

CATA DE HERRAMIENTAS



UN MANUAL PARA SER FACILITADORES
JUVENILES POWER
Y PROMOVER LA IGUALDAD DE GÉNERO



Encuentra la versión digital del manual y el Anexo Digital AQUÍ



EQUIPO CREADOR Y EDITOR:

Comisión de Jóvenes Power

Yulexy Lema Estupiñán
Andy Agustín Alencastri Muñoz
Mile Salazar Aguilar
Abraham M. V.

Equimundo

Patrick Welsh
Douglas Mendoza
Ana Marcos Dyball
Melissa Wong Oviedo

CEPAM Guayaquil

Adela Vargas Murillo
Laura Sánchez Mantilla

Diseño gráfico y Diagramación

revuelstudio.com

Fotografía

Zam Simbaña

Este documento se cocreó en marco del proyecto “Futuros Feministas libres de Violencia”, financiado por Global Affairs Canada y puede reproducirse, parcial o totalmente, únicamente con fines educativos, no comerciales, siempre y cuando se mencione la fuente y se notifique a CEPAM-Guayaquil.

Fuente sugerida: Facilitadores Power, CEPAM-G y Equimundo, Caja de herramientas: Un manual para ser Facilitadores Juveniles Power y Promover la Igualdad de Género”

Agosto 2024
Guayaquil - Ecuador

íNDICE

Intro

6

CAPÍTULO 1

Conceptos Power

14

Temas necesarios que tienes que saber sí o sí para tu proyecto de cambioooo	14
1.1 El sistema patriarcal y el machismo	16
El patriarcado	17
El Heteropatriarcado 😞	18
El Machismo	18
Los costos/efectos del patriarcado y el machismo en la sociedad 😞	19
El feminismo y la lucha contra el patriarcado	19
La Interseccionalidad	20
1.2 La construcción social de las identidades de género	21
1.2.1 Sexo y género	21
¿Cómo se cría, educa y socializa el género a las personas?	22
Las identidades de género: CIS, TRANS, intersexuales, no binaries, queer, fluido y no conforme	22
¿Sólo los roles de género y la familia configuran la identidad de una persona?	22
Y ahora, la pregunta del millón👁️	23
¿Podemos lograr igualdad y equidad de género?🙏	23

1.3	Las cajas de la humanidad: masculinidad, feminidad y otras	24
1.4	Violencia basada en género (VbG)	25
1.5	Violencia entre adolescentes y jóvenes	26
	Violencia en el noviazgo	26
	Violencia de género en el ambiente escolar	26
1.6	Vidas y relaciones saludables	28
	¿Cómo tener vínculos afectivos sanos?	32
	Y con respecto a lxs adultxs, ¿cómo me puedo relacionar?	32
	La comunicación interpersonal	34

CAPÍTULO 2

Metodología y Facilitación

36

2.1	La Educación Popular	38
2.2	La Metodología Vivencial	41
	El Enfoque Transformador De Género	42
	El Enfoque Lúdico De Aprendizaje	45
	¿Qué significa 'Facilitación'?	47
	Consejos para una Facilitación Power	48
	Abordando temas delicados o tabú y lidiando con situaciones difíciles	50
2.8	Cómo tratar los sentimientos y las emociones	52

¿Qué son los métodos participativos y técnicas educativas?

54

3.1 Métodos Educativos	57
3.1.1 El Taller de capacitación	58
3.1.2 El Foro	58
3.1.3 El Cine Foro	59
3.1.4 Debates	59
3.1.5 Charlas	59
3.2 Técnicas Educativas	60

Actividades que puedes utilizar para ser unx facilitadorx power

62

Cinco actividades transformadoras	64
4.1 Modelos culturales de hombres y mujeres	65
Actividad sobre Género y Socialización de las identidades y roles de género	65
4.2 Esculpiendo el PODER	72
Actividad sobre Género y Poder	72
4.3 ¿Cómo aprendemos la violencia? (Juegos infantiles)	77
Actividad sobre género y violencia	77
4.4 “Hablemos de sexo”	82
Actividad sobre Género, Sexualidades y Salud, Derechos Sexuales y Reproductivos (SDSR)	82
4.5 Relaciones saludables y no saludables	85
Actividad sobre vidas y relaciones saludables	85

INTRODUCCIÓN

Hello everyone,

Hola, mundooo.

¡Buenos días, estrellitas!

La tierra les dice “¡Hola!”

Holiii ¿Cómo has estado? Ya, ya. Jajajaja mucho saludo. Ahora vamos al grano, al punto...

¡Bienvenidx a este nuevo mundo de contenidos!

¿No te pasa que alguna vez has ido a talleres o actividades y te sientes fuuul conectadx con todo lo que dicen? O al revés, el tema de los talleres te parece súúúper interesante, pero fue aburrido el modo en que lo realizaron. **Pueees, ¡aquí te traemos la solución!** 😊 **Te presentamos:**



LA CAJA DE HERRAMIENTAS

Un documento increíble con el que vas a aprender un montón. Pero *¿qué mismo es la caja de herramientas?* Se trata de un docu que te va a enseñar a facilitar y brindar información sobre temas de formas chéveres y sin morir en el intento ;)

La caja de herramientas está dirigida a jóvenes como tú que cuentan con una base de información y formación sobre la educación integral en sexualidad o sobre la prevención de violencia basada en género. Te va a servir para guiar en debates, reflexiones, análisis, y retroalimentar para que cada participante pueda concluir sus ideas individuales y colectivas sobre estos temas. Y, obviamente, se llama caja de herramientas porque vas a contar con recursos que podrás escoger para lograr tu **acción de cambio.**

¿QUIÉNES SOMOS LXS QUE HICIMOS LA CAJA DE HERRAMIENTAS?

Esta grupa está conformada por personas de 3 espacios: Jóvenes Power^[1], CEPAM Guayaquil^[2] y Equimundo^[3]. Nos unimos para poderte dar una herramienta que te abrirá a un mundo de posibilidades para que, todo eso de lo que quieres hablar y con lo que quieres llegar en la promoción de la igualdad de género, lo logres.

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE ESTE DOCUMENTO?

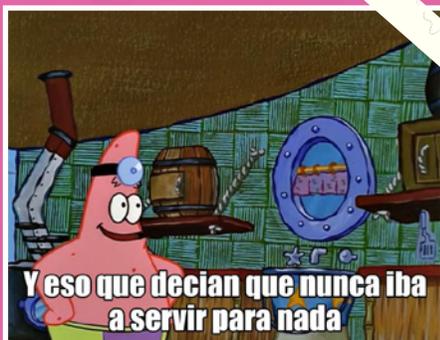
Te puedo asegurar que este docu te va a transmitir mucha confianza y cercanía cuando lo leas :) Tampoco vamos a negar que a veces hay mucho texto, pero la información está sintetizada de la manera más precisa. Es verdad, existen otras cajas de herramientas, pero ninguuuna es como la nuestra ya que ésta tiene alma, vida y corazón de quienes la escribimos y reescribimos. Posee un estilo juvenil como modismos, jergas, emojis e incluso memes ;) En fin, es nuestra propia esencia y hemos agregado referencias de la cultura chaviza para que te sientas cómodx.

Este docu además tiene un concepto más amplio de lo que vamos a dar. Te ofrece un contenido teórico sobre los conceptos clave que forman parte de esta sociedad, como el feminismo, el patriarcado, la violencia basada en género, roles de género, y estereotipos.

También se encuentran los enfoques que se van a utilizar para facilitar actividades de tal manera que sea una educación alternativa a la que recibimos en el colegio. Por último, también te explica la metodología que puedes utilizar en tus acciones de cambio. Es decir, te enseña el camino y los medios sobre cómo poder dar un taller de jóvenes a jóvenes, lo que conocemos como procesos de pares.

¿CÓMO LOGRAMOS REALIZAR ESTA

CAJA DE HERRAMIENTAS?



Bromis jaja. Para poder llegar a esto, Equimundo realizó dos talleres con jóvenes facilitadores, identificando sus necesidades y sus propuestas de cambio. Luego, la equipa de Equimundo redactó una propuesta de documento y, sobre ese docu, nosotrxs -la comisión de Jóvenes Power- empezamos con la revisión, edición y adecuación para asegurar que el contenido sea algo útil para otrxs jóvenes facilitadores.



ENTRE FEBRERO Y AGOSTO 2024, EN ESTRECHA COLABORACIÓN, NOSOTRXS JÓVENES POWER, CEPAM GYE Y EQUIMUNDO LOGRAMOS COCREAR ESTA CAJA DE HERRAMIENTAS.

CHISME

UN DÍA DEBATIMOS ACERCA DE
LAS POSTURAS TEÓRICAS DE
CADA TEMA.



Tranqui, nadie salió heridx. De hecho, sirvió para acordar colectivamente las posturas teóricas a incluir.

Para terminar el docu, con la compañía de Equimundo logramos realizar un encuentro para compartir, vivir y socializar las técnicas y actividades que se encuentran en esta caja de herramientas, de tal manera que todxs lxs participantes de la red Jóvenes Power y de CEPAM Gye validen el contenido y conozcan cómo se realiza cada actividad.

Finalmente, reescribimos el documento, le agregamos el estilo juvenil latino, ¡y listo, mi gente latinaaa!

TIME

¿CÓMO ESTÁ ORGANIZADA LA

CAJA DE **HERRAMIENTAS?**

EL DOCU ESTÁ ORGANIZADO DE LA SIGUIENTE MANERA:

EL CAP. 1...

trata de los conceptos power, es decir, el contenido que te puede servir para sentirte segurx al facilitar un encuentro o taller juvenil. Algunos temas son el sistema patriarcal, el machismo, el feminismo, la construcción social de las identidades de género, violencia basada en género, las cajas de la humanidad como las de masculinidad, feminidad y otras, la violencia que suele ocurrir entre adolescentes y jóvenes y tips para construir relaciones saludables.

EN CUANTO AL CAP. 2,

te compartimos los enfoques y metodologías que puedes utilizar para una facilitación juvenil, con la finalidad de ofrecer una educación alternativa a la que nos dan en el colegio 👁️, de tal manera que lxs participantes sean parte activa de las actividades que les propongamos realizar.

Los enfoques y metodologías que constituyen esta caja de herramientas son el enfoque de la educación popular, el enfoque vivencial, el enfoque transformador de género y el enfoque lúdico de aprendizaje (no te preocupes, ya te explicaremos qué significa cada enfoque).

PARA EL CAP. 3...

vas a conocer los métodos y técnicas de facilitación, o en otras palabras, de cómo realizar una actividad de joven a joven sin morir en el intento :D. Los métodos te enseñan el camino sobre cómo poder dar un taller de jóvenes a jóvenes, lo que conocemos como procesos de pares. Entonces, si el método es el camino, las técnicas participativas son los medios de transporte. Son las herramientas que se usan para implementar la metodología y se integran en el método elegido de manera coherente.

POR ÚLTIMO, EN EL CAP. 4...

te compartimos tooodas las actividades que puedes realizar de acuerdo a los conceptos power y a los métodos y técnicas que compartimos en los caps anteriores. Están súper organizados así que puedes seleccionar el que desees para su respectiva aplicación ;)

EN CADA CAPÍTULO VERÁS QUE HAY NOTAS A PIE DE PÁGINA HACIENDO REFERENCIA A UN ANEXO DIGITAL. ÉSTE LO PODRÁS ENCONTRAR EN LAS PÁGINAS WEBS DE CEPAM-G Y EQUIMUNDO (JUNTO CON ESTE MANUAL) Y ES UN SUPER DOCUMENTO CON MUCHÍSIMOS RECURSOS ADICIONALES.

**ENCUENTRA LA VERSIÓN DIGITAL
DEL MANUAL Y EL ANEXO DIGITAL**



**BUENOOOO,
ESPERAMOS QUE TODO
LO QUE ENCUENTRES
AQUÍ TE SEA DE
MUCHA AYUDA**

y lo puedas utilizar de la mejor manera posible en tus actividades - en comunidades, comunas, colegios, barrios, círculos sociales, organizaciones juveniles, amixs - y en tu propia vida.

Recuerda, pensamos en ti al co-crear este documento :) Con esta presentación, te invitamos a ser parte del cambio que todxs queremos ver para lograr la igualdad.

¡BUENA SUERTE, AMIX!



CONOCE MÁS SOBRE LAS ORGANIZACIONES CREADORAS DE ESTA CAJA DE HERRAMIENTAS:



[1] **Jóvenes power** es una red juvenil conformada por grupos de adolescentes y jóvenes de Guayaquil (Ecuador) que buscan realizar acciones de cambio acerca de la EIS para lograr una vida libre de violencia. Entre los grupos están Pasos & Huellas, Fundación Nia Kali y Movimiento Mi Cometa.



[2] **CEPAM Guayaquil** es una organización feminista que trabaja en visibilizar las consecuencias de la violencia basada en género y sexual (VBGS). A través de servicios especializados que incluyen atención psicológica, social y legal, brindamos apoyo integral para que las víctimas puedan ejercer el derecho a una vida libre de violencia. La creación del documento se realizó en marco del proyecto Futuros Feministas libres de Violencia coordinado por Fos Feminista.



[3] **Equimundo: Centro de Masculinidades y Justicia Social** es una organización dedicada a lograr la igualdad de género y la justicia social transformando patrones intergeneracionales de daño y promoviendo el cuidado, la no violencia y la corresponsabilidad entre niños y hombres a lo largo de sus vidas.

01

CONCEPTOS POWER⁽¹⁾

Temas necesarios que tienes que saber
sí o sí para tu proyecto de cambioooo



(1) Los siguientes documentos han sido utilizados para el desarrollo de este capítulo: **Glosario de términos - Adolescencias y Cuerpos - Transformando realidades** - Medicus Mundi Sur, España

¡Bienvenidxxx!

Llegó la hora de saber qué contenidos debes dominar, saber y comprender para que los puedas compartir en tus actividades con tus pares que pueden ser tus amigxs, compañerxs, tu gente. Tu gente latiiina. ;)



● **Algunos temas son:**

- 1.1 El sistema patriarcal y el machismo: patriarcado, feminismo.
- 1.2 Construcción social de las identidades de género, qué implica la relación y diferencia entre sexo y género.
- 1.3 Violencia basada en género.
- 1.4 Las cajas de la humanidad: feminidad, masculinidad y otras.
- 1.5 Violencia entre adolescentes y jóvenes
- 1.6 Vidas y relaciones saludables.

Este capítulo que te muestro a continuación va a abarcar temas muy importantes que necesitas saber 🧐



1.1

EL SISTEMA PATRIARCAL Y EL MACHISMO

La peli de Barbie nos ha enseñado que el patriarcado y el machismo no solamente afectan a las mujeres sino también a los propios hombres y diversidades. Esta peli también nos mostró una de las miradas de los feminismos, como cuando todas las barbies se organizaron para recuperar su identidad y recordaron sus capacidades para ser lo que quieran ser 🧑.

Ojo, hay más de un feminismo. Por eso le llamamos 'feminismos'

En esta sección te vamos a explicar cómo funciona este sistema patriarcal, qué mismo es el machismo y cómo los feminismos pueden ser una vía para la búsqueda de equidad entre las múltiples diversidades sexo genéricas.



EL PATRIARCADO

El patriarcado es un sistema de organización social en el que los puestos clave de poder (político, económico, social, religioso y militar) se encuentran, exclusiva o mayoritariamente, en manos de los hombres.

ONU Mujeres define el patriarcado de la siguiente manera:



*“Una forma tradicional de **organización social** que suele ser la base de la desigualdad de género donde [...] se le confiere **más importancia a los hombres** y todo lo que implica serlo, que a las mujeres. Tradicionalmente, las sociedades han sido organizadas de tal manera que la propiedad, residencia, descendencia, así como la adopción de decisiones en las áreas de la vida, han sido dominio de los hombres. Los fundamentos para este fenómeno suelen invocar razones biológicas (las mujeres por naturaleza son más aptas para ser cuidadoras por ejemplo) y continúan sustentando muchos tipos de **discriminación de género**”.*

Te cuento además que el patriarcado ha sido tan lámpara², que además de desarrollar relaciones de poder, impuso la obligación de ser heterosexuales. 🙄🙄
Patriarcado, Con nosotrxs, no te metes, mi ciela 😞🔪.

A ESTO SE LE DENOMINA HETEROPATRIARCADO.

⁽²⁾Expresión polisémica y guayaca que, en este caso, se atribuye a una noción de sorpresa o asombro. En este caso, se trata de ser sorprendentemente malo, tramposo, interesado, que genera desconfianza.

EL HETEROPATRIARCAO 🙄

Se refiere a un sistema sociopolítico en el que el género masculino y la heterosexualidad tienen supremacía sobre otros géneros y sobre otras orientaciones sexuales. Enfatiza que la discriminación ejercida tanto sobre las mujeres como sobre las personas LGBTQI+ tiene el mismo principio social machista.

El carácter heterocentrista y heteronormativo del patriarcado parte de la suposición de que es “normal” ser heterosexual y que “lo raro”, o lo que se sale de la norma, es ser gay, lesbiana, bisexual, transgénero o queer. El patriarcado tiene un carácter profundamente homo/lesbo/bi/transfóbico. Qué vergüenza...

Es super heavy ver cómo estas cuestiones sociales, que aún forman parte de nuestro contexto, funcionan de tal manera que cuando las miramos con una perspectiva más informada y crítica, resuenan full.

EL MACHISMO³

El machismo es un conjunto de actitudes, normas, y comportamientos culturales que refuerzan y preservan el patriarcado. Es decir, es una práctica dentro del patriarcado que refleja la creencia de la superioridad de los varones sobre las mujeres y de las prácticas comúnmente consideradas “masculinas” sobre cualquier otra. El machismo exalta, como valores masculinos, la hombría, la virilidad y el poder de los hombres, asignando a éstos el uso de la violencia y la fuerza.

El término ‘machista’ se usa principalmente en América Latina para referirse a las actitudes y conductas sexistas y homofóbicas de los hombres que causan ofensa y daño a las mujeres, las personas LGBTQI+ y hombres ‘no machistas’, violentando su integridad, sus oportunidades y sus derechos.

⁽³⁾ Fuente: <https://www.plannedparenthood.org/es/temas-de-salud/identidad-de-genero/sexo-e-identidad-de-genero/que-son-los-estereotipos-de-rol-de-genero>

LOS COSTOS/EFFECTOS DEL PATRIARCADO Y EL MACHISMO EN LA SOCIEDAD 😬 (4)(5)

- ★ Genera que los chicos se sientan superiores a las chicas.
- ★ Normaliza y aumenta el uso de violencia entre varones y de varones contra mujeres y personas de otros géneros.
- ★ El patriarcado desarrolla estereotipos de género e influye en la forma en que las instituciones y Estados dan oportunidades a las personas (en algunos países, se criminaliza ser gay).
- ★ Los costos del patriarcado no sólo afectan a las relaciones entre personas, sino que también afectan al medio ambiente, ya que promueve la superioridad del hombre sobre los recursos naturales, y estigmatiza las acciones de cuidado.
- ★ El sistema patriarcal promueve la discriminación de género, abusando del poder masculino sobre lo femenino y lo diverso, y requiere el uso de violencia para mantener su poder sobre otros.

EL FEMINISMO

Y LA LUCHA CONTRA EL PATRIARCADO⁶



FEMINISMO⁷ SE REFIERE A LOS **MOVIMIENTOS SOCIALES Y POLÍTICOS** QUE SE INICIAN FORMALMENTE A FINALES DEL SIGLO XVIII Y QUE SUPONEN LA TOMA DE **CONCIENCIA GRUPAL⁸ DE LAS MUJERES SOBRE SUS DERECHOS.**

A lo largo de la historia, los movimientos feministas en todo el mundo han luchado contra la opresión, dominación, y explotación que han experimentado las mujeres por parte del patriarcado y han demandado a que los Estados garanticen sus derechos como ciudadanas a la par de los hombres. **El feminismo no busca menos derechos para los hombres, pero sí busca igualdad de derechos para todas las personas y por ello, también beneficia a los hombres.**

(4) Retomado de un curso virtual desarrollado por Equimundo y Vital Voices.

(5) Si quieres saber más en profundidad sobre los costos/efectos del patriarcado y el machismo en la sociedad, consulta el anexo digital de esta [caja de herramientas](#): p.7

LA INTERSECCIONALIDAD

TEORÍA SOCIOLÓGICA QUE EXAMINA CÓMO, LA INTERACCIÓN DE DIFERENTES CATEGORÍAS DE DISCRIMINACIÓN Y PRIVILEGIO CREADAS SOCIAL Y CULTURALMENTE, CONTRIBUYEN A UNA **DESIGUALDAD SISTEMÁTICA.**

Según la interseccionalidad, los modelos tradicionales de opresión basados en la etnia, el género, la orientación sexual, la religión, la nacionalidad, la edad, la clase social y los tipos de capacidades físicas o intelectuales, están relacionados entre sí y crean un sistema jerárquico de opresión que aumenta el nivel de discriminación que las personas enfrentan por la intersección de las diversas características que sostienen.

Hasta aquí hemos llegado en esta sección. Como te contábamos, el patriarcado y el machismo han desarrollado estereotipos y roles de género de acuerdo con el sexo que te asignaron al nacer y afirman que los roles de género son innatos a las personas según su sexo 🧑. Por favor, sigue leyendo para que cuentes con argumentos para sustentar que el género es una construcción social que nos moldea a lo largo de la vida.

⁽⁶⁾ Si quieres saber más sobre la trayectoria histórica del feminismo, consulta el anexo digital de [esta caja de herramientas](#): p.9

⁽⁷⁾ Fuente: [¿Qué entendemos por feminismo? Aclaremos el concepto](#)

⁽⁸⁾ Esta toma de conciencia grupal conecta con el “poder con”, un tipo de poder basado en la fuerza colectiva y en los números en defensa de un objetivo común. Entender a las mujeres como pertenecientes a un grupo cuya característica en común sea el de ser mujeres fue significativo para las luchas y reivindicaciones defendidas.

1.2

LA CONSTRUCCIÓN SOCIAL DE LAS IDENTIDADES DE GÉNERO

TODXS HEMOS HABLADO EN ALGÚN MOMENTO SOBRE SEXO Y GÉNERO, Y A VECES NOS CONFUNDIMOS O CREEMOS QUE SON IGUALES (LOS PROPIOS GOBIERNOS LOCALES, NACIONALES, LAS Y LOS PROFESORES, DOCTORES, LAS INSTITUCIONES ESTATALES, LA INDUSTRIA DEL ARTE Y LA PROPIA HISTORIA LO HACEN 😞).

Pero en realidad, tienen una gran diferencia y aquí te lo vamos a explicar.

1.2.1 SEXO Y GÉNERO⁹

El sexo es una categoría que hace referencia a los genitales, gónadas, cromosomas, hormonas, órganos del sistema sexual y reproductivo y otros caracteres **biológicos** tanto internos como externos con los que nacen las personas. El género se trata de una construcción social y personal sobre cómo quisiéramos presentarnos físicamente y como personalidad ante la sociedad.

⁹ Si quieres saber más sobre el sexo, el género y los roles y estereotipos de género, consulta el anexo digital de [esta caja de herramientas](#): p.10

¿CÓMO SE CRIA, EDUCA Y SOCIALIZA EL GÉNERO A LAS PERSONAS?¹⁰

El proceso de socialización diferenciada que impone el sistema binario de género nos moldea para que nuestras identidades individuales reflejen las normas de los modelos tradicionales. Los hombres deben desarrollar una “identidad masculina”, y las mujeres, una “identidad femenina”.

Las identidades de género: CIS, TRANS, intersexuales, no binaries, queer, fluido y no conforme

La identidad de género es la manera en que una persona se percibe a sí misma. Según el sistema binario, la identidad de género de una persona hace referencia a si se identifica o no con el sexo que le asignaron al nacer. Trata sobre la apariencia y sentimientos relacionados con el concepto que las personas tienen de sí mismas como seres psicosociales y sexuales, y la experiencia individual e interna de vivir el género.

¿SÓLO LOS ROLES DE GÉNERO Y LA FAMILIA CONFIGURAN LA IDENTIDAD DE UNA PERSONA?

Por supuesto que NO. El género no es lo único que construye las identidades de las personas. También influyen otras categorías, como la clase social, la etnia, la raza y la religión. Además, las definiciones internas de las personas y las expectativas externas pueden ser muy variadas.

Otras instituciones sociales, como las iglesias, el sistema educativo, los medios de comunicación, la industria del cine, de la música y las entidades estatales también influyen fuuull en la socialización de las identidades binarias de género. Refuerzan constantemente las creencias, actitudes, valores, y comportamientos que indica el sistema binario.

¹⁰⁾ Si quieres saber más sobre la socialización de género, consulta el anexo digital de [esta caja de herramientas](#): p.11

¹¹⁾ Si quieres saber más sobre las identidades de género, consulta el anexo digital de [esta caja de herramientas](#): p.13

Y AHORA, LA PREGUNTA DEL MILLÓN: ¿HEMOS LOGRADO LA IGUALDAD DE GÉNERO? 🙏 13

Pueees... :(No vamos a negar que es una pregunta difícil de contestar. Sin embargo, debemos reconocer que varios activismos, organizaciones y militancias de mujeres, de la comunidad LGBTQI+, de hombres y mujeres trans han desarrollado luchas que han logrado incidir y producir cambios no solo en las leyes sino en la sociedad para lograr mayor

aceptación, inclusión y derechos. Pero, tampoco vamos a negar que todavía hacen falta muchísimos cambios porque mujeres y personas LGBTQI+ siguen enfrentando barreras y discriminación al tratar de acceder a empleos, servicios, oportunidades de educación y más. La desigualdad permanece, y continúa siendo muy violenta.

POR TODO ESTO, TE NECESITAMOS A TI Y A TODAS LAS PERSONAS QUE CONOZCAS PARA QUE CADA DÍA SE PROMUEVA LA IGUALDAD, EL RESPETO, Y QUE EL AMOR NO ES NI BLANCO NI HETEROSEXUAL.

EL AMOR ES LIBERTAD.

⁽¹³⁾ Si quieres saber más sobre la igualdad de género y la equidad de género, consulta el anexo digital de **esta caja de herramientas** p.16

1.3

LAS CAJAS DE LA HUMANIDAD, MASCULINIDAD, FEMINIDAD Y OTRAS⁽¹⁴⁾

Las cajas de la masculinidad y la feminidad generadas por el patriarcado perpetúan nociones rígidas de cómo ser hombres (ser fuerte, ser el protector etc.) y mujeres (ser bonitas, delicadas, etc.), limitando así el empoderamiento de las mujeres y generan desigualdad de género. Estas cajas sostienen las estructuras patriarcales de desigualdad de poder entre hombres y mujeres. De hecho, no solo perjudican a las mujeres, sino también a los hombres y a las personas no binarias¹⁵.

Peeero, plantear la **caja de la humanidad** implica rescatar los aspectos positivos que se atribuyen a ambos géneros para que toda persona, independientemente de su identidad de género o sexo, pueda decidir incorporarlos en su manera de ser. Esto significa, a la vez, RECHAZAR los aspectos de ambas cajas que afectan negativamente a nosotros

y a los demás. Por ejemplo, reprimir emociones para cualquier persona hace full dañoooo:(y es algo atribuido a los hombres. Dichas decisiones deben: basarse en las elecciones individuales como personas y seres humanos; tener como fin promover el bienestar; y no ser impuestos en base al género.¹⁶

EN EL SIGUIENTE APARTADO, VAS A LEER EN PROFUNDIDAD UN POCO MÁS SOBRE CÓMO LA DESIGUALDAD DE GÉNERO SE MANIFIESTA DE DISTINTAS MANERAS EN LA VIOLENCIA BASADA EN GÉNERO. MUCHA SUERTE :)

⁽¹⁴⁾Fuentes: [Masculinidad vs Feminidad: Similitudes y Diferencias](#)

⁽¹⁵⁾ Fuente: [MenCare-50-50-South-Africa-Manual](#)

VIOLENCIA BASADA EN GÉNERO (VBG)

La violencia basada en género (VBG) se refiere a cualquier amenaza o acto dañino dirigido a una persona o grupo basado en su sexo, en su identidad o expresión de género, en las características sexuales u orientación sexual¹⁷. Ésta se manifiesta de distintas maneras, como la violencia física, sexual, económica y psicológica, entre otras.



⁽¹⁶⁾ Si quieres saber más sobre las cajas de la humanidad, de la masculinidad, de la feminidad y otros, consulta el anexo digital de [esta caja de herramientas](#): p.25

⁽¹⁷⁾ Para más información sobre la violencia de género, consulta el anexo digital de [esta caja de herramientas](#): p.16

1.5

VIOLENCIA ENTRE ADOLESCENTES Y JÓVENES

VIOLENCIA EN EL NOVIAZGO¹⁸

La adolescencia y la juventud suelen ser épocas de la vida donde las personas empiezan a experimentar afectos, atracciones sexuales y a enamorarse. Sin embargo, en las relaciones de noviazgo también es común que influyan las expectativas, roles y estereotipos de género que puede conllevar a dinámicas de violencia¹⁹ 😞

VIOLENCIA DE GÉNERO EN EL AMBIENTE ESCOLAR²⁰

La violencia de género en el ámbito escolar puede definirse como actos o amenazas de violencia sexual, física o psicológica que ocurren dentro y alrededor de las escuelas, en el camino hacia o desde la escuela y a través del ciberespacio. Ejemplos clave de actos de violencia de género en el ámbito escolar que experimentan con frecuencia las mujeres, las personas LGBTQI+ y los estudiantes no binarios, y que a menudo se consideran comportamientos “normales”, son:

- ★ Bullying/acoso escolar
- ★ Acoso
- ★ Bullying escolar homofóbico
- ★ Acoso sexual

Por otro lado, la violencia de género que se manifiesta a través del ciberespacio puede implicar una o más de las siguientes acciones:

- ★ Ciberacoso/Ciberbullying
- ★ Ciberviolencias de género
- ★ Ciber control
- ★ Ciberviolencia simbólica
- ★ Cibermisoginia
- ★ Sextorsión²¹

SER VIOLENTO O AGUANTAR LA VIOLENCIA QUE EJERCE OTRO HOMBRE, NO TE HACE MÁS HOMBRE, SOLO TE HACE UN CÓMPLICE MÁS DEL RÉGIMEN PATRIARCAL :(

En el ámbito escolar, las niñas, mujeres adolescentes y jóvenes de la comunidad LGBTQI+ y de la diversidad sexo genérica son más propensas a sufrir acoso psicológico, ciberacoso, acoso y violencia sexual. Los niños y varones adolescentes y jóvenes enfrentan mayores tasas de castigo corporal con la expectativa de que lo deben aguantar como *‘hombres de verdad’*.

Experimentar y/o presenciar violencia de género en el ámbito escolar incide de manera muy negativa en el bienestar y en la salud física y emocional, y suele generar menor rendimiento académico. Asimismo, puede perjudicar su desarrollo cognitivo y emocional y ser uno de los factores que ‘normaliza’ la violencia de género a futuro.

PARA LA PREVENCIÓN Y DISMINUCIÓN DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO EN EL ÁMBITO ESCOLAR, SE PRECISA ADOPTAR ENFOQUES HOLÍSTICOS QUE CONSIDEREN A TODA LA ESCUELA, CUYAS ESTRATEGIAS CLAVE INCLUYEN:

- ★ Liderazgo escolar efectivo y participación de la comunidad para crear entornos de aprendizaje seguros y sensibles al género.
- ★ Establecimiento y aplicación de un código de conducta y de convivencia.
- ★ Desarrollo de capacidades de docentes y personal educativo para construir entornos respetuosos para adolescentes y jóvenes.
- ★ Mejorar los procedimientos de denuncia, seguimiento y de rendición de cuentas.
- ★ Dar respuesta inmediata y efectiva a incidencias de violencia de género en el ámbito escolar.
- ★ Fortalecimiento de la vigilancia en los entornos físicos de aprendizaje como baños, aulas, vías de acceso a la escuela, etc.
- ★ Involucramiento de madres, padres y representantes de estudiantes en la promoción y construcción de entornos saludables.
- ★ Empoderar al estudiantado sobre los derechos de la niñez, la participación, y la igualdad de género – **¡para esto puedes usar las actividades de este manual!**

1.6

VIDAS Y RELACIONES SALUDABLES

¡HOLE, AMIX! ¿NOTE PASA QUE CUANDO ERAS, O ERES, ADOLESCENTE VEÍAS PELÍCULAS QUE TE PARECÍAN SÚPER ROMÁNTICAS, PERO AHORA QUE CRECISTE SIMPLEMENTE VES TODAS ESAS RED FLAGS ▶?

Bueno, pues a nosotrxs nos pasó, y no solo a nosotrxs, sino también a muchxs chicxs. Pero bueno, venimos a hablar de un tema súper chévere: las vidas y relaciones respetuosas.

Pero, ¿qué son? 😞 Bueno, las relaciones respetuosas son aquellas en las que ambas personitas se sienten apoyadas, valoradas y validadas.



⁽¹⁸⁾Fuente principal: “Quiero Volar – Relaciones de noviazgo sin violencia”. 2009. Puntos de Encuentro, managua Nicaragua

⁽¹⁹⁾ Si quieres saber más sobre la violencia en el noviazgo, consulta el anexo digital de [esta caja de herramientas](#): p.30

Esto no solamente se aplica en relaciones románticas sino también con nuestros amigos y con la familia, obvio 😊👉 y a su vez nos ayuda a tener una vida saludable con el resto de las personas.

A veces, la sociedad, los estereotipos y las normas dañinas nos hacen creer que esas cosas no son importantes para poder vivir de una manera sana y estable. Por eso aquí te traemos algunos tips que te van a ayudar a establecer relaciones más lindas, respetuosas y libres de discriminación y violencia. ✨

INTELIGENCIA EMOCIONAL 🧠

Se trata de conocernos y manejarnos mejor. El autocontrol emocional o autorregulación, la automotivación, el reconocimiento de emociones en los demás o empatía y las relaciones interpersonales o habilidades sociales, son cositas claves que nos guiarán full en nuestro crecimiento. ❤️🩹

INTELIGENCIA INTERPERSONAL 🔍

Es la capacidad de entendernos a nosotros mismos. Esto significa ser capaces de:

- ★ Conectar con nuestros sentimientos y emociones.
- ★ Reflexionar sobre por qué somos como somos.
- ★ Profundizar en nuestra introspección y autocomprensión.

INTELIGENCIA INTRAPERSONAL 🌐

Es la capacidad de entender a las personas más allá de lo que vemos o escuchamos y esto implica:

- ★ Captar y entender los gestos y palabras de los demás.
- ★ Conocer sus objetivos y metas.
- ★ Empatizar y conectar emocionalmente con las personas.

⁽²⁰⁾ Fuentes: Guía [Orientaciones internacionales: violencia de género en el ámbito escolar](#) de UNESCO Paris 2016; and *A Whole School Approach to Prevent School-Related Gender-Based Violence (SRGBV): Minimum Standards and Monitoring Framework*. United Nations Girls' Education Initiative. 2019

⁽²¹⁾ Para saber más sobre los actos de violencia de género en el ámbito escolar y en el ciberespacio, consulta el anexo digital de [esta caja de herramientas](#): p.32

AUTOESTIMA ✨²²

Es la percepción que tenemos de nosotrxs mismxs, influido por nuestras vivencias y relaciones interpersonales.

Un estudio realizado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) en 2018 indicó que 1 de cada 4 personas entre 7 y 17 años tiene baja autoestima y reconocen sufrir síntomas de estrés postraumático, ansiedad y depresión. La baja autoestima de adolescentes puede conducir a problemas emocionales y mentales como la depresión y el suicidio. Según la OMS, en 2023 el suicidio fue la tercera causa de muerte entre los jóvenes de 20 a 24 años en el continente americano...²³

La siguiente tabla compara las características de tener la autoestima alta y baja.

AUTOESTIMA ALTA	AUTOESTIMA BAJA
Actuar con madurez de acuerdo a la edad.	Dificultad para hacer amigxs.
Enorgullecerse de sus logros.	Estados de ánimo negativos continuos, como sentirse triste, con ansiedad, vergüenza o enojo.
Aceptar la frustración y gestionarla con respeto.	Baja motivación.
Probar cosas nuevas y enfrentarse a nuevos retos	Sentirse afectadx con la imagen corporal.
Ayudar a otras personas cuando sea posible.	Beber alcohol y/o consumir drogas con exceso para sentirse mejor.

⁽²²⁾Fuentes: [La Autoestima: Qué es y Cómo mejorarla en 8 sencillos pasos](#) (psicoactiva.com); [Cómo trabajar el autoestima en adolescentes](#) (centrointegraldepsicologia.com)

⁽²³⁾ Fuente: [Generalidades sobre el Suicidio PAHO](#)

⁽²⁴⁾Fuente: [Manual de AutoCuidado](#)

AUTOCUIDADO ²⁴

Se trata de hacerse cargo de acciones que fortalezcan nuestro bienestar integral y prevenir enfermedades. Esto incluye cuidar de nuestro físico, emociones, mente, relaciones sociales y espíritu. Los principios clave del autocuidado son:

★ **Acto de vida:** Nos convierte en protagonistas del cuidado de nuestra salud y es un proceso voluntario.

★ **Responsabilidad y compromiso:** Es una tarea diaria y está apoyada tanto por el sistema de salud como por nuestras redes de apoyo.

★ **Certeza de mejora:** Al practicar el autocuidado, buscamos mejorar nuestro nivel de salud.

★ **Desarrollo personal:** Requiere fortalecer constantemente nuestro autoconcepto, autocontrol, autoestima, autoaceptación y resiliencia.



BUÉN TRATO/BIENTRATARSE

Este término acuñado por la psicóloga feminista Fina Sanz, se refiere a crear relaciones saludables en oposición al maltrato. En lugar de basar nuestras relaciones en el poder y el maltrato, se propone un modelo de convivencia desde y para el buen trato que incluye:

★ **Espacio personal, relacional y colectivo:** Crear el buen trato en todas las áreas de nuestras vidas.

★ **Abandonar creencias antiguas:** Dejar atrás valores y comportamientos que reproducen el maltrato.

★ **Nuevos valores:** Desarrollar formas de relacionarnos basadas en el respeto a la diferencia, la cooperación, la solidaridad, la armonía y la paz.

⁽²⁵⁾ Para evaluar si una relación de noviazgo es sana o no y qué hacer en caso de que no lo sea, consulta la herramienta desarrollada por Planned Parenthood en el anexo digital de [esta caja de herramientas](#): p.33

⁽²⁶⁾ Tomado de: [Superando el adultocentrismo, UNICEF Chile 2013](#)

¿CÓMO TENER VÍNCULOS AFECTIVOS SANOS?

Con los siguientes puntos podemos llegar a tener relaciones más lindas y saludables. Recuerda que lo importante es el consentimiento. ❤️🧡

★ **Sinceridad y honestidad:**

Para expresar sus pensamientos, sentimientos y preocupaciones de manera respetuosa y recíproca. Ser **transparentes** en todas las interacciones.

★ **Respeto mutuo:** Reconociendo y valorando opiniones, límites y necesidades de la otra persona.

★ **Apoyo y reciprocidad:** Ambas personas deben estar dispuestas a estar presentes y brindarles apoyo emocional en los momentos difíciles.

★ **Confianza:** Para que cada unx se sienta segurx.

★ **Relación equitativa**

Es fundamental destacar que en un noviazgo sano **no debe haber ningún tipo de maltrato**, ya sea físico, emocional o verbal. No deben existir insultos, humillaciones o ninguna forma de violencia. Cada persona debe sentirse segura y respetada en todo momento²⁵.

Y con respecto a lxs adultxs, ¿cómo me puedo relacionar?²⁶

Muchas veces las relaciones que se dan entre adolescentes y personas adultas pueden ser muy jerárquicas, donde las voces y opiniones de lxs adolescentes no se escuchan.



HAY UN PAR DE CONCEPTOS QUE NOS AYUDAN A ENTENDER EL PORQUÉ:

ADULTOCENTRISMO

Superioridad de las personas adultas sobre las generaciones jóvenes.

Privilegios por el solo hecho de ser adultos/as.

Ser adulto/a es el modelo ideal de persona: considera a los niños, adolescentes y jóvenes como inacabadxs.

ADULTISMO

Pone en duda las capacidades de lxs adolescentes por tener menos años de vida.

Falta de escucha a lxs adolescentes.

Ejemplos: "cuando seas grande puedes dar tu opinión", "es mejor que las decisiones las tome yo porque tengo más experiencia que ustedes".

A pesar de contar con toda la tecnología y la innovación, aún se discrimina a adolescentes por su edad y por la supuesta falta de experiencia. Sin embargo, es necesario que en ocasiones lxs adultos, como personas responsables de cuidar a sus hijxs, tomen decisiones socializadas con su hijxs por su propio bien. Esto es, no hay que dar por hecho una madurez que no tienen, ya que ignorar esto puede acarrear peligrosas consecuencias.



LA COMUNICACIÓN INTERPERSONAL⁽²⁷⁾

LA FORMA MÁS DIRECTA DE MEJORAR LA COMUNICACIÓN ES APRENDER A ESCUCHAR. CASI TODO PODRÍA MEJORARSE ESCUCHANDO MEJOR, DESDE LOS ASUNTOS FAMILIARES HASTA LOS TEMAS DE TRABAJO.

Convertirse en personas de buena escucha conlleva cambios en actitudes y comportamientos porque escuchar implica deconstruir los estereotipos, actitudes y dinámicas de poder determinadas por las normas de género para desarrollar habilidades y prácticas comunicativas que se basen en el respeto y en la igualdad de derechos de hombres y mujeres, en lugar de en un paradigma de superioridad masculina-inferioridad femenina.

Aquí te muestro algunas *red* y *green flags* para tener en cuenta.

⁽²⁷⁾ Tomado de: [Change Trial Manual](#). 2027. Sonke Gender Justice Network, South Africa 2017, páginas 94- 97.



RED FLAGS

Crear que ya sabes lo que la persona que habla quiere decir antes de que haya terminado de decirlo.

Pensar en cómo resolver lo que percibes como el problema del que habla.

Tratar la discusión como una competición.

Tratar de influir o impresionar a la persona que habla.

Dejar de escuchar al hablar de "igualdad de oportunidades".

GREEN FLAGS

Mostrar respeto y empatía al que habla.

Mantener la mente abierta a nuevas ideas.

Centrarse por completo en la conversación.

Establecer contacto visual. Evitar acciones que puedan provocar distracción. Mostrar movimientos afirmativos con la cabeza y expresiones faciales apropiadas.

Hablar lo suficiente para que la otra persona también hable.

Hacer preguntas. Parfrasear.

02

METODOLOGÍA Y FACILITACIÓN

¿SABES? LA SERIE DE ACTIVIDADES QUE SE REALIZAN PARA DESARROLLAR **PROYECTOS DE CAMBIO** SE SUSTENTAN EN METODOLOGÍAS Y ENFOQUES QUE NOS **DISTINGUEN DE UNA EDUCACIÓN FORMAL O TRADICIONAL.**



**EN ESTE CAPÍTULO VAS A CONOCER
ALGUNAS METODOLOGÍAS PARA APLICAR
EN PROYECTOS DE CAMBIOS Y SER UN
FACILITADOR JUVENIL AMIGABLE.**

Los enfoques y metodologías que constituyen esta caja de herramientas son:

- ★ Educación Popular
- ★ Metodología Vivencial
- ★ Enfoque Transformador De Género
- ★ Enfoque lúdico de aprendizaje



2.1

LA EDUCACIÓN POPULAR

**¿HAS ESCUCHADO
HABLAR SOBRE LA
EDUCACIÓN POPULAR?
¿POR QUÉ CREES QUE SE
LLAMA POPULAR?**



‘Popular’ no quiere decir que está de moda, como podría ser una canción o un baile, sino más bien que es algo propio del pueblo, barrio, comunas y comunidades dirigido a las personas que habitan en su área.

La educación popular ha surgido como una alternativa a la educación tradicional y toma en cuenta los saberes y compartires tanto de lxs profes como de lxs participantes. ¿Te ha pasado que te aburres en las clases o te mandan full tareas y sientes que no aprendes nada? O también sucede que el profe habla, todxs estamos obligadxs a escuchar y nadie está motivado para opinar. Estas situaciones caracterizan a la educación tradicional a pesar de tener la planificación como fortaleza,

porque es un “conjunto de estrategias, procedimientos y acciones organizadas y planificadas por el profesorado, de manera consciente y reflexiva, con la finalidad de posibilitar el aprendizaje del alumnado y el logro de los objetivos planteados”. Sin embargo, esta forma de educación se ha tornado lineal, monótona, rutinaria y, lamentablemente, aburrida 😞. #triste

Ojo, hay excepciones de profes que buscan salir de este estilo tradicional (Los amamos, profes 😊) También hay que considerar que cada generación trae siempre un cambio y la educación debería abrirse a estas propuestas. Pues, te contamos que la educación popular sí lo hace.

En la educación popular se puede debatir y cuestionar con respeto, abordar temas de interés de acuerdo a las propuestas de lxs participantes, crear un espacio de confianza para desarrollar la participación activa de lxs chicxs e incluso se pueden aplicar actividades lúdicas como juegos, dinámicas corporales y actividades manuales. Lo más importante de la educación popular es la integración de normas de convivencia y, sobre todo, motivarte a seguir aprendiendo. 😊👍

Por lo tanto, la educación popular tiene una clara intención de transformar de la sociedad hacia el logro de condiciones de igualdad y de justicia. En América Latina, la educación popular tiene sus raíces en el trabajo y pensamiento del educador y filósofo brasileño Paulo Freire, y ha estado históricamente muy ligada a las luchas de movimientos sociales urbanos y rurales para la justicia social. Gracias, Paulo! 😊

SIN DESCUIDAR EL APORTE TEÓRICO, LA EDUCACIÓN POPULAR SE DEFINE DE LA SIGUIENTE MANERA:

“Un proceso estructurado y sistemático de formación y capacitación orientado a la construcción de una sociedad justa y humana. Plantea que un mundo mejor, “la utopía”, es posible siempre y cuando las personas tomen responsabilidad para cambiar su realidad y estén dispuestas a analizarla críticamente y articular propuestas conjuntamente para su transformación²⁸”.



PARA APLICAR DE UNA MANERA CHÉVERE ESTE ENFOQUE DE LA EDUCACIÓN POPULAR, EXISTEN **6 PRINCIPIOS METODOLÓGICOS** QUE PUEDES TOMAR EN CUENTA :)



**SI YA LO LEÍSTE TODO Y LO PUDISTE ENTENDER, ¡FELICIDADES, BICHOTX!
AHORA ES TU TURNO PARA APLICARLO 😊**

⁽²⁸⁾Núñez, C. (1989). Educar para Transformar, Transformar para Educar.

2.2

LA METODOLOGÍA VIVENCIAL⁽³⁰⁾

Un componente común de la educación popular es la utilización de una metodología conocida como ‘vivencial’, ya que **parte de la experiencia y las creencias de cada participante, enfocándose en su construcción individual y social, en un contexto histórico específico.**



⁽³⁰⁾ Adaptado de: “Promoviendo procesos de sensibilización y capacitación en género y masculinidad con niñez, adolescencia y juventud”, REDMAS, Nicaragua 2008.

LA UTILIZACIÓN DE LA METODOLOGÍA VIVENCIAL TIENE MUCHAS VENTAJAS PARA LA LABOR EDUCATIVA ENTRE ADOLESCENTES Y JÓVENES:

- ★ Permite conectar las temáticas abordadas con vivencias específicas a nivel individual que conectan a lxs participantes con sentimientos y emociones, logrando, de esta manera su exteriorización y expresión.
- ★ Da pautas para poder dialogar de manera abierta y sincera, en un ambiente seguro y de confianza.
- ★ Genera un proceso de replanteamiento personal: metas, sueños, relaciones, hábitos personales, superación personal y profesional, etc.
- ★ Permite trabajar la conciencia corporal e incorpora técnicas de relajación y sanación.
- ★ Rompe con el aislamiento y la soledad, ya que al compartir vivencias, lxs participantes se dan cuenta que sus pares han vivido o están viviendo situaciones similares.

2.3

EL ENFOQUE TRANSFORMADOR DE GÉNERO (ETG)

Cuando aplicas la educación popular junto con la metodología vivencial en los estereotipos, roles y relaciones de género, promueves el **enfoque transformador de género (ETG)**.



Esto implica facilitar procesos de reflexión y análisis para revisar críticamente actitudes, valores y comportamientos producto de nuestra socialización de género que causan daño a otras personas y a nosotrxs mismxs, para transformarlos de tal forma que aporten a la igualdad en derechos y oportunidades para todas las personas, independientemente de su identidad de género.

EN NUESTRA LABOR EDUCATIVA Y DE SENSIBILIZACIÓN ENTRE ADOLESCENTES Y JÓVENES, LA APLICACIÓN DEL ENFOQUE TRANSFORMADOR DE GÉNERO TIENE MUUUCHA RELEVANCIA POR LAS SIGUIENTES RAZONES:

- ★ Las normas sociales dañinas de género afectan a la autoestima, los comportamientos de lxs adolescentes y jóvenes, y las relaciones de éstos entre sí. Todo esto genera impactos directos en su rendimiento académico, salud, oportunidades en la vida, dinámicas de “bullying” y otros tipos de violencia 😞.
- ★ El efecto mariposa: ligeros cambios que se logran en actitudes, creencias y valores de quienes participan en espacios de formación, pueden multiplicarse y efectuar cambios en comportamientos y relaciones en las familias, aulas, grupos de amistades y en la comunidad.
- ★ Comparado con enfoques educativos más verticalistas donde se impone cierto pensamiento en los más jóvenes, con el ETG se puede lograr cambios significativos y permanentes a largo plazo.

EL ENFOQUE TRANSFORMADOR DE GÉNERO

1

Fomenta el examen crítico de las desigualdades, roles, normas y relaciones de género.

2

Reconoce y fortalece las normas positivas que apoyan la igualdad y un entorno propicio para lograrlo.

3

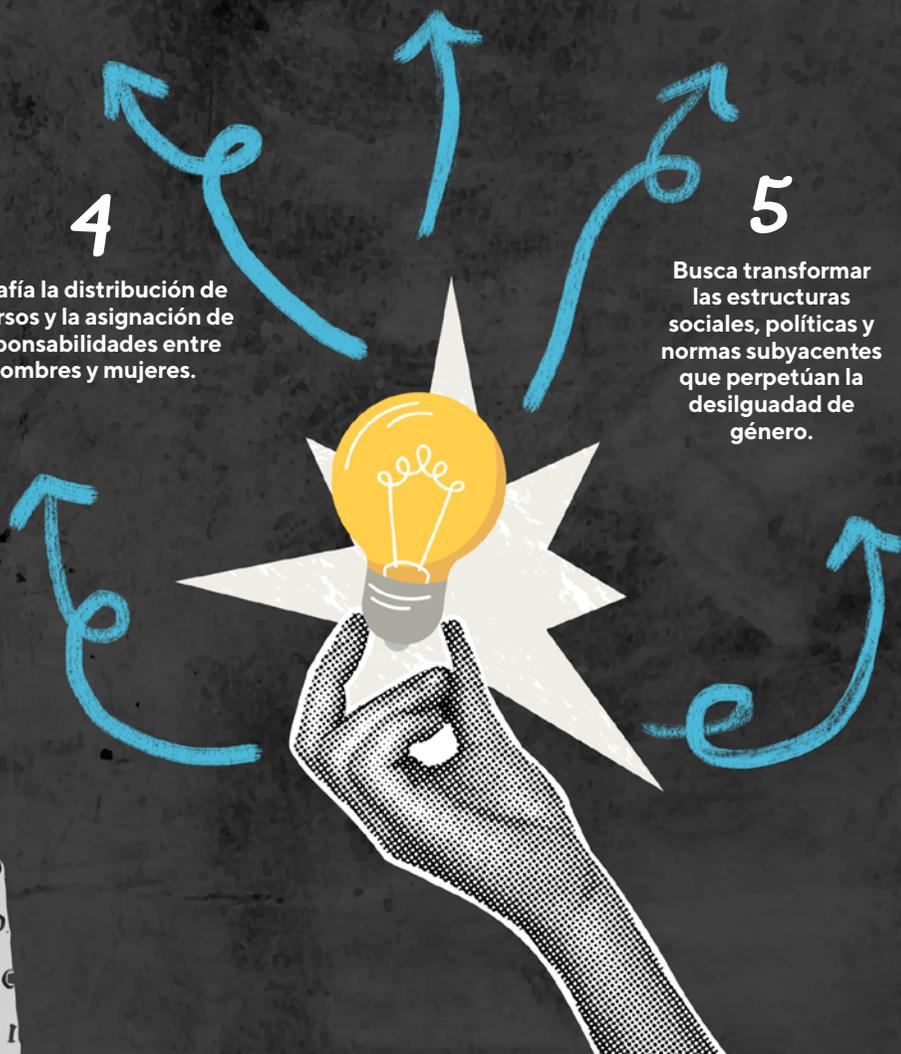
Promueve la posición relativa de mujeres, niñas y grupos marginados.

4

Desafía la distribución de recursos y la asignación de responsabilidades entre hombres y mujeres.

5

Busca transformar las estructuras sociales, políticas y normas subyacentes que perpetúan la desigualdad de género.



2.4

EL ENFOQUE LÚDICO DE APRENDIZAJE⁽³¹⁾

En el ámbito de los procesos educativos con enfoque transformador de género, la utilización de herramientas lúdicas te permite hacer del aprendizaje algo divertido, ameno, que involucre al grupo de participantes sin que éste se pueda dar cuenta. Esto no significa reemplazar el enfoque analítico-crítico por el ocio, sino **construir dinámicas lúdicas que refuercen y fomenten los procesos de aprendizaje y transformación deseados**, adaptados a los temas a impartir, las edades e identidades de género de quienes participan y los espacios disponibles.

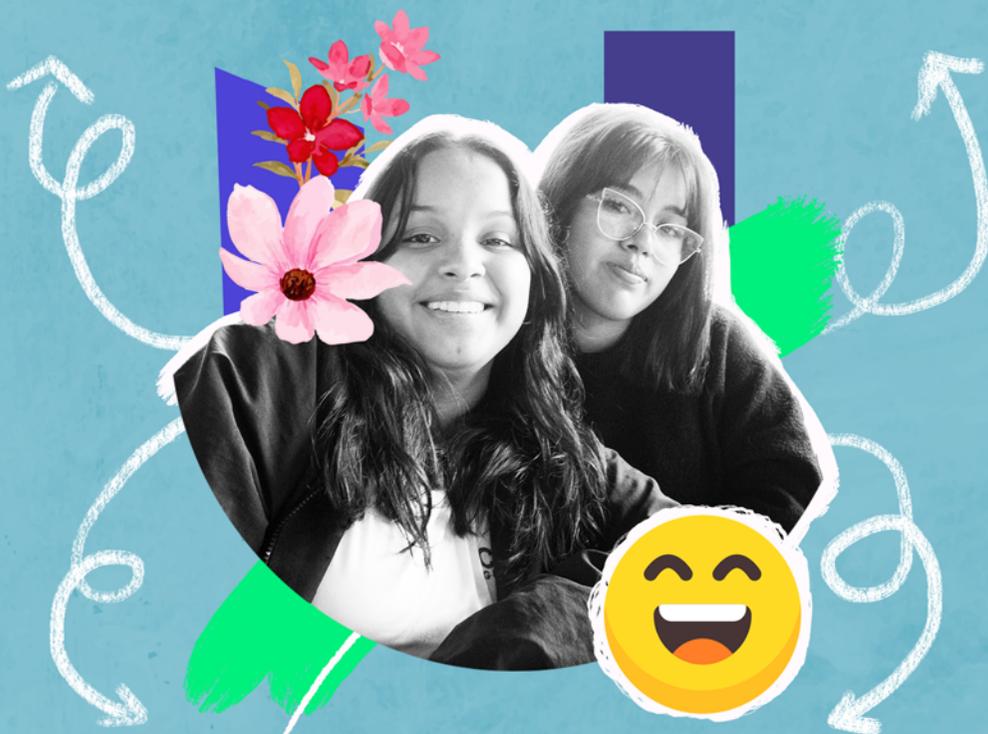


⁽³¹⁾Fuente: [Concepto lúdico](#) (adaptado)

EL ENFOQUE LÚDICO DE APRENDIZAJE HA RESULTADO AMPLIAMENTE EFICAZ, DADO QUE SE ALEJA DE LOS PATRONES EDUCATIVOS TRADICIONALMENTE ESTABLECIDOS Y CUENTA CON LAS SIGUIENTES VIRTUDES:

1 Es atractivo e involucra enormemente al grupo de participantes, ya que le plantea retos divertidos a los que enfrentarse.

2 Es socialmente interactivo por lo que fomenta el diálogo entre pares y la socialización



3

Es diverso y muy adaptable, puesto que se pueden proponer juegos de toda índole, adaptados a las necesidades del proceso de formación y a los espacios y recursos disponibles.

4

Invita a la participación activa, lo cual rompe con el rol pasivo asignado al grupo de participantes en la educación escolar tradicional.

2.5

¿QUÉ SIGNIFICA 'FACILITACIÓN'?⁽³²⁾

En términos generales, la facilitación es hacer que las cosas ocurran fácilmente, o hacer posible algo. La facilitación es un proceso habilitador y orientador que crea y apoya un espacio ameno y seguro de participación e interacción de significancia para el grupo de participantes. La facilitación implica el uso de métodos y técnicas participativos para estimular la reflexión y el análisis y, de esa manera, crear un entorno horizontal y favorable que sea propicio para el aprendizaje mutuo y el empoderamiento, y que sea a la vez atractivo y divertido.

LA FACILITACIÓN EN PROCESOS CON ETG SIGNIFICA:

- ★ Asumir la responsabilidad de la planificación y ejecución de los procesos de reflexión, análisis y aprendizaje que empodere a las personas participantes y les haga participar.
- ★ Centrar la atención en las personas participantes como actores clave del proceso de aprendizaje.
- ★ Deconstruir las relaciones de poder entre educadorxs y participantes y entre las propias personas participantes, sobre todo cuando el grupo es diverso.

⁽³²⁾ Texto adaptado de [Manual de facilitación](#) 2011. Amnistía Internacional. Página 20

2.6

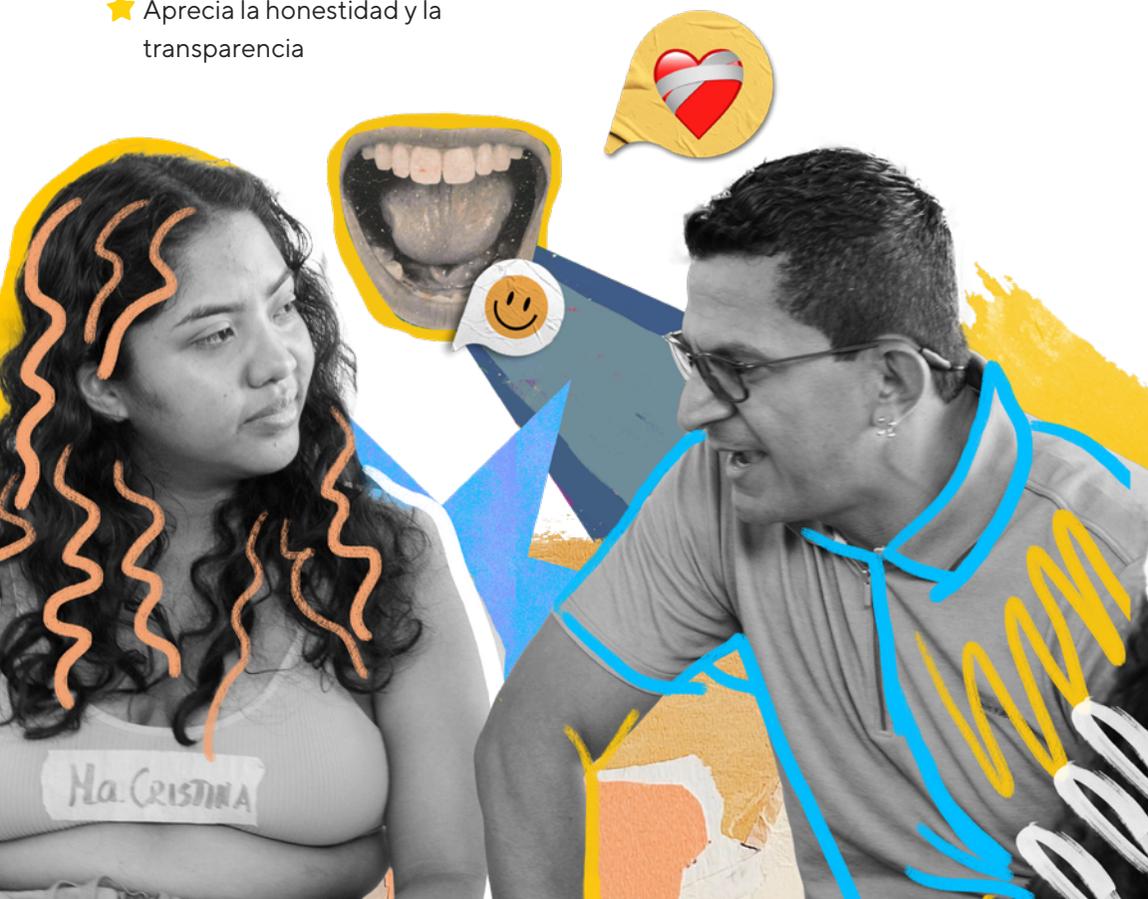
CONSEJOS PARA UNA FACILITACIÓN POWER⁽³³⁾

LOS SIGUIENTES CONSEJOS AYUDARÁN A ANIMAR Y CREAR UN ENTORNO RESPETUOSO EN EL QUE EL GRUPO DE PARTICIPANTES SE SIENTA CÓMODO COMPARTIENDO SUS OPINIONES Y EXPERIENCIAS, ASÍ COMO ESCUCHANDO Y APRENDIENDO DE LAS DEMÁS PERSONAS³⁴.



⁽³³⁾Fuente principal con adaptaciones: [Engaging Men for Gender Equality](#) 2023. USAID Engendering Industries/Equimundo programme. Páginas 24-25.

- ★ Crea y mantén un entorno acogedor y seguro
- ★ Evita criticar
- ★ Promueve la inclusión
- ★ Aborda las inquietudes de lxs participantes
- ★ Conoce y utiliza los servicios de referencia
- ★ Gestiona los conflictos de manera respetuosa
- ★ Aprecia la honestidad y la transparencia
- ★ Promueve el movimiento y la interacción
- ★ Gestiona tu tiempo
- ★ Muestra respeto por tu presencia y apariencia
- ★ Ten cuidado con los temas que puedan volver a traumatizar a cualquier participante
- ★ Evita que las discusiones se alejen demasiado de los mensajes clave.



⁽³⁴⁾ Para saber más sobre estos consejos para una facilitación exitosa, consulta el anexo digital de [esta caja de herramientas](#): p.36

2.7

ABORDANDO TEMAS DELICADOS O TABÚ Y LIDIANDO CON SITUACIONES DIFÍCILES⁽³⁵⁾

LOS PROCESOS DE FORMACIÓN CON ENFOQUE TRANSFORMADOR DEL GÉNERO SUELEN ABORDAR TEMAS SENSIBLES Y CULTURALMENTE TABÚ.

Si lxs participantes se inquietan, pierden la concentración, intentan sabotear la discusión y el diálogo, o caen en comportamientos agresivos, esto puede ser a menudo una señal de que sienten cierta amenaza por los temas sensibles que se están tratando.



⁽³⁵⁾ Texto adaptado de [Manual de facilitación](#). 2011. Amnistía Internacional. Página 30

Durante la facilitación, puedes utilizar tu experiencia personal con temas tabú de manera estratégica para estimular a lxs participantes a abrirse y participar más plenamente en el proceso de aprendizaje.

Debes desafiar siempre las declaraciones polémicas o escandalosas y permitir que desempaqueten los prejuicios que se esconden tras dichas declaraciones. Evita entrar en un conflicto directo o en discusiones de “ojo por ojo” con participantes individuales; en su lugar, invítalos a explicar por qué se sienten así. Cuando lo hayan hecho, pregunta al grupo si están de acuerdo o si tienen otras opiniones o perspectivas sobre el tema. En caso contrario, presenta una opinión alternativa para estimular el debate y la discusión. Al final de la discusión, cita estadísticas o ejemplos concretos, si es posible, para aclarar el tema, pero sin humillar ni menospreciar a quien o quienes hayan hecho la declaración polémica.

En la mayoría de los casos, sobre todo cuando las declaraciones se refieren a estereotipos, normas y fobias culturales socialmente arraigadas, es muy poco probable que lxs participantes cambien abierta e inmediatamente de opinión. Sin embargo, el grupo de participantes estará más dispuesto a considerar y, con suerte, a adoptar, otras opiniones más adelante.



TEN EN CUENTA QUE ALGUNOS TEMAS MUY SENSIBLES PUEDEN TRATARSE CON HUMOR: DEBES SABER CUÁNDO REÍRTE Y CUÁNDO ESCUCHAR, Y MANTÉN APERTURA A OPINIONES SOBRE TEMAS QUE PUEDEN NO REFLEJAR TUS PROPIOS VALORES (COMO LAS OPINIONES SOBRE EL ALCOHOL, LAS DROGAS O EL COMPORTAMIENTO SEXUAL).

2.8

CÓMO TRATAR LOS SENTIMIENTOS Y LAS EMOCIONES ⁽³⁶⁾

ANTES DE EMPEZAR PROCESOS DE FORMACIÓN, ELABORA UNA LISTA DE LOS RECURSOS DE APOYO EMOCIONAL DISPONIBLES EN LA ESCUELA Y EN LA COMUNIDAD A LOS QUE PUEDES REMITIR A PARTICIPANTES EN CASO NECESARIO.

Recordar y compartir experiencias pasadas puede provocar una gran variedad de emociones en y entre lxs participantes, y deben sentirse capaces de expresarlas libremente. Lo mismo puede ocurrir al reflexionar y analizar situaciones de abuso de poder, violencia y discriminación. Cuando alguien comparta historias personales emotivas, muestra tu aprecio, comprensión y empatía.

Para algunxs, estas conversaciones pueden provocar sentimientos de tristeza, ira, culpa y vergüenza que pueden ser expresadas llorando. No tengas miedo a permitir que lxs participantes compartan sus emociones o lloren.

⁽³⁶⁾Texto adaptado de [Manual de facilitación](#). 2011. Amnistía Internacional. Página 31

RECONOCE

**LA EMOCIÓN
QUE ESTÁN
COMPARTIENDO
Y MUESTRA
EMPATÍA.**

ES IMPORTANTE
DEJARLES
COMPARTIR,
PERO TAMBIÉN
SEGUIR
ADELANTE Y
**MANTENER EL
FLUJO DE LA
ACTIVIDAD.**



Si algún participante necesita ayuda, puedes hablar con ella a solas después, para proporcionarle información sobre dónde puede buscar apoyo, refiriéndote a la lista de recursos recopilada.

La franqueza y la honestidad a la hora de compartir sentimientos y emociones son señal de un entorno de confianza y seguro e imprescindibles para lograr la cohesión del grupo. También son fundamentales para reconocer el daño y los prejuicios que la violencia y la discriminación causan a las personas, a los equipos y a los entornos de trabajo.

03

¿QUÉ SON LOS MÉTODOS PARTICIPATIVOS Y TÉCNICAS EDUCATIVAS?



⁽³⁷⁾ Tomado y adaptado de: Verdejo, M. et al. 2001. [Preparación y ejecución de talleres de capacitación: una guía práctica](#), Centro Cultural Poveda, República Dominicana.

¿Sabes? Para poner en práctica el enfoque transformador de género en procesos educativos con adolescentes y jóvenes, y para lograr una incidencia en lxs participantes, podemos utilizar un montóóón de métodos y técnicas participativas.

PERO, ¿SABES EN QUÉ SE DIFERENCIAN?



UN MÉTODO PARTICIPATIVO ES EL CAMINO, LA VÍA QUE ESCOGEMOS PARA LA IMPLEMENTACIÓN DE UNA ACTIVIDAD. SE TRATA DE LA MODALIDAD Y DE LA FORMA DE LA ACTIVIDAD, E INCLUYE MÉTODOS COMO TALLERES, SEMINARIOS, Y CHARLAS.

Entonces, si el método es el camino...

Las **técnicas participativas** son los medios de transporte, como los aviones, carros y bicicletas, que nos permiten transitar ese camino. Son las herramientas que se usan para implementar la metodología y se integran en el método elegido de manera coherente. Las técnicas participativas son herramientas pedagógicas que lxs facilitadorxs pueden usar para motivar a las personas participantes.

Un ejemplo de técnica participativa son los talleres, que pueden consistir en una serie de técnicas distintas que siguen una secuencia de acuerdo a una planificación. Las técnicas que puedes utilizar en un taller pueden ser:

★ Trabajos en grupo

★ Juego de roles

★ Plenaria

★ Entre otros

Todas las técnicas aplicadas conjuntamente aportan al logro de los objetivos del taller. OJO: NO se las debe considerar como fines en sí mismas, sino que deben ser empleadas en relación con objetivos de aprendizaje educativos específicos.

Debe tenerse en cuenta que las técnicas participativas no son más que herramientas que hacen posible la sensibilización, el empoderamiento y la motivación para seguir aprendiendo.

Además de los métodos y las técnicas participativas, también existen las **dinámicas**, las cuales tratan de actividades que ayudan mucho para romper el hielo, entrar en confianza, socializar, conocernos y hacernos amigxs, perder la vergüenza, y animar al grupo en momentos de cansancio o de desconcentración.

3.1 MÉTODOS EDUCATIVOS

Ahora que ya sabemos qué son los métodos educativos, te compartimos algunos que puedes poner en práctica:

★ Taller de capacitación

★ Debates

★ Foro

★ Charlas

★ Cine foro



3.1.1 EL TALLER DE CAPACITACIÓN³⁸

El taller es un espacio de aprendizaje que tiene como propósito reflexionar acerca de conocimientos, valores, actitudes y prácticas que se tienen sobre determinada problemática en un grupo o una comunidad, y que se expresa en la vida diaria de cada participante³⁹.

3.1.2 EL FORO

El foro es una herramienta que brinda la oportunidad para generar un espacio de diálogo y de debate entre adolescentes y jóvenes.



⁽³⁸⁾ Tomado y adaptado de: Verdejo, M. et al. 2001. [Preparación y ejecución de talleres de capacitación: una guía práctica](#), Centro Cultural Poveda, República Dominicana.

⁽³⁹⁾ Si quieres saber más sobre los métodos educativos, consulta el anexo digital de esta [caja de herramientas](#): p.40

3.1.3 EL CINE FORO⁴⁰

En el cine foro, nos sumergimos en un debate o charla sobre un tema específico, tomando como base una película o algún video relacionado a dicho tema.

3.1.4 DEBATES⁴¹

Los debates son divertidos y una gran herramienta de aprendizaje que podemos utilizar en nuestra labor con adolescentes y jóvenes. A todo el mundo le encanta ver a diferentes oradores/as tomar lados opuestos de un mismo tema y tratar de ganarse a la gente por su forma de argumentar.

3.1.5 CHARLAS⁴²

Dar una charla, particularmente a chicxs contemporáneos a tu edad, puede ponerte nerviosx, pero sirve para informar, convencer o persuadir, aunque podemos ir más allá. Queremos que la audiencia se involucre emocionalmente y se inspire para tomar sus propias acciones por la igualdad de género, sin importar cuán grandes o pequeñas éstas sean.

El objetivo de tu charla debe ser elevar a tu audiencia a una mayor comprensión, inspirarlos con la historia para que sus vidas cambien con tu experiencia.

⁽⁴⁰⁾ Adaptado de: [Manual educativo y el cine=foro o debate](#), 2013. Asociación Católica Latinoamericana y Caribeña de Comunicación (SIGNIS ALC)

⁽⁴¹⁾ Tomado y adaptado de: [Conducting a Class Debate](#)

3.2

TÉCNICAS EDUCATIVAS⁽⁴³⁾

HOLIII. LO SABEMOS, ESTE CAPÍTULO ES UN POCO EXTENSO PERO TE ASEGURO QUE SERÁ MUY ENRIQUECEDOR PARA TI Y TUS ACTIVIDADES.

Recuerda que cuando nos referimos a técnicas educativas estamos hablando de herramientas pedagógicas para aplicar la metodología.

Son súper importantes porque lxs facilitadorxs pueden usar las que más les guste para motivar a las personas participantes.



⁽⁴²⁾ Tomado de las [siguientes fuentes](#) y [adaptado](#).

⁽⁴³⁾ Las técnicas educativas en esta sección han sido tomadas y adaptadas de varias fuentes: [Técnicas participativas \(compilación\)](#). Programa estratégico de educación cívica 2005-2010. Dirección ejecutiva de capacitación electoral y educación cívica. México; [Técnicas participativas para la educación popular Tomo 1](#). 1999. ALFORJA. Costa Rica.

LAS TÉCNICAS QUE PUEDES UTILIZAR EN UN TALLER PUEDEN SER:

- ★ Trabajo en grupos con plenaria
- ★ Lluvia de ideas
- ★ Sociodrama
- ★ Juego de Roles: protagonista por un momento
- ★ Materiales audiovisuales: desde canciones hasta vídeos chéveres.
- ★ Actividades artísticas 🎨
- ★ Dinámicas para entrar en confianza
- ★ Técnicas para momentos relax
- ★ Otras que tú conozcas⁴⁴



⁽⁴⁴⁾ Si quieres saber más sobre las técnicas educativas, consulta el anexo digital de [esta caja de herramientas](#), p.56

04

ACTIVIDADES QUE PUEDES UTILIZAR PARA SER UNX



FACILITADORX POWER



5 ACTIVIDADES TRANSFORMADORAS

COMO FACILITADXR POWER, ESTARÁS LISTX Y EMPODERADX PARA REALIZAR ACTIVIDADES QUE PROMUEVAN LA IGUALDAD ENTRE JÓVENES.

Aquí te compartimos cinco actividades para realizar entre pares. Cada actividad está diseñada con enfoque transformador de género y metodología basada en la educación popular, lúdica y vivencial. Las actividades son:

	Nombre de la actividad	Tema	Tiempo
1	Modelos culturales de hombres y mujeres	Género y Socialización de las identidades y roles de género	2 horas
2	Esculpiendo el poder	Género y Poder	30 minutos
3	¿Cómo aprendemos la violencia?	Género y Violencia	1.10 horas
4	Hablemos de sexo	Género, Sexualidades, Salud y Derechos Sexuales y Reproductivos	30 minutos
5	Relaciones saludables y no saludables	Género, relaciones y violencia	45 minutos

Para lograr una exitosa facilitación, te recomendamos que planifiques, planifiques y planifiques, leyendo bien la actividad, sus objetivos, el tiempo que demorará, los materiales que necesitarás, mensajes clave y los pasos a seguir ¡Vamos!

MODELOS CULTURALES DE HOMBRES Y MUJERES⁽⁴⁵⁾

ACTIVIDAD SOBRE GÉNERO Y SOCIALIZACIÓN DE LAS IDENTIDADES Y ROLES DE GÉNERO⁴⁶

(Identificación de características de género)



TIEMPO:

2 horas

OBJETIVO:

Lxs participantes podrán identificar las características asociadas con ser hombres y mujeres en su cultura y comprenderán la relación entre las características biológicas-anatómicas (sexo) y las características socialmente construidas (género).

⁽⁴⁵⁾ Tomado de "El Significado de Ser Hombre" 1999 (2ª edición 2001), CANTERA, Nicaragua.

⁽⁴⁶⁾ Para más actividades sobre género y la socialización de las identidades y roles de género, consulta el anexo digital de [esta caja de herramientas](#): p.74

MENSAJES CLAVE

- ★ El “sexo” es una categoría biológica y anatómica que hace que los hombres y las mujeres sean diferentes.
 - ★ El “género” es una categoría social y cultural que conduce a las desigualdades entre mujeres y hombres (actitud, valores, sentimientos, roles, oportunidades, derechos, acceso a los recursos).
 - ★ La sociedad atribuye diferentes características, actitudes y comportamientos a hombres y mujeres y les asigna valores. Generalmente a todo lo relacionado con el ser hombre se le da un mayor valor social, y cultural.
 - ★ Tanto los hombres como las mujeres, en gran medida, asimilan las características, roles e identidades que su cultura considera apropiadas para ellos y, cuando se desvían de éstas, son invariablemente ridiculizados, despreciados, marginados o castigados.
 - ★ El “género” de una persona se construye socialmente sobre la base de su “sexo” biológico. Un niño o niña recién nacido se identifica por la presencia de un pene o una vagina y se educa de acuerdo con la visión de la sociedad sobre cómo deben ser, pensar, sentir y actuar los hombres y las mujeres.
-

MATERIALES

- ★ 2 periódicos antiguos
- ★ 4 hojas grandes de papel (papelógrafos)
- ★ 6 bolsas de plástico
- ★ 2 globos
- ★ 4 hojas de cartulina de diferentes colores
- ★ 4 hojas de papel crepé
- ★ 1 cinta adhesiva
- ★ 4 marcadores de diferentes colores
- ★ 1 grapadora
- ★ 1 par de tijeras
- ★ 4 palitos o reglas (de unos 50cms de largo cada uno)
- ★ Pega

PREPARACIÓN

- ★ Preparar los materiales de antemano en “paquetes.”
- ★ Si no es posible obtener todos estos materiales, trata de conseguir la mayoría.

PASOS A SEGUIR

PASO 1:

Instrucciones

🕒 5 minutos

- 1 Divide a lxs participantes en 6 grupos del mismo sexo (3 de hombres y 3 de mujeres) de 4 a 5 integrantes en cada grupo. Las personas no binarias pueden decidir por sí mismas si quieren participar en un grupo de hombres o de mujeres o formar un grupo propio.
- 2 Entrega a cada grupo los materiales descritos anteriormente. Explica que a cada grupo se le han dado exactamente los mismos materiales, detallando cuáles son.
- 3 Diles a los grupos de hombres que tienen que utilizar los materiales que se les han dado para elaborar un modelo de hombre de su cultura/ciudad, incorporando rasgos, actitudes, valores y comportamientos que la sociedad considere apropiados para los hombres. Enfatiza que no se les pide que creen al hombre “ideal” o “perfecto”, sino más bien a uno típico de su propia sociedad/cultura. De igual manera, para los grupos de mujeres, indica que deben elaborar un modelo de mujer de su cultura/ciudad (realista y no una versión ideal).
- 4 Informa a los grupos que pueden utilizar otros materiales que tengan o a los que tengan acceso. ¡Pueden ser tan creativos/as como quieran!
- 5 Diles a los grupos que al final del ejercicio sus modelos elaborados **serán juzgados** en función de tres criterios: altura, estabilidad y belleza física.
- 6 Pregunta a los grupos si tienen alguna pregunta y aclara cualquier duda que puedan tener.
- 7 Diles a los grupos que tienen **30 minutos** para elaborar sus modelos de hombres y mujeres.

PASO 2:

Trabajo en grupo: Elaboración de modelos de hombres y mujeres

 30 minutos

- 1 Durante el trabajo en grupo, observa la **dinámica interna** de cada grupo: quién toma las decisiones y cómo; métodos y estilos de liderazgo y coordinación; quiénes son excluidos y por qué; tipos de poder y cómo se utilizan; uso del lenguaje (verbal y corporal); contacto físico, etc.
- 2 Además, registra las **relaciones que se establecen entre los grupos**: competencia, colaboración, comunicación, uso del lenguaje, (verbal y corporal), contacto físico, etc.
- 3 Avisa a los grupos cuando solo queden 10 minutos.
- 4 Diles a los grupos que si quieren, pueden darle un nombre a su modelo.
- 5 Si es necesario, da unos minutos más para permitir que todos los grupos terminen sus modelos.

PASO 3:

Plenaria

 30 minutos

PRESENTACIÓN DE MODELOS DE HOMBRE Y MUJER

- 1 Invita a lxs participantes a regresar a la plenaria y a formar un semicírculo con sus sillas mirando hacia el extremo superior de la sala, pero permaneciendo juntos como grupos.
- 2 Decide con lxs participantes si los grupos de hombres o los grupos de mujeres presentarán primero sus modelos.
- 3 Dependiendo de la decisión previa, pide al primer grupo de hombres o mujeres que presente su modelo, explicando las características, rasgos, atributos, etc. que han incorporado a su modelo y por qué.
- 4 Anota cualquier cosa que te llame la atención y que quieras preguntar al grupo más adelante.
- 5 Invita a los otros grupos a hacer preguntas aclaratorias y comentarios, sin entrar en una discusión profunda en esta cuestión.

- 6 Repite los pasos 2 a 4 para los siguientes grupos, asegurándote de que las presentaciones de los grupos de hombres y de mujeres no se intercalen.

DISCUSIÓN Y DEBATE

- 1 Una vez que todos los grupos hayan presentado sus modelos, inicia una discusión utilizando las siguientes preguntas como guía.

- a) ¿Qué características tienen en común los diferentes modelos de mujer? ¿Por qué?
- b) ¿Qué diferencias hay entre los modelos de mujer? ¿Por qué?
- c) ¿Qué otras características tienen las mujeres en su cultura que no se expresan en los modelos? ¿Por qué no?

Repite las preguntas anteriores para los modelos de hombres (o mujeres, si se decide analizar primero los modelos de hombres).

- d) Mirando más de cerca todos los modelos, ¿qué características comparten las mujeres y los hombres en su cultura?
- e) ¿Hay características en los modelos de mujer que los hombres también pueden tener? (y viceversa) ¿Por qué?/¿Por qué no?

- 2 Analiza las dinámicas de cooperación y dominación **dentro de** los grupos (liderazgo, toma de decisiones, iniciativa individual y colectiva, responsabilidad compartida, etc.), utilizando las siguientes preguntas como guía y alimentando en la discusión tus propias observaciones:

- a) Invita a lxs participantes a compartir cómo se sintieron mientras trabajaban dentro del grupo. (permitirles diferenciar los sentimientos de los pensamientos y opiniones)
- b) ¿Cómo te sentiste con la forma en que se tomaban las decisiones dentro del grupo?
- c) ¿Quién tomó la iniciativa y cómo?
- d) ¿Alguien fue dejado de lado o ignorado/a? ¿Por qué? ¿Cómo se sintieron?
- e) ¿De qué manera se produjo la cooperación y la colaboración dentro de cada grupo? ¿Qué permitió que eso sucediera? ¿Qué lo impidió?

f) Señala las diferencias marcadas entre la coordinación interna y la dinámica de los grupos de hombres y mujeres.

3 Analiza la dinámica que se produjo **entre** los grupos utilizando las siguientes preguntas como guía y alimentando en la discusión sus propias observaciones de las relaciones que se desarrollaron entre los grupos (competencia, rivalidad, colaboración, coordinación, agresión, etc.):

a) ¿Cómo se manifestó la competencia y la rivalidad entre los grupos y por qué?

b) ¿De qué grupos estabas más atentx, los de tu propio sexo o los del "otro" sexo? ¿Por qué?

4 Para finalizar la discusión, pregunta a lxs participantes si creen que el ejercicio habría sido diferente si el ejercicio se hubiera realizado sólo con mujeres o sólo con hombres. ¿De qué manera? ¿Por qué?

PASO 4.

¡Juicio!

 5 minutos

1 Recuerda a lxs participantes que tú dijiste al principio que los modelos serían juzgados por su altura, estabilidad y belleza física. De forma alegre, comenta estos tres aspectos de cada uno de los modelos de mujer y hombre, pero sin llegar a ninguna conclusión final. Complementa a todos los grupos en su trabajo.

2 Explica al grupo que se trató de una dinámica intencional para provocar la competitividad entre los grupos.

3 Pídeles que expresen las formas en que los hombres y las mujeres compiten y rivalizan entre sí (hombres/hombres, mujeres/mujeres y hombres/mujeres) en el día a día.⁴⁷

NOTAS PARA EL EQUIPO FACILITADOR

★ **Para hombres y mujeres que nunca han tenido la oportunidad de reflexionar sobre estos temas,** el descubrimiento de que las desigualdades que existen entre hombres y mujeres no son naturales puede ser un momento realmente revelador y esclarecedor. Es importante que lxs participantes comprendan los conceptos básicos de sexo y género y la relación entre ambos antes de pasar a las siguientes actividades.

★ **Como facilitador,** es importante mantener un enfoque desenfadado de esta actividad, sin perder de vista los objetivos de aprendizaje. Esta actividad, como punto de partida para un proceso de formación, permite a lxs participantes conocerse rápidamente, a desarrollar la confianza y seguridad imprescindibles para futuras actividades de carácter más íntimo. También te permite ganarte su confianza.

★ **Mantén un ojo crítico en las diferentes situaciones, dinámicas y procesos que surgen** a medida que los participantes elaboran sus modelos y los utilizan para alimentar los momentos de discusión y análisis. Recuerda que la mayoría de lxs participantes estarán reproduciendo las actitudes, valores y comportamientos que han aprendido como hombres y mujeres, no solo en la actividad sino también cuando se relacionan entre ellxs y con la propia actividad.

(47) Si no se ha trabajado anteriormente las diferencias entre sexo y género, consulta el anexo digital de [esta caja de herramientas](#) para el paso 5 de esta actividad: conceptualización del “sexo” y el “género”: p.75

02 ESCULPIENDO EL PODER

ACTIVIDAD SOBRE GÉNERO Y PODER⁴⁸



TIEMPO

30 minutos

OBJETIVOS

1. Reflexionar sobre el impacto del poder cuando se utiliza para obtener dominación y control sobre otras personas.
2. Identificar otros tipos de poder que impliquen cooperación y colaboración.

MATERIALES

Un espacio amplio para poder moverse.

⁽⁴⁸⁾ Para más actividades y recursos audiovisuales sobre género y poder, consulta el anexo digital de [esta caja de herramientas](#): p.104

MENSAJES CLAVE

- ★ Hay distintos tipos de poder: poder sobre, poder con, poder para y poder interior.
- ★ El poder no tiene que ser utilizado siempre para controlar y abusar de otras personas.

PASOS A SEGUIR

PASO 1:

Esculturas de poder

🕒 15 minutos

- 1 Formar 4 grupos mixtos. Asigna y entrega a cada grupo una de las siguientes definiciones relacionadas con el poder. Pídeles que no dejen que los otros grupos vean la definición que tienen.

● Poder SOBRE:

El poder de dominar a los demás. El poder es visto como un control externo sobre algo o alguien más. La fuente es la autoridad.

● Poder CON:

El poder del apoyo mutuo, la solidaridad y la colaboración; esto viene cuando los grupos trabajan juntos hacia un objetivo común. La fuente son otros seres humanos.

● Poder PARA:

El poder que proviene de la capacidad de lograr algo. La fuente es el conocimiento, la educación, las habilidades o el talento de cada uno.

● Poder INTERIOR:

El poder de las creencias, actitudes y hábitos internos. Esto tiene que ver con el sentido de autoestima y autoconocimiento de una persona. Esta fuente puede ser la confianza en uno mismo, la fe, la ideología o el sentido de propósito.

- 2 Cada grupo tiene 5 minutos para producir una escultura humana que represente el concepto de poder que se les ha dado. Para ello, deben discutir el concepto y ponerse de acuerdo sobre las principales ideas, representaciones y relaciones que quieren transmitir en su escultura humana. Pueden usar otros accesorios, si lo desean, pero no palabras escritas o habladas.

- 3 Invita al primer grupo a presentar su escultura humana. Ahora pide a los demás participantes que compartan sus ideas sobre el tipo de poder que se acaba de mostrar.
Permite que se expresen diferentes ideas y que se lleve a cabo una discusión. Finaliza indicando al grupo que comparta y explique el poder que mostraron por medio de la escultura. Si el grupo desea, ayuda a que se desarrolle un nuevo debate sobre las diferencias entre la intención del grupo y la interpretación de lxs otrxs participantes.
- 4 Repite el paso anterior para los otros 3 grupos.
- 5 Deja un tiempo para más reflexiones, observaciones y preguntas.

PASO 2:

Análisis de cómo se usa el poder y quién lo hace

🕒 15 minutos

- 1 Preguntar ¿Qué características de la identidad de una persona o grupo la hacen más propensa a usar el “poder sobre” las demás personas y en qué situaciones?*(Indaga aquí: género, raza, edad, orientación sexual, religión, etnia, estado migratorio/antecedentes, etc., y cómo se cruzan; situaciones que han presenciado en el entorno escolar (como el acoso/bullying), comunidad)*
- 2 ¿Cuáles son las consecuencias para los individuos y los grupos cuando otros usan el poder sobre ellos?
- 3 ¿Cómo se relaciona el “poder sobre” con el acoso? ¿Cuáles son las consecuencias para los estudiantes que son acosados?
- 4 Pide a los participantes que den ejemplos de cómo han visto que se utilizan los otros tres tipos de poder:
 - a) en las familias
 - b) en la comunidad
 - c) en la escuela
 - d) en la sociedad en general
- 5 Resume los 4 tipos de poder. Existen diferentes tipos de poder que pueden utilizarse de distintas maneras:

● PODER SOBRE:

Control sobre alguien o una situación de forma negativa, normalmente asociado a la represión, la fuerza, la corrupción, la discriminación y el abuso. Ejercer este tipo de poder significa quitárselo a otra persona y luego utilizarlo para dominar e impedir que otros lo tomen: una situación en la que no todos ganan.

● **Poder CON:**

Poder basado en la fuerza colectiva y/o en los números: tener poder con personas o grupos, encontrar puntos en común y construir un objetivo común que beneficie a todxs lxs que participan en la relación. Este tipo de poder multiplica los talentos y conocimientos individuales y se basa en el apoyo, la solidaridad y la colaboración.

● **Poder PARA:**

La capacidad de dar forma e influir en la vida de unx mismx. Significa tener las ideas, los conocimientos, las destrezas, el dinero y la habilidad para convencer a cada cual y a las demás personas de que hagan algo. Con muchas personas que tienen este tipo de poder, creamos “poder con”.

● **Poder INTERIOR:**

Un tipo de poder relacionado con el sentimiento de autoestima y autoconocimiento de una persona. Está relacionado con la capacidad de esa persona de imaginar una vida mejor para sí misma y de tener esperanza y la sensación de que puede cambiar el mundo: el sentimiento de que tiene derechos como ser humano. Implica confiar en uno mismo y valorarse por el hecho de existir.

6

Comparte las siguientes características sobre el poder:

- **El poder existe en relación con otras personas:** Muchas veces, pensamos en nuestro poder en comparación con otra persona. Podemos tener o no tener poder, o tener menos o más poder, en relación con otra persona o con un grupo.
- **El poder también existe dentro de nosotros:** También tenemos un poder interno que influye en lo que podemos y no podemos hacer. A medida que nos hacemos más conscientes de nuestro potencial interior y lo alimentamos, nos empoderamos y nuestras relaciones con los demás cambian.
- **El poder no es fijo:** No es algo que tengamos todo el tiempo. Entramos y salimos constantemente de situaciones y relaciones en las que tenemos más o menos poder.
- **Sentimientos positivos y negativos:** A menudo nos sentimos positivos y en control cuando nos sentimos poderosos y tenemos sentimientos negativos cuando nos sentimos menos poderosos. Esto afecta a nuestra capacidad para influir y actuar en una situación.

NOTAS PARA EL EQUIPO FACILITADOR

★ En algunos contextos, algunxs participantes, por razones culturales o de otro tipo, pueden sentirse incómodos con el ejercicio propuesto de “esculturas corporales”. Si es así, puedes llevar a cabo una sesión plenaria para que los grupos informen sobre las principales partes de su discusión en los grupos pequeños, o pueden preparar un dibujo / imagen.

¿CÓMO APRENDEMOS LA VIOLENCIA? (JUEGOS INFANTILES)⁽⁴⁹⁾

ACTIVIDAD SOBRE GÉNERO Y VIOLENCIA⁵⁰



TIEMPO:

1 hora y 10 minutos

OBJETIVOS:

1. Analizar cómo los juegos pueden reforzar los estereotipos de género y contribuyen con la internalización del poder y la violencia como atributos de masculinidad y la sumisión y la amabilidad como atributos de la feminidad.
2. Explorar formas de criar a los niños varones con equidad que rompan los estereotipos de género y promover juegos infantiles basados en la cooperación, colaboración y respeto mutuo.

⁽⁴⁹⁾ Adaptado de [Sonke Change Training Manual](#), cronograma del Taller 1, páginas 53–55; Obtenido de “El Significado de Ser Hombre” (Manual de capacitación para conciencia de género y capacitación con hombres) 1999 (2.a edición 2001), CANTERA, Nicaragua. Esta versión ha sido adaptada de una versión preparada por KIND USA en el marco de un proyecto de género y migración de adolescentes en Guatemala y Honduras 2024.

⁽⁵⁰⁾ Para más actividades y recursos audiovisuales sobre género y violencia, consulta el anexo digital de [esta caja de herramientas](#): p.129

MENSAJES CLAVE

★ Muchos juegos infantiles/juveniles que se suelen jugar reproducen estereotipos y normas de género que pueden conllevar a la normalización de relaciones dañinas de poder y violencia entre hombres y mujeres.

MATERIALES

★ Papelógrafos ★ Masking tape ★ Marcadores

PREPARACIÓN

★ Leer bien los pasos de la actividad.

PASOS A SEGUIR

PASO 1:

Ejercicio de lluvia de ideas

🕒 15 minutos

- 1 Invita a las personas participantes a decir los nombres de juegos que jugaban cuando eran niños o los que juegan actualmente como adolescentes y jóvenes, explicando de qué se trata cada juego. Escribe los nombres de los juegos en un papelógrafo, con 3 columnas: una para los juegos que SOLO juegan los niños o chicos, una para juegos que SOLO juegan las niñas o chicas y una para juegos que juegan ambos.

Juegos que SOLO juegan los niños/chicos	Juegos que SOLO juegan las niñas/chicas	Juegos que juegan ambos

2 Cuando las personas participantes no puedan pensar en más juegos, estimula la reflexión con las siguientes preguntas:

- *¿Por qué jugamos/jugábamos a estos juegos y no otros?*
- *¿Qué nos enseñan/enseñaron estos juegos sobre lo que significa ser hombre y ser mujer?*
- *¿De qué juegos están/estaban excluidas las chicas y de qué juegos estaban excluidos los chicos y por qué?*
- *¿En qué juegos participaban tanto chicos como chicas y por qué?*
- *¿Vemos todavía que los juegos se dividen en base al género?*
- *¿Qué tienen en común los juegos de los chicos? ¿Qué tienen en común los juegos de las chicas?*

PASO 2:

Trabajo grupal

 20 minutos

1 Forma grupos de un solo género con unas 4 o 5 personas participantes en cada uno. Invita a que cada grupo seleccione un juego de la lista que practicarán y luego jugarán frente a los demás grupos. Asegúrate de que cada uno de los grupos elige un juego diferente. Diles a los grupos que sean imaginativos y creativos si necesitan materiales específicos para el juego.

2 Dale 10 minutos a los grupos para que practiquen su juego.

PASO 3:

Sesión plenaria - ¡A jugar!

 35 minutos

1 Invita a cada uno de los grupos a jugar a su juego frente a los demás, indicándoles que presten especial atención a cómo se juega el juego y cómo las personas participantes se relacionan entre ellas durante el juego.

2 Después de que cada grupo demuestra su juego, estimula la reflexión y el análisis con las siguientes preguntas como guía:

- *¿Qué es lo que más les llamó la atención sobre el juego y por qué?*
- *¿Quién estaba a cargo/daba órdenes y cómo lo hicieron?*
- *¿De qué forma estuvieron presentes la cooperación y la solidaridad durante el juego?*
- *¿En qué formasse manifestaron la agresión y la violencia durante el juego?*
- *¿Por qué es tan importante para los hombres ganar y no perder? ¿Es igual para las mujeres?*

Pregunta a las personas que acaban de jugar el juego:

- *¿Cómo os sentisteis mientras jugabáis?*

3 *(Esta pregunta puede dirigirse a personas específicas según su nivel y calidad de participación durante el juego)*

Cuando hayan terminado todos los grupos, provoca una discusión y un debate adicional con las siguientes preguntas como guía.

- *¿Qué otros sentimientos tuvisteis mientras jugabais o mirabais los juegos?*
- *¿Qué factores afectaban el tipo de juego que jugabais y su influencia en vuestro desarrollo personal? (p. ej., circunstancias socioeconómicas, entorno rural/urbano, etnia, etc.)*
- *¿Por qué los juegos de niños/chicos en particular están cargados de elementos agresivos, competitivos y/o violentos?*
- *¿De dónde proviene la violencia?*
- *¿Es un instinto natural o es un comportamiento aprendido?*

NOTAS PARA EL EQUIPO DE FACILITACIÓN

★ Este ejercicio es **enormemente dinámico y divertido para las personas participantes**, pero no dejes que su naturaleza lúdica le reste importancia a la gravedad de la reflexión y análisis que busca provocar. Cuando estén jugando, asegúrate de que las personas participantes (¡en particular los hombres!) no se compenetren tanto que puedan estar en peligro de lastimarse físicamente o lastimar a otras personas del grupo.

★ Si consideras que eso está por suceder, detén el juego de inmediato y usa eso como punto de partida para comenzar la reflexión y análisis del juego.

★ Esta actividad puede realizarse al aire libre si hay un patio o un espacio abierto disponible.

★ Incentiva a las personas participantes a jugar los juegos como lo hacían cuando eran niños y niñas, sin que sea una simulación de cómo se jugaba el juego. Es importante que se identifiquen con el juego y sus objetivos.

★ Asegúrate de que se expresan libremente los sentimientos y las emociones.

RECURSOS AUDIOVISUALES

PARA HABLAR SOBRE VIOLENCIA SEXUAL EN EL CONTEXTO EDUCATIVO:

Te lo explico con Plastilina - Caso Paola Guzmán Albarracín:

<https://youtu.be/XDGfQ1OLWks?si=enKes6QXNpSVvDhE>

"HABLEMOS DE SEXO"⁽⁵¹⁾

ACTIVIDAD SOBRE GÉNERO, SEXUALIDADES, SALUD, Y DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS (SDSR)⁽⁵²⁾



TIEMPO

30 minutos

OBJETIVOS

1. Identificar las características de las personas que consideramos sexy.
2. Comenzar a hablar sobre temas de sexualidad sin pudor y sin miedo.

⁽⁵¹⁾Desarrollo llevado a cabo por P Welsh para los procesos de formación al personal de Sonke Gender Justice South Africa, agosto 2013.

⁽⁵²⁾Para más actividades y recursos audiovisuales sobre género, salud, y derechos sexuales y reproductivos, consulta el anexo digital de [esta caja de herramientas](#): p.146

MATERIALES

- ★ Hoja en blanco
- ★ Algo para escribir
- ★ Parlante
- ★ Música en el celular o en la computadora

PASOS A SEGUIR

PASO 1:

Identificando lo que consideramos sexy de las personas

🕒 10 minutos

- 1 Cada participante piensa en un famoso o en una figura histórica que considera sexy.
- 2 Escribe el nombre de la persona famosa o figura histórica en una hoja de papel A4 seguido de 3 características de esa persona que la hacen sexy. (Da 3 o 4 minutos para esto)
- 3 En la parte inferior de la página escribe: “Lo más sexy de mí es...” (completando la frase)
- 4 Lxs participantes pegan el papel en el pecho y modelan por la sala en silencio, leyendo las características sexys de las celebridades de las demás personas y permitiendo que ellas lean las suyas.

Mientras lo hacen, suena de fondo 🎵🎵 “Let’s talk about Sex” 🎵🎵 de Salt and Pepper (o “I want your sex baby” de George Michael, u otra canción contemporánea juvenil, esto puede hacer la actividad divertida).

PASO 2:

Compartir en el plenaria

 20 minutos

- 1** Reúne al grupo y comienza un diálogo utilizando las siguientes preguntas como guía:
 - *¿Qué es lo que más te llamó la atención de las personas famosas elegidas y sus características?*
 - *¿Qué características fueron las más y las menos comunes? ¿Por qué?*
 - *¿Qué características crees que son positivas/negativas? ¿Por qué?*
 - *Por lo general, ¿A quién se atribuye el ser sexy, a mujeres/chicas o a hombres/chicos? ¿Por qué?*
 - *Estas características, ¿cómo contribuyen o reducen el bienestar de una persona?*
 - *¿Qué entendemos por “sexy” y “sexualidad”?*
- 2** Para finalizar, comparte el mensaje clave de la actividad, vinculándolo con lo compartido por lxs participantes.

RECURSOS AUDIOVISUALES

¿Qué es la sexualidad?

<https://youtu.be/uZO7ZIXvHJw?si=3T8orc7dGjYX-DLk>

05

RELACIONES SALUDABLES Y NO SALUDABLES⁽⁵³⁾

ACTIVIDAD SOBRE GÉNERO, RELACIONES Y VIOLENCIA⁵¹



TIEMPO:

45 minutos

OBJETIVO:

Identificar actitudes y comportamientos saludables y no saludables dentro de las relaciones románticas y de pareja.

⁽⁵³⁾ Adaptado de: Engaging Boys and Men in Gender Transformation: The Group Education Manual. The ACQUIRE Project/EngenderHealth and Promundo 2008. Páginas 191-193

MENSAJES CLAVE

★ Las relaciones saludables de pareja se basan en el respeto, la igualdad, la corresponsabilidad, la honestidad y la felicidad.

MATERIALES

★ Papelógrafo

★ Marcadores

★ Cinta

★ Tarjetas (o pedazos de papel), con “Saludable”, “No saludable” y “Depende”

PASOS A SEGUIR

PASO 1:

Lluvia de ideas sobre relaciones saludables

🕒 15 minutos

- 1 Introduce la actividad diciendo: *“Las relaciones románticas de pareja pueden ser saludables o no saludables. En las relaciones sanas, ambos miembros de la pareja están felices de estar con la otra persona. En las relaciones poco saludables, uno o ambos miembros de la pareja están insatisfechos con la relación debido a uno o más problemas”.*
- 2 Realiza una lluvia de ideas con lxs participantes sobre las cualidades que describen las relaciones saludables, escribiendo sus aportes en un papelógrafo. *(Intenta lograr que lxs participantes puedan estar de acuerdo en que el respeto, la igualdad, la responsabilidad y la honestidad son algunas de estas cualidades)*

PASO 2:

Trabajo en pares y en plenaria

🕒 10 minutos

- 1 Forma pares de participantes. Da a cada pareja tres o cuatro situaciones posibles de la lista a continuación que pueden ocurrir en las relaciones.
- 2 Señala a lxs participantes los 3 letreros que has colocado en diferentes partes de la sala: “Saludable”, “Poco saludable” o “Depende”.
- 3 Pide a las parejas que examinen las situaciones posibles que se les han dado, que los analicen y que determinen si entran en la categoría de “Saludables”, “Poco saludables” o “Depende”.
- 4 Invita a lxs participantes a pasar al frente de la sala y a que coloquen las tarjetas con las situaciones posibles que se les dieron y asignen lo que consideren más apropiado.
- 5 Después de que todas las tarjetas hayan sido colocadas, revisa cada una y discute con todo el grupo si las situaciones posibles entran en la categoría “Saludable”, “Poco saludable” o “Depende”. Permite el diálogo y la discusión, así como compartir y analizar diferentes opiniones e ideas.

Los escenarios

1. Lo más importante en la relación es el sexo.
2. Nunca debes estar en desacuerdo con tu pareja.
3. Tu pareja nunca debe criticarte, sobretodo en público.
4. Pasas tiempo a solas sin tu pareja.
5. Tu pareja pasa tiempo de calidad con sus mejores amigos/as.
6. Te diviertes estando con tu pareja.
7. Tu pareja mantiene cercanía con su exnovio o exnovia.
8. Te sientes cada vez más cerca de tu pareja a medida que pasa el tiempo.
9. Harías cualquier cosa por tu pareja.
10. No se habla sobre el sexo.
11. Por lo general, tomas todas las decisiones sobre los asuntos relacionados con tu relación.

12. Te quedas en la relación porque es mejor que estar solo/a.
13. Tú tienes el control y eres capaz de hacer lo que quieres hacer por ti mismx.
14. Tu o tu pareja envía mensajes de WhatsApp constantemente y espera una respuesta inmediata.
15. A veces tienes que dar bofetones o golpear a tu pareja cuando se vuelve desobediente o demasiado exigente.
16. Hablas de los problemas cuando surgen en la relación.
17. Discutís y/u os peleáis a menudo.

PASO 3:

Reflexiones y análisis

 20 minutos

- 1 Concluye esta actividad facilitando la reflexión y el análisis, haciendo al grupo las siguientes preguntas:
 - a) *¿Qué hace que una relación sea saludable?*
 - b) *¿Qué la hace poco saludable?*
 - c) *¿Por qué crees que muchas mujeres permanecen en relaciones poco saludables?*
 - d) *¿Por qué muchos hombres permanecen en relaciones poco saludables?*
 - e) *¿Cómo pueden lxs amigxs y la familia ayudar a las personas que tienen relaciones poco saludables?*
 - f) *¿Pueden mejorar las relaciones poco saludables? ¿Pueden cambiar de ser poco saludables a saludables con el tiempo? ¿Cómo?*
 - g) *¿Pueden empeorar las relaciones? ¿Pueden cambiar de saludables a poco saludables con el tiempo? ¿Por qué?*
 - h) *¿Es recomendable manejar una relación poco saludable o alejarse de ella?*
 - i) *¿Cuándo es el mejor momento para salir de una relación poco saludable?*
 - j) *¿La relación es poco saludable si tu pareja no se pone celosa?*

NOTAS PARA EL EQUIPO FACILITADOR

★ Si no tienes tarjetas, simplemente puedes leer en voz alta cada situación a lxs participantes y pedirles que determinen si esa situación entra en la categoría “Saludable”, “No saludable” o “Depende”. El propósito principal de esta actividad es definir lo que es saludable y lo que no lo es.

★ Cuando lxs participantes estén divididos sobre este tema, regresa a las cualidades de una relación saludable (respeto, igualdad, responsabilidad, honestidad y felicidad) y ve si se aplican a la situación.

RECURSOS AUDIOVISUALES

Consentimiento sexual, tan simple como el ceviche:
<https://youtu.be/1UxUsJ36jQA?si=0eDtbkJNPnmSHCct>

Relaciones saludables Vs. No saludables:
<https://www.youtube.com/watch?v=lie2l7jWWkU>

¡GRACIAS POR LEER Y SER PARTE DEL CAMBIO!

Este documento fue cocreado por:



Un espacio de articulación de grupos juveniles, conformado por:



Con el apoyo de:



Participantes de este proceso y quienes aparecen en las fotos

PASOS & HUELLAS

ARCHIE

FANNY

LIS

MARÍA CRISTINA

ELI

MILE

ANDY

FLAVIO

YULY

RAÚL

MICHAEL

DANI C

HANS

NIA KALI

KRISTEL

BETO

ANNY

BELÉN

JUSTIN

JASBLEIDY

JEIMY

ANDREA

MI COMETA

KRISTEL

DANI JESÚS

GABRIELA

DANNA

ALE



LOVE



JÓVENES POWER

Un espacio de articulación de grupos juveniles, con el apoyo de:

