permite contraargumentar, valorar argumentos, identificar las aportaciones de cada participante y

mostrar de manera global y esquemática las aportaciones de todo el grupo.

La dinámica trata de valorar diferentes situaciones machistas que en ocasiones pueden ser invisibilizadas o no identificadas como tal por parte de la sociedad. Además, el grupo deberá aportar argumentos en contra o a favor en cada uno de los casos. Durante el debate Kialo nos permitirá crear diferentes tesis, que en este caso corresponderán a diferentes situaciones a valorar por parte de las y los participantes.

Proponemos algunas situaciones habituales en los rangos de edad a los que va dirigida la actividad, incluyendo la perspectiva rural, si es posible.

- Reírse de un meme machista que ponen en el grupo de clase
- Hablar sobre el aspecto físico de una compañera de clase a través de WhatsApp
- Compartir una foto o vídeo de carácter sexual de una chica
- Criticar a una compañera por hacer topless en la playa
- Criticar a una compañera porque lleva hiyab

Debemos dejar un tiempo concreto para realizar la actividad durante la sesión o bien varios días, para que el grupo pueda participar de manera asincrónica.

Es importante en todo momento analizar y reaccionar ante los comentarios que puedan resultar irrespetuosos o dañinos para otras personas. Se trata de una forma de condenar la violencia y poner de manifiesto la existencia de la misma a través de la propia actividad.

Por último, siempre es necesario terminar la actividad con una puesta en común y una análisis y reflexión grupal de los resultados y argumentos expuestos.

## → 5. RECOMENDACIONES

### Para profundizar más...

O en el caso de no tener los conocimientos o dispositivos adecuados, podemos realizar el debate de forma presencial.


Si las visiones son muy homogéneas, podemos determinar dos equipos diferenciados que deberán argumentar a favor o en contra de las dos alternativas en cada caso.

Esta dinámica puede integrarse fácilmente en alguna actividad que incluya el manejo de NTIC, ya que nos permite desarrollar competencias digitales y aplicarlas a una problemática real. Además, será de utilidad para el desarrollo de competencias claves para el desarrollo personal como son las competencias comunicativas, argumentativas y el desarrollo del pensamiento crítico.


La actividad podrá realizarse fácilmente de manera online en el caso de ser necesario.

## → 4. MATERIAL DE APOYO

 [Tutorial Kialo](#)

 ["Hoy te han dejado de niñera": 43 micromachismos que cometemos a diario. Diario El País](#)

 ["Si no lo has visto, ¡míratelo!". Paz con Dignidad](#)

 [Video "No te ha pasado que..." Micromachismos. El Diario. es](#)

Feminismo ilustrado: Ideas para combatir el machismo. María Murnau y Helen Sotillo



# 3.4

## ¿QUÉ PASARÍA SI... INSTAGRAM EXISTIERA EN LA VIDA REAL?

### 1. OBJETIVOS

Generar nuevos recursos y discursos para la prevención de la violencia de género en redes sociales y el contexto digital.

### 3. DESARROLLO

Esta dinámica trata de generar herramientas de denuncia y empoderamiento a través del uso de las redes sociales, así como, nuevos discursos con los que poder hacer frente a posibles situaciones de violencia de género en el entorno digital.

La dinámica consiste en crear un "Instagram real" donde las/os participantes tendrán que analizar publicaciones relacionadas con la violencia de género y que se pueden encontrar en las redes sociales. La idea es trasladar el funcionamiento de la red social "Instagram" de la vida digital a la real. Para ello y previo a la realización de la actividad, la persona formadora buscará el contenido que quiera trabajar, creará los códigos QR y las tarjetas con la simbología propia de Instagram: el símbolo de "me gusta", "compartir publicación", "generar comentario" y "no me gusta".

La persona formadora distribuirá por toda el aula o sala las publicaciones seleccionadas (fotos, vídeos, noticias, tweets...) presentán-

### 2. RECURSOS

- Dispositivos móviles
- Cartulinas con los códigos QR generados
- Tarjetas con los símbolos de "me gusta", "compartir publicación", "generar comentario" y "no me gusta"
- Generador de códigos QR: [www.unitag.io/es/qrcode](http://www.unitag.io/es/qrcode)

dose mediante el código QR previamente generado. A las/os participantes se les darán varios tarjetones con los diferentes símbolos y se les pedirá que interactúen con las publicaciones utilizando su dispositivo móvil. Primero tendrán que visualizar el contenido y posteriormente opinar sobre ello utilizando las tarjetas de las que disponen. Es interesante que la dinámica se realice sin haber contextualizado el contenido de las publicaciones para que su respuesta no esté condicionada.

Esta dinámica puede realizarse de manera individual o grupal. Si se realiza por grupos, se les pedirá que la decisión que tomen esté consensuada por todo el equipo. Una vez completada esta parte, la persona formadora analizará junto al grupo cada publicación y los resultados obtenidos en cada una de ellas. Es importante transmitirles que lo que han hecho en la actividad,

es igual a la interacción que se produce en redes sociales, no podemos olvidarnos de que quien las maneja son personas.

Para finalizar, se hará un debate con ellos/as para ver sus opiniones y sensaciones, entender que la incitación a la violencia psicológica, física y/o sexual a través de las redes sociales hacia las víctimas, y los discursos de odio entorno a la violencia de género no deben normalizarse ya que constituyen un delito y que las desigualdades de género existen tanto en el mundo presencial como en el virtual.

Con esta dinámica también se busca transmitir que las redes sociales son una herramienta muy potente y que al igual que son utilizadas para propagar mensajes machistas violentos, son una herramienta de denuncia y empoderamiento muy interesante. La persona formadora invitará al grupo a generar nuevas herramientas y discursos que desmoten estas violencias, por ejemplo, pueden surgir ideas relacionadas con la creación de un perfil de Instagram donde divulguen información veraz y desmonten mitos de la violencia de género.

A modo de ejemplo, os proponemos estos enlaces con su respectivo código QR para la realización de la actividad:

#### 1. #EsViolencia: Experimento Social



#### 2. Noticia: El Supremo condena a dos años y medio a un tuitero por incitar al odio contra las mujeres asesinadas por violencia machista.



### ➔ 4. MATERIAL DE APOYO

- ➔ [¿Hay más odio en las redes sociales?](#)
- ➔ [Guía para combatir el discurso de odio](#)
- ➔ [Guía informativa sobre ciberviolencias y delitos de odio por razón de género](#)

### ➔ 5. RECOMENDACIONES

#### Para profundizar más...

La violencia de género en estos espacios es un hecho y el discurso de odio es una de las principales herramientas para ejercerla. Si bien estas situaciones también se dan en la vida real, los discursos de odio que se transmiten por vía online tienen un efecto inmediato, ya que la difusión es mucho más rápida y el contenido generado es constante, lo que ocasiona en las víctimas sensaciones de estar siendo controladas y desvirtuadas continuamente. Todo ello, puede provocar en las chicas graves secuelas a corto, medio y largo plazo.



# 3.5

## HABLAMOS DE CONSENTIMIENTO. LO SABE / NO LO SABE

### 1. OBJETIVOS

- Fomentar la construcción de relaciones afectivas sanas e igualitarias.
- Visibilizar actuaciones que permitan prevenir situaciones de control, acoso, abuso u otras violencias.

### 2. RECURSOS

- Tarjetas
- Optativo para hacer más real:
- Micrófono
  - Cámara de video
  - Ordenador
  - RRSS

### 3. DESARROLLO

En primer lugar, la persona formadora de la actividad, imprimirá las tarjetas con las diferentes situaciones a trabajar.

Se presenta la sesión, explicando como funciona la actividad del "LO SABE/NO LO SABE". Se escoge a una persona (conкурсante) que elegirá a otra persona para que conteste, apostando si conoce o no la respuesta correcta. Puede realizarse en el aula, con los/as compañeros/as, preguntando a personas aleatoriamente por la calle... cada profesional elegirá el formato que más se adecue a las necesidades de los/as participantes.

En primer lugar, la persona formadora facilita una tarjeta y se lee. Posteriormente, se indica al/ la concursante, que tiene que elegir a alguien que sí que sepa la respuesta correcta a esta pregunta (SÍ LO SABE), tendrá un minuto

para encontrar a la persona que le haga ganar 1 punto por saberlo. Esta primera pregunta, será el nivel más sencillo y se irá incrementando el nivel según avanza el juego.




En una segunda fase, se lee la siguiente situación y se indica a la persona participante que esta vez tiene que elegir a alguien que no sepa la respuesta correcta (NO LO SABE). De igual forma que antes, dispondrá de un minuto para encontrar a la persona que le haga ganar 1 punto por fallar la pregunta.

Así sucesivamente hasta que se termine con las tarjetas del juego. Finalmente, se realizará un debate con el grupo para trabajar y profundizar sobre los temas que han salido en las preguntas.

**Puntuación:** 1 punto por cada acierto de la persona participante. Se realizará un tablero de puntos para saber quién ha ganado.

¿Qué es el consentimiento?	¿Qué es el consenso?	¿Qué es el deseo?
Verdadero/falso ¿Las relaciones sexuales tienen que ser deseadas?	Verdadero/falso ¿Crees que una persona cuando esta borracha está en sus plenas facultades para decidir?	Verdadero/falso Si empiezo una relación sexual ¿tiene que terminar en penetración?
Verdadero/falso ¿Quitarse el preservativo en medio de la relación sin avisar es violación?	Verdadero/falso ¿Si me llaman guapa por la calle es acoso?	Verdadero/falso ¿Si mi compañero me escribe a todas horas cuando le he dicho que no es acoso?
Si me llega una foto de contenido sexual al whatsapp sin haberlo hablado previamente ¿qué se considera?	Mi pareja ha insistido en seguir teniendo relaciones sexuales cuando le he dicho que no, ¿qué se considera?	Un tío me ha tocado el culo por la calle ¿Qué se considera?
Si/no Si a mi novia no le apetece darme un beso ¿tengo que insistir?	Si/no Si conozco a una chica en una discoteca y no me hace caso. ¿Tengo que seguir insistiendo hasta que lo consiga?	Si/no ¿Tengo que interpretar los deseos sexuales de la otra persona?
Si/no Si me parece guapa una chica por la calle que no conozco, ¿tengo que gritarle un piropo?	Si/no ¿Si me lío con una persona una noche, tengo claro de que el siguiente día que la vea me voy a liar con ella?	Si/no ¿Puedo parar en cualquier momento de la relación?

#### ➔ 4. MATERIAL DE APOYO

-  [La salud afectivo-sexual de la juventud en españa](#)
-  [La salud afectivo-sexual de la juventud en españa](#)
-  [#Explicamos™ sin el consentimiento sexual, es violación \(Blue Seat Studios\)](#)

#### ➔ 5. RECOMENDACIONES

##### Para profundizar más...

Esta actividad puede realizarse en el aula, con los/as compañeros/as, preguntando a personas aleatoriamente por la calle... cada profesional elegirá el formato que más se adecue a las necesidades de los/as participantes.



# BLOQUE 4

## PROMOCIÓN DE LAS RELACIONES IGUALITARIAS

4.1. ¿QUIÉN ES QUIÉN?: MI RED SOCIAL

4.2. CÓMO TE LO DIGO...

4.3. LA LÍNEA DE LA VIDA

4.4. OTRAS FORMAS DE RELACIÓN

4.5. POR UN "ME GUSTA" SANO



# 4.1

## ¿QUIÉN ES QUIÉN?: MI RED SOCIAL

### 1. OBJETIVOS

Analizar las diferentes redes de apoyo sociales y familiares de adolescentes y jóvenes como agentes de bienestar y prevención frente a la violencia de género.

### 2. RECURSOS

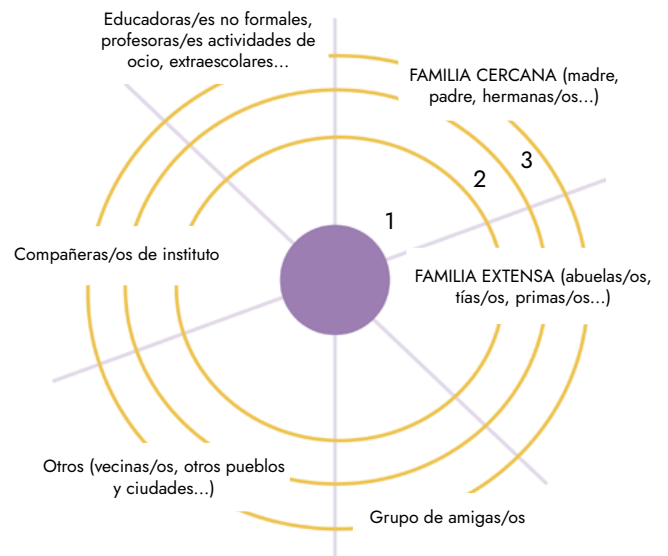
- Cartulinas (una por cada persona participante), rotuladores de colores.
- Pizarra y rotuladores para resolver posibles dudas.

### 3. DESARROLLO

La dinámica sirve para promover el fortalecimiento de las redes de apoyo de las/os participantes y para tomar conciencia de la importancia que tienen las redes de apoyo, entre otras, para el afrontamiento de graves problemáticas como lo es la violencia de género.

Para dar comienzo a la actividad, se indica a las y los participantes que de manera individual van a tener que elaborar el mapa "¿Quién es quién?". La idea es utilizar un Mapa de Redes donde cada participante analice quiénes son sus redes de apoyo y de referencia. Posteriormente la persona formadora, lanzará al grupo preguntas relacionadas con su red de apoyo para favorecer la reflexión. Se les explica que esas personas pueden ser de la familia, amistades, figuras importantes de su vida, conocidas/os, educadores/as formales y no formales, etc. Podrán elegir a las personas que deseen. El funcionamiento de la actividad es el siguiente:

1. Se les da una cartulina a cada participante para que puedan crear su propio mapa. Es recomendable darles unas pequeñas pautas, pero es interesante fomentarles de igual manera, el que puedan crear su propio mapa de redes. Proponemos este tipo de Mapa de Redes por su sencillez:



Cada número corresponde con un nivel de vínculo o de cercanía siendo el 1, una persona muy cercana, el 2 una persona con la que tengan buena relación y el 3 una persona conocida con la que podrían llevarse muy bien o sintieran que pueden apoyarse en ella.

2. Las y los participantes tendrán que analizar su red de apoyo. Si vemos que necesitan más tiempo, se lo damos, lo importante es que analicen y reflexionen acerca de su entorno.
3. Una vez elaborado y para finalizar, la persona formadora lanzará una serie de preguntas relacionadas con situaciones donde se requiera contar con apoyo. Se pide al grupo que por cada pregunta que se les haga, elijan a una o varias personas de su mapa previamente elaborado. La persona formadora designará un color por pregunta y se pedirá a las/os participantes que rodeen su elección siguiendo el patrón establecido. Algunas de estas preguntas pueden ser:

- Rodea de rojo a quién o a quiénes les contarías que tienes un problema.
- Rodea de verde a quién o a quiénes elegirías para hacer alguna actividad de ocio o salir.
- Rodea de morado a quién o a quiénes, acudirías para hablar si discutes con tu pareja y te sintieras muy mal después de ello.
- Rodea de azul quién o quiénes consideras que son tu mayor apoyo o referente.

A modo de cierre, se hará un debate con ellos/as para ver sus opiniones y sensaciones, entender la importancia de contar con personas que nos aportan bienestar fuera de la pareja y a las que puedan pedir apoyo en caso de dificultades o problemáticas como la violencia de género. De este modo, también generamos herramientas que puedan ayudarles

a establecer relaciones más sanas y fuertes como mecanismo de prevención y detección frente a estas situaciones.

## ➔ 4. MATERIAL DE APOYO



[Familia y amigos, claves en los casos de violencia de género](#)



[Orientaciones ante la violencia de género que sufren chicas adolescentes y jóvenes](#)

## ➔ 5. RECOMENDACIONES

### Para profundizar más...

Una de las primeras manifestaciones de esta violencia es el aislamiento social que, si bien es un indicador en todas las mujeres víctimas de violencia de género, en las adolescentes y jóvenes cobra especial importancia por la edad y la etapa vital. Nos referimos en especial a la importancia que cobra el grupo de iguales como referente para definir su identidad, su personalidad, intereses y habilidades.

Asimismo, es esencial trabajar en ello desde la perspectiva rural, pues hablamos de que existen factores específicos (falta de anonimato, mayor probabilidad de que el agresor sea del mismo grupo de amistades o del entorno conocido...) que pueden dificultar la detección de posibles situaciones de violencia de género en entornos de pequeño tamaño.

# 4.2

## CÓMO TE LO DIGO...

### → 1. OBJETIVOS

Facilitar herramientas de comunicación positiva y de transformación colectiva ante un posible conflicto dentro de las relaciones de pareja de adolescentes y jóvenes.

### → 3. DESARROLLO

Cuando empezamos la dinámica, se explica a los/as participantes como se desarrolla el teatro foro, como herramienta de transformación y cambio por parte de la sociedad. Este teatro consiste en la representación de una situación específica (tarjetas) por parte de los/as participantes voluntarios/as que quieran salir a actuar, en la que se muestra un conflicto. Posteriormente, se les pregunta a los/as actores y actrices como se han sentido en el desarrollo de la situación y que lo compartan con el resto de personas. A través de estos sentimientos, se le pregunta al resto de participantes si pueden hacer algo para mejorar esta situación y se les invita a salir al escenario, sustituyendo a los/as protagonistas de la situación. Comenzamos otra vez a representar esta situación, con diferentes actores y actrices para transformar el conflicto y conseguir una solución alternativa en la que no existan relaciones de poder o comunicación agresiva. Esto se puede realizar tantas veces como los/as participantes quieran cambiar la escena hasta conseguir transformar la realidad.

### → 2. RECURSOS

- Tarjetas con las diferentes situaciones

En primer lugar, la persona formadora de la actividad, imprimirá las tarjetas con las diferentes situaciones a trabajar:

He pillado a mi novia hablando con tres tíos por Instagram, ya que sospechaba y hoy le he cogido el móvil. Me estoy poniendo muy nervioso y decido ir a hablar con ella. Le grito que es una guerra y que deje de hablar con ellos. Le digo que, a partir de ahora, tendré su contraseña del Insta, para que esto no vuelva a pasar. Mi novia me hace caso y elimina del Insta a esos tres amigos.

Aspectos a trabajar en esta situación:

- o Hablar de los celos como inseguridades propias: cómo expresar a mi pareja mis inseguridades sin proyectar ni prohibir determinadas situaciones.
- o Encontrar técnicas para calmar la ira y la frustración.
- o Visibilizar la violencia existente en esta situación a través de insultos, celos y control.
- o Encontrar soluciones alternativas a prohibir, llegar a consensos a través de la comunicación asertiva.

**Finalidad:** A través de esta situación de violencia, visibilizar cómo expresar sentimientos y emociones de una manera sana y fomentando el buen trato. La idea es que el chico pueda expresar sus inseguridades a su pareja desde los “mensajes yo”: “me siento inseguro, tengo miedo...”, no proyectar en la otra persona mis inseguridades: “sé que no estás haciendo nada, tengo que trabajarme yo”, establecer confianza y no juzgar: “Confío en ti, sé que estamos en esto juntxs” y buscar una solución común: ¿Qué podemos hacer para que esto vaya mejor? Los/as profesionales podemos participar en las escenas y mostrar otras formas diferentes de abordar los conflictos.

Llevo 8 meses con mi pareja y llevo un tiempo dándole vueltas a que no me siento del todo cómoda en las relaciones sexuales. La verdad, que cuando estamos en momentos más íntimos, me bloqueo y no sé cómo decirle qué es lo que me apetece. Hoy he cogido fuerzas y he hablado con él, le digo que no me gusta el sexo con él. Se lo ha tomado muy mal, me ha dicho que por qué no se lo he dicho antes y que era una mentirosa, ya que parecía que sí que me gustaba. Yo me vuelvo a quedar bloqueada y callada, asumiendo que estoy haciéndolo mal por decírselo.

**Aspectos a trabajar en esta situación:**

- Visibilizar la posición de hombres y mujeres en la sociedad respecto a las relaciones sexuales.
- Trabajar el autoconocimiento a todos los niveles para poder comunicar lo que me gusta y lo que deseo.
- Desarrollar la empatía a través de la escucha

activa de la pareja, entendimiento de sus emociones y búsqueda de consensos para la resolución de conflictos.

- Potenciar el autoconcepto y la autoestima para poder expresar lo que quiero.

**Finalidad:** Resolver el conflicto a través de una comunicación asertiva. La idea es que la chica pueda expresar libremente su sentimiento. Por otro lado, el chico escucha, entiende y entre ambos/as buscan una solución común. Los/as profesionales podemos participar en las escenas y mostrar otras formas diferentes de abordar los conflictos.

## ➔ 4. MATERIAL DE APOYO



[Cómo hacer teatro foro](#)



[Pamela Palenciano - No sólo duelen los golpes](#)



[Perfil de Instagram de la divulgadora y psicóloga María Esclapez](#)

## ➔ 5. RECOMENDACIONES

### Para profundizar más...

Si vemos que los/as observadores/as no identifican las formas de violencia y no paran la situación para actuar, los/as profesionales podemos facilitar la actuación. Proponemos también trabajar situaciones relacionadas con la toma de decisiones dentro de la pareja y el uso de “bromas” como mecanismo para ejercer violencia.



# 4.3

## LA LÍNEA DE LA VIDA

### 1. OBJETIVOS

Identificar la influencia que la socialización diferenciada entre hombres y mujeres tiene en nuestras vidas.

### 2. RECURSOS

- Papel continuo
- Rotuladores
- Fotografías del alumnado
- Complementos de disfraz

### 3. DESARROLLO

Previamente a la dinámica se pide al grupo que traiga para la actividad fotografías suyas tomadas desde que nació y en diferentes momentos de su vida. Podemos determinar algunas sugerencias como que aparezca su habitación, jugando con los juguetes, practicando alguna actividad o hobbies, con sus amistades, etc.

Con el material recopilado por las y los participantes, deberán realizar su línea de vida ordenando las fotografías desde que nacieron hasta la actualidad, para ello podemos poner a su disposición papel continuo donde cada participante pueda crear y decorar su propia historia. Para este momento de la actividad debemos intentar un ambiente relajado y respetuoso, pudiendo poner música relajante y pidiendo al grupo que no hable e incidiendo en la imposibilidad de valorar y menospreciar las fotografías de sus compañeros y compañeras.

A continuación, les pedimos que identifiquen algunos factores en las imágenes que ven. Para ello podemos lanzar algunas preguntas:

- o ¿Llevaban pendientes de bebe las chicas? ¿Y los chicos?

- o ¿Cuáles son los colores que predominan en las habitaciones, ropa y juguetes de los chicos? ¿y en las chicas?
- o ¿Qué referentes o dibujos ilustraban la decoración, ropa, etc. de los chicos? ¿Y en las chicas?
- o ¿Qué juguetes les regalaban a los chicos? ¿Y a las chicas?
- o ¿Qué actividades o hobbies realizaban los chicos? ¿Y las chicas?
- o ¿Cómo es la ropa de las chicas? ¿Y de los chicos?

Se pueden incluir más preguntas que pongan de relieve la socialización diferenciada y los estereotipos de género que se les atribuye tanto a niños como a niñas, y también invitar al grupo a identificar otras diferencias que puedan apreciar al respecto a través de las imágenes.

Tras un análisis general, incidiremos de manera individual en cómo ha podido influir esta diferenciación en nuestra vida y como ha determinado incluso nuestros gustos, deseos o nuestros planes de futuro. Pueden aparecer historias de vida donde sus protagonistas no encajan o no siguen los estereotipos impuestos por el sistema heteropatriarcal.



Sin señalar específicamente a estas personas, podemos reflexionar grupalmente a través de preguntas generadoras:

- ¿Qué ocurre cuando nuestra ropa, aficiones, colores favoritos, amistades no se corresponden con los roles y estereotipos de género?
- ¿Afectará esto a nuestra autoestima? ¿Somos nosotras/os mismas/os o a veces actuamos de manera diferente para encajar?

A continuación, les leeremos una pequeña historia de manera teatralizada. Si nos disfrazamos con algún complemento o nos pintamos puede aportar humor e interés por el grupo.

Hola me llamo Kroc, vengo del futuro a contaros una cosa muy importante. En el futuro no existen estereotipos y roles de género. Las familias no se interesan mucho por el sexo biológico cuando naces y las vidas de chicos y chicas son similares.

Somos súper felices porque podemos ser como queramos, sentir lo que queramos, vestir como queramos, depilarnos lo que queramos...

Y todo esto lo conseguimos gracias a vosotras y vosotros, qué creasteis "El libro del fin del Patriarcado". Pero tenemos un problema, que se ha quemado y tenemos miedo de que volvamos a sufrir como antes. Por eso he venido. Necesito pedir os que lo creéis de nuevo. Para ello tenéis que imaginar os vuestras vidas desde peques, incluyendo vuestro futuro sin estar influenciadas por los mandatos de género. Podéis incluir ilustraciones que cambien las fotografías que tenéis, desechando las imposiciones sociales en cada una de ellas.

Gracias por vuestra ayuda.

## ➔ 4. MATERIAL DE APOYO



[Vídeo "100 comentarios machistas que las mujeres escuchan desde niñas"](#)



[Película "No soy un hombre fácil" Eleonore Pourrait](#)



[Vídeo "No more Matildas" ¿Y si Einstein hubiera nacido mujer?](#)

## ➔ 5. RECOMENDACIONES

### Para profundizar más...

Dependiendo de la madurez o conocimientos previos del grupo, se les explicará que estas realidades que vivimos fruto de la socialización diferenciada están tan normalizadas y naturalizadas, que la toma de conciencia de estas situaciones requiere un ejercicio de deconstrucción elemental. En esta dinámica, no se pretende llevar estas cuestiones al terreno individual, lo que buscamos es que comprendan que la socialización diferenciada responde a una estructura social sexista que nos impregna a toda la sociedad y que va más allá de la experiencia personal, aunque se refleje en sus vidas.

De igual manera, es importante incluir la perspectiva rural ya que los mandatos, como, por ejemplo, en la división sexual del trabajo, pueden tener connotaciones diferentes atendido a los contextos donde se reproducen.

# 4.4

## OTRAS FORMAS DE RELACIÓN

### → 1. OBJETIVOS

Fomentar alternativas de relación igualitarias y diferentes al ideal de amor romántico.

### → 2. RECURSOS

- Proyector o pizarra digital.
- Presentación en Power Point u otros programas de presentación que sirva de soporte a la explicación de los contenidos.
- Pizarra para apuntar conclusiones de las/os participantes.

### → 3. DESARROLLO

En primer lugar, pedimos la participación de cuatro chicas voluntarias que tendrán que salir unos minutos fuera para que la explicación inicial no les influya en su valoración posterior. Una vez que estén fuera, se explica al resto del grupo el funcionamiento de la dinámica. Para ello, la persona formadora proyecta cuatro perfiles de masculinidad a la hora de ligar. Esta parte se puede reforzar con material audiovisual de películas, canciones, etc., para cada uno de los perfiles.

- o “El brasas”: Va a saco, resulta pesado, no entiende un no por respuesta, suele ser rechazado. No atrae, valores patriarcales. No obstante, es considerado por el grupo como un “buen chico” pero algo “pesado”.
- o “El Malote”. Mujeriego, chulillo, liga mucho. Tiene estrategias para ligar, no va con la verdad por delante, si no que utiliza lo que sabe que le va a gustar a la chica. Atrae, valores patriarcales. Trata a las mujeres como una conquista. Es considerado atractivo por sus iguales.

- o “El Invisible”. Tiene valores igualitarios, es visto como “el mejor amigo”. Respeto, escucha y comprende, es sensible, pero no atrae.
- o “El Alternativo”. Atrae y tiene valores igualitarios. Confía en sí mismo, responde ante situaciones de desigualdad, y rechaza de manera explícita comportamientos sexistas. Comprende el posible rechazo, escucha, respeta los espacios, se comunica.

Una vez que quedan claras estas cuatro masculinidades, se pide a cuatro chicos voluntarios para representarlas, eligiendo cada chico un tipo de masculinidad, como si estuvieran en una discoteca y tuvieran que ligar con las cuatro chicas que han salido fuera previamente. Una vez preparados los papeles, se les invita a las chicas a entrar y se les dice que imaginen que están en una discoteca y que hay cuatro chicos que quieren ligar con ellas. Tras unos minutos de role-playing en el que se hayan podido ver

las estrategias usadas por los chicos y las reacciones de las chicas, se pausa y se hacen las siguientes preguntas a las chicas:

- ¿Qué chico os ha atraído más? ¿Por qué? ¿Y menos? ¿Por qué?
- Del chico que más os ha atraído, ¿podrías decir alguna estrategia que no os haya gustado u os haya hecho sentir incómodas?
- Del chico que menos os ha atraído, ¿podrías destacar algún comportamiento que os haya gustado a la hora de ligar?

Para los chicos realizaremos las siguientes preguntas:

- ¿Qué estrategias pensáis que habéis utilizado para representar la masculinidad que os ha tocado? ¿Por qué?
- ¿Cuándo sentís que gustáis más? ¿Y menos?

## → 5. RECOMENDACIONES


### Para profundizar más...

Recomendamos previo a la realización de la dinámica, la lectura y visionado de los diferentes materiales de apoyo propuestos, pues se explican de manera teórica los diferentes modelos de masculinidad que aparecen recogidos en la dinámica.

Los modelos de masculinidad tradicional, es decir, aquellos que carecen de valores igualitarios suelen atraer más, mientras que los modelos más igualitarios pierden atracción y deseo. Estas ideas vienen influenciadas entre otras, por los medios de comunicación, películas, series y canciones que aun siendo menos evidentes que hace años, continúan perpetuando una imagen deseable y triunfadora del “malote”. Cuando hablamos de películas como “A tres metros sobre el cielo” donde el protagonista encarna este tipo de masculinidad, nos damos cuenta que muchas adolescentes no son capaces de detectar la violencia implícita en el comportamiento de “H” y en la propia relación hasta que no se plantea y cuestiona de manera directa por las personas formadoras.


Estos modelos de atracción y deseo no son más que el fruto de un proceso de socialización aprendido y mantenido en el tiempo que debemos trabajar y transformar. Dentro de la dinámica podemos igualmente imaginar con el grupo cómo serían las relaciones de pareja con cada modelo de masculinidad planteado. De esta manera podemos analizar qué ocurriría si existieran conflictos, si surgieran los celos, si salieran de fiesta y se encontraran con un/a ex...

## → 4. MATERIAL DE APOYO

 [IDEALOVE&NAM. Socialización preventiva de la violencia de género.](#)

 [Modelos de atractivo masculinos en la adolescencia.](#)

 [Conferencia XII Congrés d'Educació - Carmen Ruiz Repullo](#)

 [Informe “La presencia de modelos tóxicos de sexualidad en la adolescencia” elaborado por el Instituto de la Mujer de Castilla-La Mancha](#)

 [Vídeo ¿Cómo te suena?](#)

# 4.5

## POR UN "ME GUSTA" SANO

### 1. OBJETIVOS

Promover alternativas al modelo de amor romántico en las relaciones de pareja de adolescentes y jóvenes.

### 2. RECURSOS

- Cartulinas (una por cada persona participante), rotuladores de colores.
- Proyector, ordenador, altavoces.
- Pizarra y rotuladores

### 3. DESARROLLO

El entorno digital se ha convertido en un espacio de socialización igual de importante que otros ámbitos, por lo que resulta interesante abordar esta temática a través de herramientas cercanas a las/os adolescentes y jóvenes. La dinámica sirve para encontrar herramientas que permitan desarrollar una autoestima saludable y relaciones afectivas sanas, analizar los patrones de conducta diferenciados por género en las mismas y trabajar cómo nos relacionamos en pareja usando para ello el contexto de las redes sociales.

Para dar comienzo a la actividad, se indica al grupo que se va a crear una "red social" presencial para conocer a gente, donde cada persona mostrará sus mejores características, expresará que es lo que quiere mostrar al exterior y cómo sería su relación de pareja ideal. El funcionamiento de la dinámica es la siguiente:

1. Se le da una cartulina a cada persona donde deberán dibujarse, describir sus mejores cualidades (como si fuera una red social) y describir su modelo de relación

de pareja. Para facilitar el avance de la actividad podemos proponerles algunas frases para que describan cómo es su modelo de relación ideal. Algunas propuestas son:

- o Puedo cambiar por ti, si así me lo pides.
- o Me gusta centrarme mucho en la otra persona cuando tengo un "rollo" o una relación, si no pienso que la cosa no va bien.
- o Te voy a cuidar de todo y todos/as, conmigo vas a ser siempre feliz.
- o Si tengo pareja me gusta hacer todo con ella, hasta tomar decisiones conjuntas de cosas importantes para mí.
- o Creo que los celos son una señal clara de amor y que el amor incluye sacrificarse por la otra persona.
- o Creo que de las cosas más importantes para empezar una relación es la comunicación, la igualdad, la libertad y respetar los espacios propios de cada uno/a.
- o Si algo no me gusta de ti, voy a decírtelo sí o sí, aunque sepa que te puede doler, porque "quien bien te quiere, te hará llorar"
- o Nos lo vamos a pasar genial junt@s pero

también es importante que pasemos buenos momentos con otras personas (amigos/os, familia, actividades de ocio y educativas)

- o Tener pareja mola, pero para mí no significa olvidarme de mi misma/o.
- o Creo que una buena relación incluye confianza, comunicación, respeto y entender que la otra persona no me pertenece y que está conmigo porque quiere no porque se lo imponga.

2. Se pondrán todas sus presentaciones en la mesa y cada persona irá dando “me gusta” a aquellos/as que quieran conocer.
3. Cuando hemos “hecho match” pueden empezar a hablar entre red y red, así como, plantear cómo seguirían manteniendo la conversación y el porqué de su elección (analizamos sus “perfiles virtuales” desde la perspectiva de género: desigualdades de género, importancia del físico, la interpretación que le dan a cómo debe ser su relación de pareja perfecta)
4. Analizamos cómo se mueven a la hora de “ligar” en los entornos digitales y qué es lo que les mueve de manera general (físico, personalidad, intereses comunes, gustos...).
5. Analizamos también los tipos de violencia que se pueden dar en este entorno y de manera general en las relaciones, ya sean esporádicas o de pareja como tal (control, insistir continuamente, no entender la negativa, traspasar el espacio personal, la importancia de la imagen para estar con alguien...)

Para finalizar, se hará un debate con ellos/as para ver sus opiniones y sensaciones, entender las desigualdades de género que existen tanto en el mundo presencial como en el virtual, además de generar herramientas que puedan ayudarles a establecer relaciones más sanas.

Es fundamental que la persona formadora genere alternativas a los modelos de relación de amor romántico que puedan surgir durante la dinámica. En especial, pueden salir temas relacionados con los celos, la pérdida de espacios propios en nombre del amor, la falta de comunicación cuando existen los conflictos, no respetar las decisiones de la otra persona... Es importante transmitir que la pareja no es una posesión (análisis de desigualdades de género) y fomentar la empatía en la pareja.

## ➔ 4. MATERIAL DE APOYO

 [Relaciones afectivas sanas. El mito del amor romántico](#)

 [Píldora Relaciones afectivo-sexuales en la adolescencia por Madrid Violencia Cero](#)

## ➔ 5. RECOMENDACIONES

### Para profundizar más...

Puede ser bueno previo a la realización de esta dinámica o posteriormente a ella si se desea partir de cero, trabajar mediante alguna actividad el amor romántico y los mitos que giran en torno a él. Así como, trabajar el auto-concepto y autoestima.

# BIBLIOGRAFÍA

En este apartado, destacamos la bibliografía imprescindible para la correcta aplicación de las dinámicas elaboradas en esta Caja de Herramientas. El resto de materiales de apoyo aparecen referenciados en el apartado 4 de cada dinámica.

- Centro Nacional de Innovación e Investigación Educativa (CNIIE). (2015). *IDEALOVE&NAM. Socialización preventiva de la violencia de género*. Secretaría General Técnica. Centro de Publicaciones. Ministerio de Educación, Cultura y Deporte.
- C. Ruiz Repullo. Sevilla, Instituto Andaluz de la Mujer (2016). *Voces tras los datos. Una mirada cualitativa a la violencia de género en adolescentes*.
- Chiodi, A., Fabbri, L., & Sánchez, A. (2019). *Varones y masculinidad(es). Herramientas pedagógicas para facilitar talleres con adolescentes y jóvenes*. Instituto de Masculinidades y Cambio Social.
- Díaz, J. A. L. (2019). *Violencias de género: Persistencia y nuevas formas* (Mayor no 744) (1.a ed.). Los Libros de La Catarata.
- Facultad de Trabajo Social. Universidad de Castilla-La Mancha, Lascorz, A., Nieva, J., & Bautista, A. M. (2016). *Prevención de la violencia de género en adolescentes, diferencia entre medio rural y urbano*.
- Flecha, A., Puigvert, L., & Redondo, G. (2005). *Socialización preventiva de la violencia de género*. *Feminismo/s*, 107–120.
- Fumero, K., Moreno Llaneza, M., & Ruiz Repullo, C. (2016). *Escuelas libres de violencias machistas* (Edicions Universitat de les Illes Balears ed.). Edicions UIB.
- Herrera, C. (2020). *Cómo disfrutar del amor: Herramientas feministas para transformar el mito del amor romántico*. EDICIONES B.
- Herrera, C. (2019). *Hombres que ya no hacen sufrir por amor. Transformando las masculinidades*. Editorial Catarata.
- Instituto Andaluz de la Mujer. (2020). *Manual práctico para la identificación de las desigualdades de género*.
- Meras Lliebre, A. (2003). *Prevención de la violencia de género en adolescentes. No 62. Aspectos psicosociales de la violencia juvenil*. INJUVE.
- Ruiz, C. (2014). *La construcción social de las relaciones amorosas y sexuales la adolescencia. Graduando violencias cotidianas*. Jaén, España: Diputación Provincial de Jaén.
- Sabater, R. I. (2015). *Guía de intervención en casos de violencia de género: Una mirada para ver (Psicología)* (1.a ed.). Editorial Síntesis, S. A.
- Peña Ruíz, M. a. G., Tercero Cotillas, M. a. R., & Labián Fernández-Pacheco, B. (2019). *Prevención de la violencia de género*. Editorial Síntesis.





# WEBGRAFÍA

- Aprendizaje dialógico – Comunidades de Aprendizaje. (2017). <https://comunidadesdeaprendizaje.net/presentacion/aprendizaje-dialogico/>
- Aprendizaje-servicio | Roser Batlle - Blog de aprendizaje-servicio de Roser Batlle. (2012). [https://roserbatlle.net/aprendizaje-servicio/.](https://roserbatlle.net/aprendizaje-servicio/)
- *Caja de Herramientas, capítulo 26: Los privilegios masculinos.* (2019, 28 febrero). [Vídeo]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=Hs4FbLcsQVs>
- Cero, M. V. (2020, 3 julio). *Relaciones afectivo-sexuales en la adolescencia.* Madrid Violencia Cero. <https://www.violenciacer.es/relaciones-afectivo-sexuales-en-la-adolescencia/>
- *Desposeídas: Otra dimensión de la desigualdad de género.* (2014, 15 marzo). ELDiario.es. [https://www.eldiario.es/agenda-publica/impacto-social/desposeidas-dimension-desigualdad-genero\\_1\\_4982139.html](https://www.eldiario.es/agenda-publica/impacto-social/desposeidas-dimension-desigualdad-genero_1_4982139.html)
- Estébanez, I., & Perfil, V. T. M. (2019). *Mi novio me controla...lo normal.* <http://minovio-mecontrola.blogspot.com/>
- Informes Anuales del Observatorio Estatal de Violencia sobre la Mujer - Delegación del Gobierno contra la Violencia de Género. (2020). <https://violenciagenero.igualdad.gob.es/violenciaEnCifras/observatorio/informesAnuales/home.htm>
- *Instituto de la Mujer y para la Igualdad de Oportunidades.* (2021). <https://www.inmujeres.gob.es/>
- *Las mujeres jóvenes, entre la desigualdad y el empoderamiento* (2020, 25 febrero). Barcelona Metropolis. <https://www.barcelona.cat/metropolis/es/contenidos/las-mujeres-jovenes-entre-la-desigualdad-y-el-empoderamiento>
- *Pepa y Pepe. La escalera cíclica de la violencia de género en la adolescencia.* (2016, noviembre 26). [Vídeo]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=lpaabDdQNO8>
- *RELACIONES AFECTIVAS SANAS. EL MITO DEL AMOR ROMÁNTICO.* (2021, 20 abril). [Vídeo]. YouTube. [https://www.youtube.com/watch?v=Cuq\\_XkjUQeo](https://www.youtube.com/watch?v=Cuq_XkjUQeo)
- Unir, V. (2020, 21 octubre). *¿Qué es el método KiVa? Consejos para aplicarlo en el aula frente al acoso escolar.* UNIR. <https://www.unir.net/educacion/revista/metodo-kiva/>
- *XII Congrés d'Educació - Carmen Ruiz Repullo.* (2019, 5 octubre). [Vídeo]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=RY86ibOUvxY&t=1244s>



Subvencionado por:



POR SOLIDARIDAD  
**OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL**

Realizado por:



**Mujeres Opañel**