

Guía para prevenir la violencia sexual y el consumo de pornografía

Edición para profesorado de 3º y 4º de la ESO y Bachillerato

+2k 

**Conéctate
a una realidad
libre de violencia**



Junta de Andalucía

Guía para prevenir la violencia sexual y el consumo de pornografía

Edición para profesorado de 3º y 4º de la ESO y Bachillerato

**Conéctate
a una realidad
libre de violencia**


Junta de Andalucía

La violencia sexual y el consumo de pornografía son una realidad que afecta a millones de jóvenes alrededor del mundo, un problema que no solo impacta en su bienestar físico y emocional, sino que también quebranta su derecho a vivir en una sociedad libre de discriminación y violencia. En un momento crucial de sus vidas, los y las jóvenes necesitan información veraz y herramientas para identificar, prevenir y denunciar cualquier forma de violencia física, psicológica o sexual.

Como gobierno, tenemos el firme compromiso de brindarles a las nuevas generaciones un **entorno seguro, igualitario y libre de violencia**, donde puedan desarrollarse plenamente y construir relaciones basadas en el respeto y la equidad. Este manual está diseñado específicamente para jóvenes y su profesorado, para que en las aulas se pueda trabajar esta temática de forma rigurosa y amena.

Nuestro compromiso con esta realidad es profundo. Sabemos que esta etapa es fundamental para la construcción de una identidad basada en el respeto mutuo y la igualdad. Es crucial construir una **cultura de valores** basada en el respeto, la inclusión y la justicia. A través de este manual, buscamos empoderar a las nuevas generaciones para que se conviertan en agentes de cambio para erradicar la violencia de género en todas sus formas.

No estamos ante un problema lejano ni ajeno, es una realidad que afecta **a toda la sociedad** en su conjunto, y por ello debemos actuar con determinación para prevenirla y erradicarla. Este manual es una herramienta fundamental para contribuir a la construcción de una sociedad más justa, equitativa e inclusiva.

No solo el futuro está en sus manos, también lo está el presente. Juntos y juntas podemos y debemos construir una comunidad sensible y que sea parte del cambio social.

— *Instituto Andaluz de la Mujer (IAM)*

Junta de Andalucía

Aviso previo

Ante todo, no te abrumes. Estamos ante un problema muy complejo, con muchos elementos a tener en cuenta y que requiere de multitud de conocimientos. Sin embargo, partimos de la base de tu buen hacer, tus habilidades pedagógicas y sentido común.

El tratamiento de este tema es tan necesario como difícil, por ello, desde este preciso instante, valoramos tu esfuerzo y motivación.

En la presente guía didáctica hemos recopilado el mayor número de herramientas y argumentos posibles para que la labor coeducativa de la prevención de una de las mayores lacras de la sociedad, como es la violencia de género y concretamente, la violencia sexual, sea trabajada desde la objetividad, la evidencia científica y las teorías refutadas.

Gracias y bienvenido/a.



Índice

Objetivos	11
Principios rectores	12
Contribución al cumplimiento de los ODS	12
Principio educativo y científico	14
Perspectiva de la igualdad de género	15
Atención a la diversidad	16
Competencias blandas (personales y profesionales)	16
Participación activa y crítica	17
Relación entre la teoría y la práctica	19
Bloque 1: Diagnóstico y análisis de situación	20
— Actividad: El ojo crítico	24
— Actividad: El tabú del amor igualitario	27
— Actividad: Mujeres, hombres y lo contrario	33
— Actividad: Un plan muy personal	37
Bloque 2: Problemática de la violencia sexual	43
— Actividad: El mapa de la violencia sexual	45
— Actividad: Analizando el cerebro	48
— Actividad: Detecta el mito	50
— Actividad: Ciberviolencias	53
Bloque 3: Acciones hacia la igualdad	56
— Actividad: Rueda del flow	58
— Actividad: Ocio en igualdad	61
— Actividad: Reel por la igualdad	64

"Guía para prevenir la violencia sexual y el consumo de pornografía"

Edición para profesorado de 3º y 4º de la ESO y Bachillerato

Instituto Andaluz de la Mujer (IAM)

Junta de Andalucía

Depósito legal: SE-71-2025

Guía para prevenir la violencia sexual y el consumo de pornografía

Edición para profesorado de 3º y 4º de la ESO y Bachillerato



Objetivos

- 1#** Servir de herramienta pedagógica para trabajar la prevención de la violencia sexual en el aula de manera específica.
- 3#** Favorecer el aprendizaje de conceptos, procesos y valores útiles y extrapolables a otros ámbitos.
- 5#** Educar en la diversidad, la igualdad y la equidad.
- 7#** Comprender las inquietudes sexo-afectivas entre la juventud y poder dar respuesta con eficacia.
- 9#** Facilitar recursos de salud sexual y prevención de la violencia sexual para el alumnado de la ESO y Bachiller.
- 2#** Ofrecer argumentos y perspectivas que potencien el pensamiento crítico en el alumnado de la ESO y Bachiller.
- 4#** Educar en igualdad y otros valores sociales positivos para el bienestar común.
- 6#** Conocer las consecuencias negativas del consumo de la pornografía a edades muy tempranas.
- 8#** Entrenar habilidades comunicativas para establecer relaciones saludables.
- 10#** Incorporar la igualdad de oportunidades a la problemática de la violencia sexual y el consumo del porno entre jóvenes.

Principios rectores

Una de las manifestaciones más brutales de la violencia de género, es la violencia sexual. Poner freno a esta problemática implica actuar desde todos los ámbitos, concretamente en el plano de la prevención en la comunidad educativa. La prevención es la estrategia idónea para abordar las raíces de la violencia sexual, interviniendo en sus causas, promoviendo la actitud crítica para cuestionar sus bases y erradicando creencias y actitudes que normalizan sus diferentes manifestaciones.

Para la elaboración de la presente guía, se han utilizado una serie de principios rectores y didácticos que constituyen un mapa para la acción, una filosofía de trabajo, el cumplimiento de la norma y una mayor claridad en el proceso.

Contribución al cumplimiento de los ODS

La **Agenda 2030** para el desarrollo sostenible es un compromiso adoptado por 193 países para ejecutar un plan de acción que luche contra problemas como el cambio climático y la desigualdad social.

La Agenda plantea 17 Objetivos con 169 metas de carácter integrado e indivisible que abarcan los ámbitos económicos, sociales y ambientales. Al aprobar la Agenda, los Estados se comprometen a impulsar las políticas y movilizar los medios necesarios para su consecución. Sin embargo, este compromiso no solo implica a los gobiernos y a las administraciones públicas, sino a todas las personas que formamos parte de la sociedad.

De todos los objetivos, a través de esta guía vamos a contribuir a los siguientes ODS (Objetivos de Desarrollo Sostenibles de las Naciones Unidas).

La prevención es la estrategia idónea para abordar las raíces de la violencia sexual



3 SALUD
Y BIENESTAR



ODS 3: Salud y bienestar. Garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos/as en todas las edades.

4 EDUCACIÓN
DE CALIDAD



ODS 4: Educación de calidad. Garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad y promover oportunidades de aprendizaje durante toda la vida para todos/as.

5 IGUALDAD
DE GÉNERO



ODS 5: Igualdad de género. Lograr la igualdad entre los géneros y empoderar a todas las mujeres y las niñas.

16 PAZ, JUSTICIA
E INSTITUCIONES
SÓLIDAS



ODS 16: Paz, justicia e instituciones sólidas. Promover sociedades justas, pacíficas e inclusivas.

Si quieres saber más de los ODS,
visita el siguiente enlace:

<https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/>

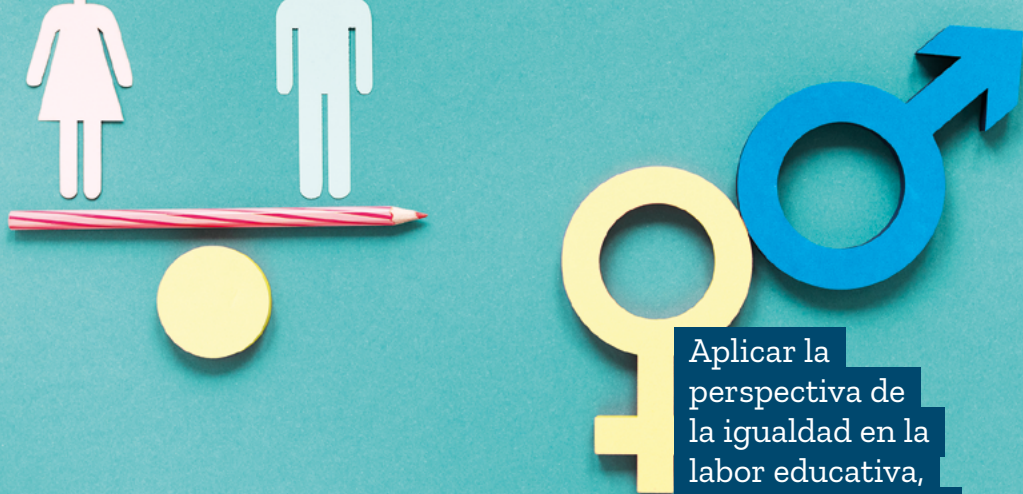


Principio educativo y científico

La presente guía metodológica recoge los conocimientos y su aplicación a través de las actividades propuestas cumpliendo el principio educativo apoyado del científico: los argumentos se basan en teorías, datos y principios fundamentados en la realidad objetiva.

Teniendo en cuenta que cada actividad contiene sus objetivos, es interesante recordar que cualquier acción pedagógica en un aula debe perseguir **finés educativos**. Te dejamos algunas recomendaciones para elevar al plano consciente la importancia que tiene tu labor en el aula:





Perspectiva de la igualdad de género

Hablar de igualdad de género en el ámbito que nos ocupa es de obligado cumplimiento. Aplicar la perspectiva de la igualdad en la labor educativa, en los programas y actuaciones formativos significa tener en cuenta las desigualdades basadas en el sexo y en el género, algo que perjudica a la sociedad en su conjunto. **Coeducar** significa comprender que la educación y la transmisión de conocimientos no es algo neutro, y que se pueden reproducir ideas discriminatorias y contrarias a la igualdad. Por otro lado, se asegura trabajar sin estereotipos de género ni sexismo.

En resumen, incluir la igualdad en la acción educativa implica:

- ☑ Fomentar la igualdad de oportunidades.
- ☑ Valorar los talentos en igualdad.
- ☑ Denunciar actitudes y comportamientos violentos.
- ☑ Empoderar a las niñas y mujeres.
- ☑ Ayudar a alcanzar los mismos derechos y deberes para chicos y chicas.
- ☑ Eliminar obstáculos para que chicos y chicas sean lo que quieran ser.
- ☑ Tambalea los cimientos que alimentan la desigualdad actual.



Atención a la diversidad

Mejorar la calidad de la enseñanza asegurando la igualdad de oportunidades exige a la comunidad educativa una **planificación conjunta** acorde con la realidad de cada centro, de cada aula. El profesorado es conocedor de la complejidad de las personalidades, capacidades, circunstancias y diversidad del alumnado, y es consciente de la importancia de la toma de decisiones correctas en el desarrollo de los contenidos, la metodología utilizada o cómo organizar a los grupos.

Atender a la diversidad del alumnado comienza por el conocimiento de la realidad de aula, establecer pautas comunes y coherentes en el centro y agrupar todos los recursos disponibles para que este principio se cumpla.

Con respecto a la diversidad en el ámbito de la prevención de la violencia sexual, es importante partir de la base de los conocimientos propios del alumnado. La adaptación en el nivel del discurso a la hora de plantear las actividades, sugerir debates o llegar a conclusiones es fundamental en la materia que nos ocupa. Con objeto de que el aprendizaje sea significativo para el alumnado habrá que tener este criterio muy en cuenta, y así poder atender a la pluralidad de intereses en el aula.

Competencias blandas (personales y profesionales)

Las *Soft Skills* o Competencias Blandas son capacidades **adaptables, moldeables y evolutivas**. Son competencias personales imprescindibles para el desarrollo psicológico del alumnado, y que cada vez toman mayor protagonismo de cara a la proyección de su futuro laboral.

Estas habilidades transversales hablan de nuestra forma de ser, de nuestra manera de relacionarnos y de movernos en el mundo. Podríamos decir que las *Hard Skills* (competencias duras) están relacionadas con el cociente intelectual (y el currículum académico) y las *Soft Skills* con la Inteligencia Emocional (IE).

Algunas de las *Soft Skills* que se entrenarán a través de la realización de actividades de la presente guía son: comunicación, creatividad, trabajo en equipo, adaptabilidad y pensamiento crítico.

Estas habilidades van mucho más allá del rendimiento académico valorable. El profesorado tiene la capacidad de desempeñar una gran labor de



impronta cuando incorpora en su labor educativa estas competencias, que van dirigidas a fomentar un **desarrollo sano, respetuoso y responsable** en sus alumnas y alumnos.

Participación activa y crítica

La metodología de esta guía es eminentemente **participativa**, ya que en el proceso de aprendizaje, los valores que perseguimos alcanzar, no se aprenden con una tradicional transmisión de conocimientos, explicación unidireccional por parte del profesorado o lectura de un artículo.

También es necesario alcanzar un nivel óptimo de atención para que el alumnado llegue por sí mismo a las conclusiones pertinentes, teniendo acceso a toda la información posible, teniendo la oportunidad de realizar preguntas y algo cada vez más importante, trabajando el pensamiento crítico; por lo que la metodología participativa (y deductiva) es imprescindible.

Partimos de la idea de que parte del problema del aumento de la violencia sexual entre jóvenes es la normalización de la violencia, la hipersexualización o la presión grupal, factores que son alimentados por las redes sociales con un exceso de información rápida que cuesta discernir. Por ello es urgente entrenar la reflexión, el interés por averiguar las consecuencias de algunas decisiones, la tolerancia a la frustración, etc.

Plantear el desarrollo de las actividades de la guía como una **acción consciente, reflexiva, planificada** y que incidirá positivamente sobre la prevención de la violencia sexual y el consumo de pornografía entre adolescentes nos llevará a un cambio social. Y cuanto más lo trabajemos y en más aulas, en más centros, mayor será el cambio. Además, cuando el alumnado adquiere competencias participativas y se les hace responsables del cambio, incrementa absolutamente sus niveles de autoestima. También ayuda a que se sientan más valorados y por ende, mejorarán sus relaciones sociales. Por lo tanto, que el alumnado participe en el desarrollo de las actividades y que aumente su pensamiento crítico, significará que procesarán la información de manera más eficaz, tomarán mejores decisiones y asimilarán mejor los aprendizajes adquiridos en el aula. Se trata, en definitiva, que cuando se expongan a situaciones indeseables que desarrollaremos en la presente guía, tengan la capacidad de procesar la información y recursos disponibles para analizar, valorar, comparar y actuar de la mejor manera posible ante un problema.

Y este es el poder de esta guía, de tu trabajo en el aula y de la capacidad transformadora del ámbito educativo.



Incluyamos la prevención de la violencia sexual como materia imprescindible a trabajar en los centros, porque en muchas ocasiones, es el único lugar donde poder proteger y ayudar a las personas menores de edad ante esta lacra social.

Los valores que perseguimos
alcanzar, no se aprenden
con una tradicional transmisión
de conocimientos, explicación
unidireccional por parte del
profesorado o lectura de un
artículo



Relación entre la teoría y la práctica

La presente guía propone argumentación teórica y material complementario para que dirijas las actividades de manera que el alumnado asimile los contenidos con facilidad. Nos referimos a la práctica cuando el alumnado se **involucra** en la resolución de problemas, solución de casos, trabajo en equipo o la exposición oral de algún tema. De esta manera, estaremos resaltando la importancia de manejar la teoría (o cómo acceder a fuentes fidedignas) para tomar las mejores decisiones, a la par que entrenamos la habilidades y actitudes necesarias para la aplicación práctica de la teoría.

Nos centraremos en el cómo establecer **relaciones saludables a lo largo de la vida** y la importancia de adquirir conocimientos sobre el cuerpo, reconocer los propios sentimientos y emociones, así como saber qué hacer ante situaciones de violencia, intimidación o abuso.



Bloque

1/

Diagnóstico y análisis de situación

Fundamentación teórica: la adolescencia

La complejidad de la etapa de la adolescencia se ha de definir por factores que debemos tener en cuenta: la existencia de las redes sociales, las relaciones y contenidos del mundo online y la violencia de género. Durante todo el itinerario vital de las personas (infancia, adolescencia, adultez y tercera edad) cada periodo posee unas características concretas y propias a la edad, por ello las debemos tener en cuenta y tendremos que huir de las generalizaciones.

Para trabajar la prevención de la violencia sexual en la adolescencia, debemos comprender la configuración teórica de la sexualidad en jóvenes acercándonos al siguiente concepto: El **Hecho Sexual Humano**. El HSH consiste en el proceso mediante el cual nos vamos haciendo, viviendo y expresando como sujetos sexuales. Desde la ciencia de la Sexología se plantea que es una sucesión compleja de acontecimientos bio-psico-sociales que hace que seamos seres sexuados: hombres o mujeres. Teniendo en cuenta esta teoría, podemos asumir que cada persona tiene una manera única de ser y estar en este mundo en el plano afectivo y sexual.

Esta premisa la debemos tener presente cuando trabajemos la sexualidad en cuanto a su diversidad a la hora de argumentar, exponer y debatir con el alumnado. No demos por hecho que todo el alumnado entiende su sexualidad de la misma manera. Es importante que incluyamos **todas las sexualidades**, sin juzgarlas ni jerarquizarlas, sin establecer categoría o grados, tomando en cuenta también los factores culturales, momentos evolutivos y con diferentes orientaciones del deseo. Una de las definiciones más completas e integrales de la Sexualidad es la siguiente:

"La sexualidad humana es un aspecto central del ser humano presente a lo largo de su vida. Abarca el sexo, las identidades y los roles de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la reproducción y la orientación sexual. Se vive y se expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas, prácticas, papeles y relaciones interpersonales. La sexualidad puede incluir todas esas dimensiones, no obstante, no todas ellas se vivencian o se expresan siempre. La sexualidad está influida por la interacción de factores biológicos, sociales, económicos, políticos, culturales, éticos, legales, históricos, religiosos y espirituales". (Organización Mundial de la Salud, 2002).

La sexualidad humana
es un aspecto central
del ser humano
presente a lo largo
de su vida

La imagen ideal que nos impone la sociedad de la sexualidad está muy relacionado con un creciente culto al cuerpo en el que, para ser atractivos/as debemos poseer determinadas características acorde a un modelo de belleza y el éxito lleno de filtros de las redes sociales... Se establece así una **jerarquía de "éxito"**, donde quedan excluidas todas aquellas personas que no cumplan con dichas imposiciones. Este momento obliga a una reestructuración de la identidad sexual, en la medida en el que el cuerpo es el pilar fundamental de la adolescencia. Estos cambios físicos exigen una aceptación del "nuevo cuerpo"; y por otro lado, vivimos en una época que funciona bajo unos estereotipos sexuales muy marcados y una hipersexualidad especialmente representada en las chicas (incluso niñas), con unos cánones de belleza imposibles de alcanzar. La **autoestima** y la **autoimagen** en la adolescencia son muy vulnerables ante tanta presión social, del grupo de iguales, así como de todos los agentes socializadores, medios de comunicación y contenidos de las redes sociales. Esto nos lleva a pensar en la manera de comunicarnos en el aula y observar cómo se comunican entre ellas y ellos, atendiendo especialmente a cualquier insulto o señalamiento por cuestiones corporales, que no sólo pueden ser una señal propia de bullying sino que puede acarrear serios problemas de autoestima y negativa autopercepción corporal, llegando a afectar a la salud mental, física y al rendimiento académico del o de la menor.

La **afectividad** es un ámbito absolutamente ligado al desarrollo sexual en la adolescencia. Son muchas las emociones que se relacionan con la sexualidad, como por ejemplo: atracción, enamoramiento, inhibición, rechazo, dolor, culpa, empatía, apego, dependencia, hostilidad, amistad, ira, etc. La gestión emocional en este punto resulta muy relevante, ya que de



La autoestima y la autoimagen en la adolescencia son muy vulnerables ante tanta presión social, del grupo de iguales, así como de todos los agentes socializadores, medios de comunicación y contenidos de las redes sociales

lo dependerá del progreso y desarrollo de un bienestar sexual, o una vida llena de sentimientos encontrados, emociones incoherentes con los pensamientos e incomprensión de lo que sucede a su alrededor.

No podemos acabar esta introducción teórica sin mencionar un asunto muy preocupante en la actualidad y que concierne a la adolescencia de una manera muy directa: existe el problema del consumo de la **pornografía** y sus consecuencias en el desarrollo psicosexual de las personas jóvenes. El primer contacto de los niños con la pornografía se produce alrededor de los ocho o nueve años, según afirma la Agencia Española de Protección de Datos (AEPD). Personas expertas en la materia consideran clave la lucha contra esta tendencia de consumo para solventar problemas relacionados con la violencia sexual. El consumo de la pornografía en edades tempranas conlleva una serie de problemas complejos de solucionar. Se reproducen escenas explícitas donde el *leitmotiv* de todas ellas es representar el poder masculino desde la violencia. Las escenas que son más vistas son aquellas

donde el hombre domina a la mujer, obliga a ejecutar prácticas, normalizando dicha violencia, incluso la violación grupal.

Niños, niñas y adolescentes navegan en Internet buscando respuestas, para resolver la curiosidad e inquietudes propias de la edad, sin embargo, lo que encuentran es una ventana a la ficción, una sobreexposición a una gran diversidad de escenas impactantes y explícitas, de manera que incitan el visionado de vídeos muy cortos listos para consumir uno detrás de otro. De esta manera, hallan explicaciones a sus preguntas desde una visión adulta para la que no están preparados/as y altamente agresiva. En conclusión, **les indica que la violencia sexual forma parte del sexo adulto y que no hay límites.**

Por ello es urgente tratar abiertamente este problema, para que el relato que impere no sea el de la pornografía y mostrar una alternativa respetuosa, saludable e igualitaria desde la comunidad educativa.



Antes de empezar...

Esta guía metodológica está elaborada en base a los constructos inmersos en la producción audiovisual del Instituto Andaluz de la Mujer "Tras la pantalla", dirigido por Charo R. Gitrama y Páginas Violeta. Este impactante cortometraje contiene absolutamente todos los conceptos clave para prevenir la violencia sexual, así como los directamente relacionados con las consecuencias del consumo de la pornografía. Es por ello que ha servido de inspiración y de guion conceptual para la elaboración de la presente guía.

Actividad

— EL OJO CRÍTICO —

Visionado de "TRAS LA PANTALLA"



OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- » Detectar manifestaciones de la violencia sexual.
- » Entrenar la empatía y asertividad.
- » Reflexionar en torno a los comportamientos propios de una relación afectivo-sexual.
- » Prevenir la violencia sexual en la pareja.
- » Incentivar la motivación para actuar ante casos y señales de violencia sexual.



UN POCO DE TEORÍA:

La pornografía se ha posicionado en el top ten de consumo en internet, un grave problema dados sus contenidos de fácil acceso (incluso para menores de edad) basados en el dominio y en la agresividad hacia las mujeres, como elemento clave para mostrar comportamientos de excitación y placer. Desde la comunidad educativa es importante **colaborar en la desnaturalización** de estos contenidos y así poder hacer frente a la erotización de la violencia sexual desde la educación en valores. El acceso a la pornografía a través del móvil por parte del alumnado se está produciendo a partir de los 8 años, una edad absolutamente temprana y nada preparada para la recepción de imágenes tan explícitas. Dichos contenidos erotizan la violencia y afecta negativamente al desarrollo de la psicosexualidad de menores y personas adultas, además de naturalizar la violencia sexual y promover unos roles muy estrictos en cuanto a mujeres y hombres, relegando la sumisión, pasividad y la ausencia del placer como algo propiamente femenino, así como la agresividad y la fuerza en el plano masculino.

La **deshumanización** sistemática de las mujeres en la pornografía conduce a que se produzcan conductas y actitudes agresivas hacia las mismas. Esta cosificación sexual que se produce dentro de la pornografía podría estar contribuyendo al aumento de delitos sexuales en España. Es urgente dotar de herramientas al profesorado para hacer frente a estas cuestiones que surgen de manera creciente en el aula. La importancia de no mirar hacia otro lado y afrontar esta cuestión desde la pedagogía, la educación en valores y la salud sexual, resulta fundamental para prevenir la violencia de género en edades jóvenes, y más concretamente, evitar conductas y actitudes que se reproducen en la pornografía que son constituyentes de violencia sexual.

Algunos datos del Ministerio de Igualdad sobre el consumo de pornografía entre los jóvenes:

- ☑ Para el **30%** de los adolescentes, la pornografía es la única fuente de información sobre sexualidad.
- ☑ El **52,1%** de quienes ven porno habitualmente reconocen que ha influido mucho o bastante en sus relaciones sexuales.
- ☑ El **54,1%** de adolescentes cree que la pornografía da ideas para sus propias experiencias sexuales (en mayor medida en ellos que en ellas).
- ☑ Las principales fuentes de acceso a pornografía son las siguientes: 51,2% por grupos de iguales, 28,5% por búsqueda activa y el 17,4% de forma accidental.
- ☑ **Ocho de cada diez** jóvenes dicen que es fácil acceder a contenidos pornográficos por primera vez.
- ☑ **Tres de cada diez** adolescentes consumen porno todas las semanas.
- ☑ El **50,2%** de los/las jóvenes se lo oculta a su familia (las mujeres más que los hombres).
- ☑ Para aclarar sus dudas los adolescentes acuden a sus amistades (72,8%) e Internet (69,1%)



MANOS A LA OBRA: Materiales y explicación de la actividad

Pasamos a ver el cortometraje "**Tras la pantalla**" (duración 15'34") producido por Páginas Violeta y dirigido por Charo Ruíz Gitrama. El cortometraje presenta la reflexión sobre el impacto y las consecuencias del consumo de pornografía en menores y cómo esto les afecta en sus relaciones afectivas y sexuales, así como en el propio desarrollo personal y emocional.

Les recomendamos que tomen nota de aquello que le llamen la atención, información que les resulte interesante o si quieren realizar preguntas después.

A continuación, colocamos a la clase en círculo de manera que todo el mundo se pueda mirar mientras habla y procedemos a reflexionar y debatir.

Algunas **preguntas** que puedes utilizar son las siguientes:

- » ¿Os ha gustado el corto?
- » ¿Qué consecuencias muestra el corto que puede generar el ver porno?
- » ¿Por qué el protagonista no entiende que ella no quiere hablar con él?
- » ¿Pensáis que consumir porno puede influir en la manera de entender la sexualidad?
- » ¿Cómo pensáis que se siente la víctima de la violencia sexual?
- » ¿Qué conclusiones podemos extraer de todo esto?



TIEMPO RECOMENDADO:

Visionado + Debate: 60 minutos.

Actividad

— EL TABÚ DEL AMOR IGUALITARIO —

Juego para aprender sobre el amor igualitario



OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- » Crear un espacio respetuoso para hablar sobre las relaciones igualitarias.
- » Resolver dudas del alumnado desde la veracidad, eliminando tabúes e ideas erróneas.
- » Fomentar el respeto mutuo.
- » Incentivar el uso de terminologías respetuosas y no discriminatorias.
- » Favorecer relaciones entre iguales en una temática que genera inquietud.
- » Detectar falsas creencias y miedos infundados en relación a las relaciones afectivas.



UN POCO DE TEORÍA:

El **concepto de amor** es una construcción cultural llena de mitos y tabúes, falsas creencias y muchas expectativas infundadas por la televisión y redes sociales, generando un imaginario en muchas ocasiones, irreal. Por ello, en esta versión se inculcan factores que pueden alimentar las desigualdades dentro de una relación de pareja, en todos los planos, sobre todo entre adolescentes. La prevención de la violencia de género y la violencia sexual, así como la promoción de relaciones sanas y respetuosas deben partir de la reflexión, del acercamiento a una serie de conceptos que sostendrán una serie de valores protectores ante casos de violencia.

Señalamos algunos de esos **factores protectores** para trabajar en el aula a continuación:

- » El respeto hacia una/o una misma/o fortaleciendo los límites personales. Cuidar la **autoestima** como el bien máspreciado.
- » Saber bien lo que se quiere y lo que no también. Si nunca hemos valorado lo que **NO** queremos en una relación, cuando estamos en ella nos inunda sin estar alerta.
- » Recordar que la **familia** y las **amistades** están ahí, incluso cuando te equivoques.
- » **No cambiar** nada por otra persona, ni la manera de vestir, ni los hobbies, ni planes con amigos, amigas o familia.
- » **Tener claro** lo que se quiere en la vida, tener objetivos vitales y luchar por conseguirlos.
- » Que el enamoramiento **no te ciegue** y pierdas el realismo de lo que sucede.



MANOS A LA OBRA: Materiales y explicación de la actividad

Presentamos el **clásico Tabú**, el juego de las palabras prohibidas, con un toque amoroso. Dividiremos la clase por equipos, les damos un par de minutos para que elijan un nombre que represente al grupo. Lo ideal es que cada equipo sea mixto y con un número de chicos/as similar.

El objetivo del juego es lograr que las/os compañeras/os de equipo adivinen un concepto sin usar ninguna de las palabras prohibidas que figuran en la tarjeta. En caso de acierto, el equipo se anota un punto, y si se dice una de las palabras prohibidas contenidas en la tarjeta o no se adivina, el resto de equipos se anotan un punto.

Hay que controlar el tiempo (de 1 a 2 minutos). Esta función la puede llevar el/la profesor/a, o en el caso de que algún alumno o alumna no quiera jugar, se le ofrece esta importante misión, así como anotar las puntuaciones.

Y ahora la parte pedagógica importante. Debemos prestar mucha atención a las explicaciones, para que no se cuelen falsedades o mitos. Aprovecharemos tras cada palabra para añadir la información pertinente, realizar la aclaración conceptual y aclarar dudas.

Es muy importante que trates todos los temas con seguridad; aprovecha a entrenar tus habilidades comunicativas con tu alumnado, hablando de un tema que les genera mucha curiosidad.

**Normas extra:**

- ☑ Tolerancia Cero a los insultos.
- ☑ Especial atención a los estereotipos de género, en cuanto a maneras de denominar cuestiones de chicos y de chicas.
- ☑ Podemos ser flexibles ante un concepto que sea similar por dar por acertada la palabra.

**TIEMPO RECOMENDADO:**

45 minutos.

**IDEAS ALTERNATIVAS:**

- » Que el propio alumnado por equipos prepare las tarjetas y las definiciones para que jueguen el resto de la clase.
- » Para avisar del fin del tiempo busca algún sonido potente: una bocina o silbato.
- » Acuerda normas específicas y un premio final con la participación del grupo.

Concepto:

AUTOESTIMA

Palabras prohibidas:

- | | |
|-----------------|-------------------------|
| – Sentirse bien | – Baja |
| – Quererse | – Hacer lo que te gusta |
| – Alta | |



📌 **EXPLICACIÓN EXTRA:** La autoestima es el sentimiento de aceptación y valoración hacia uno/a mismo/ y surge a partir del autoconocimiento. Se trata de la imagen que poseemos de lo que hacemos, pensamos y sentimos. La experiencia de la adolescencia puede ser estresante, por lo que el grado de autoestima que tengamos va a influir de cara a afrontar negativas y tiempos de espera,

así como a la hora de enfrentarnos a un problema o situación complicada. Todo el mundo puede hacer cosas para mejorar su autoestima, como por ejemplo: dedicar tiempo a hacer lo que te gusta, practicar tus hobbies, no tratarte mal ni permitir que nadie te trate mal, rodearte de gente que te haga sentir bien, comunicar tus preferencias, aceptar tu cuerpo y cuidarlo, etc.

Concepto:

ENAMORAMIENTO

Palabras prohibidas:

- Química
- Gustar
- Atontado/a
- Atracción
- Nervios

👉 **EXPLICACIÓN EXTRA:** El enamoramiento es un proceso intenso de deseo de unión con otra persona. En la adolescencia (y a veces en la edad adulta) se ve acompañado de picos emocionales que va de lo muy apasionado a lo muy dramático, idealización, pensamientos obsesivos y todo ello está influenciado por la química cerebral que altera el equilibrio emocional.

Concepto:

VERGÜENZA

Palabras prohibidas:

- Rojo
- Tomate
- Incomodidad
- Nervios
- Querer desaparecer

Concepto:

AMOR

Palabras prohibidas:

- Pareja
- Romántico
- Sentimiento
- Ganas de estar con la otra persona
- Compartir

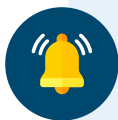
Concepto: SEDUCCIÓN	Palabras prohibidas: – Mirada – Ligar – Conexión – Enamorar – Atractivo
Concepto: INTIMIDAD	Palabras prohibidas: – Soledad – Estar solo/a – Móvil – Cuarto – Tranquilo/a
Concepto: RESPETO	Palabras prohibidas: – Valor – Derechos – Comunicación – Mirar por alguien – Tolerancia
Concepto: EMOCIONES	Palabras prohibidas: – Sentimientos – Enfado – Alegría – Cuerpo – Corazón
Concepto: ASERTIVIDAD	Palabras prohibidas: – Comunicación – Buen rollo – Decir no – Comprensión – Escuchar

Concepto:

EMPATÍA

Palabras prohibidas:

- Escuchar
- Comprender
- Sentimientos
- Ponerte en su lugar
- Abrazar



Hemos añadido explicaciones extra en algunas palabras a modo de ejemplo de cómo incorporar tus conocimientos. Sin embargo, puedes aportar tus propios conocimientos, investigar por tu cuenta o proponer al grupo que investigue, así como realizar preguntas una vez que se haya acertado la palabra, para detectar el nivel de conocimiento general en el aula y poder adaptar tus explicaciones extra.



RECURSOS EXTRA:

- ☒ Es necesario aprender a mirar con **visión crítica** hacia todos los factores de socialización que reproducen el amor romántico (mal entendido): sin ti no soy nada, cualquier telenovela o la isla de las tentaciones van en contra de toda ciencia y la lógica del amor.
- ☒ A continuación, échale una pizca de **raciocinio al amor**, rompe con la idea de que el corazón y el cerebro pueden opinar de manera diferentes. Debemos formarnos en inteligencia emocional y así aplicar técnicas psicológicas que produzcan emociones y sensaciones positivas en el momento deseado. Identificar aquello que nos hace bien es una manera muy eficaz de frenar faltas de respeto o ataques a nuestra persona.
- ☒ Centrarnos en mejorar la **autoestima** de manera consciente, no como algo que va y viene, sino destinar tiempo y poner en marcha estrategias que la mantengan cuidada: autoconocimiento, objetivos vitales, autocuidado, aceptación y autovaloración.
- ☒ Entrenar técnicas para aplicar la asertividad, el diálogo ante los conflictos y la negociación. Aprender a sobrellevar una ruptura desde el cuidado y no desde la autocompasión.

Actividad

MUJERES, HOMBRES Y LO CONTRARIO

Esterotipos de género enmarcadas en las primeras relaciones



OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- » Fomentar la igualdad de derechos y oportunidades entre chicos y chicas.
- » Derribar actitudes no igualitarias en las relaciones.
- » Comprender la construcción de los estereotipos de género.
- » Tambalea los cimientos de los roles y estereotipos tradicionales de género.
- » Reflexionar sobre las relaciones de pareja, la comunicación y los sentimientos.
- » Mostrar comportamientos ideales en el marco de la igualdad en las relaciones.



UN POCO DE TEORÍA:

Según la Real Academia Española, un **estereotipo** es una imagen estructurada y aceptada por la mayoría de las personas como representativa de un determinado colectivo. Esta imagen previa se forma a partir de una concepción estática y definitoria, que nos alerta de antemano sobre qué nos vamos a encontrar. Los poseemos de manera inconsciente y atribuyen rasgos, actitudes, comportamientos en función del grupo al que pertenezca. En definitiva, los estereotipos son generalizaciones, que nos sirven para enfatizar semejanzas y así clasificamos a grupos de personas.

Evidentemente, si el estereotipo es negativo, nos acercamos al concepto de prejuicio; tratándose de un sentimiento negativo con respecto un grupo social, una creencia negativa que conlleva una evaluación sesgada o irreal. Además, si esta creencia va ligada a un comportamiento ante la persona o grupo de personas sobre las que se juzga, podríamos hablar de discriminación.

Ejemplos de Estereotipos de Género:

- ☒ "Las niñas son más delicadas".
- ☒ "Los niños son más violentos".
- ☒ "Ellas son más comprensivas".
- ☒ "Ellos son menos sensibles".
- ☒ "A ellas les apetece más arreglarse".
- ☒ "A ellos se les da mejor el bricolaje".
- ☒ "Ellas son capaces de hacer varias tareas a la vez".

Es evidente que dichos estereotipos son generalizaciones basadas en **creencias socioculturales** que conllevan prejuicios y que crea distinción y separación entre lo femenino y lo masculino. Hay que tener en cuenta, que a la hora de relacionarnos con amistades, compañeros/as de trabajo, cuando educamos en el aula o nos dirigimos a la familia de nuestro alumnado la existencia de estereotipos de género va a influir más de lo que nos creemos.

La manera de transmitir estos estereotipos puede ser muy sutil e imperceptible; lo peor es que muchas de las creencias que están detrás de ellos están grabadas a fuego en nuestro imaginario. Estos roles asignados, van a determinar los gustos, las características personales, y por ende, los comportamientos de las personas en función a su sexo y su género en las relaciones de pareja. Ser consciente de este proceso, detectar los estereotipos y cómo nos pueden influir de manera negativa en las expectativas de una primera cita es el centro de esta actividad.



MANOS A LA OBRA: Materiales y explicación de la actividad

Con la inspiración de un famoso programa de televisión sobre parejas, vamos a proponer la siguiente actividad: MUJER, HOMBRES Y LO CONTRARIO. Damos las siguientes instrucciones: Vamos a detectar si hay diferencias entre chicos y chicas con respecto a una primera cita ideal. No hace falta que ya hayáis tenido una. Simplemente valorad y reflexionar sobre lo que penséis y ponedlo en común.

Dividir en grupos no mixtos de chicas y de chicos a la clase y deberán anotar en un folio las respuestas de manera consensuada a las siguientes preguntas:

¿Cómo es una cita ideal? Idea general de lo que debe o no debe ocurrir.

1. ¿Quién debe dar el primer paso?
2. ¿Dónde ir en una primera cita?
3. ¿Qué hacer en la primera cita?
4. ¿Cuándo es el momento ideal de besar?
5. ¿Qué hacer si no te ha gustado esa persona?
6. ¿Qué hacer si te rechaza al final de la cita?

Cada grupo deberá llegar a un consenso en la respuesta, de manera que tendrán que debatir sobre sus expectativas al respecto, así como su experiencia y conocimientos.

Pasados unos 15-20 minutos, expondrán sus conclusiones y se colocarán las respuestas de manera resumida en dos columnas en una pizarra (o similar), y poder valorar si hay diferencias en las respuestas de los chicos y las chicas.

Los aspectos a tener en cuenta en las **conclusiones** o cierre de la actividad son los siguientes:

- » Resaltar los estereotipos que surjan y explicar su significado.
- » Detectar prejuicios con respecto al comportamiento de las chicas y de los chicos.
- » Fomentar la igualdad de cara a llevar la iniciativa en una relación de pareja entre chica y chico.
- » Reflexionar conjuntamente sobre la importancia de agradar y tratar bien a la otra persona.
- » Cuestionar la importancia de un alto nivel de romanticismo con respecto al lugar o la actividad de una primera cita. Es importante agradar, pero sobre todo escuchar y conocer a la otra persona.

- » Destacar la importancia de la comunicación asertiva en las preguntas 6 y 7.
- » Hacer un listado común de elementos para una buena primera cita.



TIEMPO RECOMENDADO:

60-70 minutos.



IDEAS ALTERNATIVAS:

- » Una variable más compleja de esta actividad es que los grupos formados por chicas contesten como si fueran chicos, y viceversa. Al ponerse en el lugar del otro sexo hace que los estereotipos sean más evidentes.
- » En el debate final realizar la siguiente pregunta: ¿cómo denomina esta sociedad a un chico que liga lo que quiere? ¿Y a una chica? Reflexionar las respuestas ante un mismo comportamiento. Y a continuación preguntar: ¿qué podemos hacer para no juzgar de manera diferenciada el mismo comportamiento de un chico y de una chica? Las respuestas del alumnado te pueden llegar a sorprender.
- » Acabar la actividad con una infografía/mural con las conclusiones resumidas y dejarlo a la vista en el aula.

Actividad

— UN PLAN MUY PERSONAL —

Aprender a hacer un plan de acción personal



OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- » Promover la inteligencia emocional y el autoconocimiento entre el alumnado.
- » Trabajar la intimidad, asertividad y autoestima.
- » Incentivar la responsabilidad sobre la salud personal.
- » Motivar para el autocuidado y el entrenamiento en la gestión emocional.
- » Trabajar la empatía y el afecto social.
- » Prevenir la violencia en las relaciones.



UN POCO DE TEORÍA:

En 1995, Daniel Goleman publica el libro *Emotional Intelligence*, con él consigue dar una difusión sin precedentes al concepto **Inteligencia Emocional**, convirtiéndose en un top ventas. En él establece que la Inteligencia Emocional se organiza en torno a cinco capacidades: conocer las emociones y sentimientos propios, manejarlas, reconocerlas, ser capaz de crear la propia motivación y gestionar nuestras relaciones.

La Inteligencia Emocional está relacionada con el **autoconocimiento** y cómo este puede convertirse en una herramienta para mejorar la calidad de nuestras relaciones. Como docentes es importante acercarnos a los conceptos básicos de la Inteligencia Emocional cuando trabajamos con adolescentes en general, y especialmente si nos adentramos en la prevención de la violencia de género y la violencia sexual. Los recursos psicológicos que cada joven posea son determinantes en la forma de enfrentarse a situaciones sociales, convirtiéndose la educación emocional en un preventivo para actuar de manera que se priorice el bienestar y la salud personal.

Una aptitud fundamental de la Inteligencia Emocional para aumentar la responsabilidad en el autocuidado y la empatía en adolescentes es el autoconocimiento. Si para las personas adultas ya reviste complicación eso del autoconocimiento y regulación de emociones ¿cómo no va a ser arduo para una persona con una explosión hormonal estratosférica?

El autoconocimiento es **entender y aceptar** las diferentes emociones que nos inundan, aprender a leer las señales del cuerpo, saber qué queremos, qué nos gusta y qué no y, en base a ello, tomar decisiones. El autoconocimiento nos ayuda a entender quiénes somos realmente, lo que nos permite ser más felices. Al conocer nuestros gustos, intereses, límites y aspiraciones, podremos tomar mejores decisiones.



MANOS A LA OBRA: Materiales y explicación de la actividad

Presentamos la única actividad individual y personal de todo el manual. Si el grupo, una vez realizada la ficha desea compartir sus sensaciones al escribirlas, ¡perfecto! Sin embargo, pensar que tiene que compartir lo que se ha reflexionado y escrito a nivel individual va a influir en la redacción, así que es mejor que sea personal.

Podríamos empezar realizando una dinámica rompehielos, para relajar el ambiente y aumentar el nivel atencional en el aula, te proponemos varias:

- 🔗 **"LA MÚSICA QUE EMOCIONA"**: Poner música en el aula (de estilos diferentes, a tu elección) mientras dibujan lo que les vaya surgiendo, no hay reglas ni normas. Esta actividad aumenta el nivel de atención emocional y la concentración. Con 3 o 4 canciones será suficiente. De manera voluntaria que expliquen sus dibujos y qué han sentido mientras dibujaban.
- 🔗 **"TALENTOS DESCONOCIDOS"**: Cada alumna/o deberá anotar en un papel habilidades y tareas que se les dé bien hacer, de manera anónima. Debemos ayudarles, ya que les costará trabajo detectar qué cosas se les da bien. Pondremos ejemplos de todos los tipos: talentos relacionados con la música, la cocina, o el deporte; capacidades lógicas y matemáticas, relacionadas con la comunicación o con la creatividad. Le podemos añadir lo que queramos, como por ejemplo: si somos frikis con alguna temática

o nuestro/a actor o actriz favorita. A continuación, sacaremos los papeles uno a uno, y los leeremos en voz alta; tendrán que adivinar de quién se trata. Esta actividad persigue hacer una pequeña mirada al interior en positivo, detectando cualidades buenas y compartiéndolas con el resto de la clase.

👉 **"LA FALSA PRESENTACIÓN"**: Nos presentaremos dando nuestro nombre diciendo tres cosas de nuestra vida, hobbies, hábitos, etc. Una de esas tres cosas deberá ser una mentira y el resto de la clase deberá adivinar cuál. Nos ayudará a generar buen rollo en el aula y es ideal para principios de curso.

👉 **"EL CÍRCULO DE LOS HALAGOS"**: Formad un círculo y cada alumno/a debe decir a quien tenga en la derecha: BUENOS DÍAS TENGA USTED, ME GUSTA DE TI, y que hagan una ronda donde digan algo positivo sobre su aspecto físico o complemento (pelo, cara, cuerpo, ropa, accesorios, etc.) y la segunda ronda en la otra dirección sobre su personalidad o forma de ser. Con esta rápida actividad conseguiremos romper el hielo, que aprendan a valorar la sensación agradable que sentimos cuando decimos y recibimos un halago o comentario positivo. Preguntar al final cómo se han sentido al hacer y al recibir un halago.

A continuación, les damos la siguiente **instrucción**:

- » Vamos a diseñar un Plan de Acción Personal. Se trata de valorar cómo nos encontramos, qué deseamos cambiar o qué deseamos mantener de nuestra vida.
- » Vamos a pensar en todo lo bueno que somos y cómo influye eso en nuestra manera de actuar.
- » Esta actividad es personal e individual. La podéis acabar en casa con más tranquilidad, cambiarlo dentro de un mes o retomarlo el curso que viene. Es vuestro.
- » El objetivo del Plan Personal es ver dónde podemos mejorar y diseñar un método para hacerlo.

Que reflexionen mentalmente las respuestas a las siguientes preguntas:

- ☒ ¿Te conoces bien?
- ☒ ¿Serías capaz de definirte?
- ☒ ¿Estás haciendo algo por mejorar algún aspecto que no te agrada de ti?

UN PLAN MUY PERSONAL

1. Conóctete bien. Recuerda los valores, conocimientos, habilidades y virtudes que posees. Escribe a continuación al menos 5 aspectos que quieras resaltar:

2. Acéptate tal y como eres. Describe algún aspecto que desees cambiar a corto plazo:

3. Asume tus responsabilidades. No dejes que nadie decida por ti. Pregúntate si estás haciendo todo lo que puedes para conseguir lo deseado. ¿Eres coherente con lo que desees que te ocurra?

4. Pon nota del 1 al 5 en los siguientes ámbitos de tu vida, tu nivel de satisfacción personal:

Tu personalidad	1	2	3	4	5
Tu relación con la familia					
Tu relación con las amistades					
Tu relación de pareja (si la tienes)					
Tu rendimiento académico					
Tu cuidado en la salud					
Tus conocimientos en sexualidad					

Toma lo que has puntuado con un 3 o menos y reflexiona qué puedes hacer para subir de nota. ¿Qué tendría que pasar para mejorar este aspecto que dependa exclusivamente de ti?

Escribe una acción, un cambio que podrías llevar a cabo para subir esa nota, anotando qué necesitarías y en cuánto tiempo:

ACCIÓN	NECESIDADES	TIEMPO
 ----- ----- -----	 ----- ----- -----	 ----- ----- -----

Una vez haya acabado el grupo, podemos pasar a realizar las siguientes preguntas:

- ☒ ¿Cómo os habéis sentido pensando en vosotros/as y vuestro nivel de satisfacción?
- ☒ ¿Consideráis que os conocéis bien?
- ☒ ¿Detectáis qué tenéis que hacer para cambiar lo que no os gusta?
- ☒ ¿Os apetece compartir algo?



Es importante dar la palabra y reforzar la comunicación emocional en chicos y en chicas al igual que respetar que no quieran compartir nada. También podemos ofrecer nuestra escucha si a alguien le apetece compartir algo personal. En muchas ocasiones el alumnado puede compartir algún problema grave, por lo que debemos estar alerta para su correspondiente derivación a dirección u orientación del centro (bullying, violencia de género, ciberbuligencia, etc.).

**TIEMPO RECOMENDADO:**

45 – 60 minutos.

**IDEAS ALTERNATIVAS:**

- » Durante la actividad es muy positivo poner música.
- » Favorece la concentración si cambiamos de espacio y realizamos la ficha en la biblioteca, por ejemplo.

Bloque

2/

Profundización de la problemática de la violencia sexual

Fundamentación teórica: la violencia sexual

La **Organización Mundial de la Salud** (2013) define la violencia sexual como: *"Todo acto sexual, la tentativa de consumar un acto sexual, los comentarios o insinuaciones sexuales no deseados, o las acciones para comercializar o utilizar de cualquier otro modo la sexualidad de una persona mediante coacción por otra persona, independientemente de la relación de esta con la víctima, de cualquier ámbito, incluidos el hogar y el lugar de trabajo"*.

Nos enfrentamos ante uno de los mayores atentados hacia el derecho fundamental a la libertad, a la integridad física y moral, a la igualdad y a la dignidad de las mujeres. Además, no se trata de una cuestión puntual, minoritaria o individual. Estamos ante un tipo de violencia estructural alimentada por unos marcados patrones sociales muy arraigados en nuestra cultura; tanto, que la hemos normalizado, justificado o invisibilizado como sociedad en general.

Por otro lado, todos los estudios y datos oficiales nos indican que la mayoría de casos de violencia sexual **no se denuncian**, por lo que por un lado, poseemos a un sector de nuestra población con las consecuencias de una agresión sexual sin tratar ni recuperar de manera eficaz, y por otro lado, mantenemos el silencio social; esto nos impide conocer la verdadera magnitud del

Estamos ante un tipo de violencia estructural alimentada por unos marcados patrones sociales muy arraigados en nuestra cultura; tanto, que la hemos normalizado, justificado o invisibilizado como sociedad en general.

problema, algo fundamental para poder disponer de los recursos necesarios o para poder prevenirlo.

Hablar de la violencia sexual, de cómo proteger a las víctimas, la importancia de denunciar a los agresores, prevenir la revictimización, acompañar a las víctimas en su recuperación, colaborar con la justicia y señalar hacia aquello que contribuya a la existencia de este tipo de brutal violencia es una gran **responsabilidad** que nos debe implicar a la ciudadanía en su conjunto, a los poderes públicos, fuerzas de Seguridad, y a la comunidad educativa en su conjunto.

Según el Informe Anual sobre Delitos contra La Libertad Sexual 2023, en 2022 hubo 19.013 delitos contra la libertad sexual en España, este aumento ha crecido de forma exponencial hasta las 21.852 denuncias registradas en 2023. Una de las cifras más alarmantes en las que han puesto el foco ha sido que el 42% de las víctimas de violencia sexual eran menores de edad, manteniendo datos similares al pasado año que registró 8.337 casos. También, otra de las cifras que han anunciado fue que uno de cada cinco delitos denunciados ante los cuerpos de seguridad son violaciones.

Para prevenir este tipo de violencia, además de acercarnos a las estadísticas para dimensionar el problema que nos ocupa, hay que incidir en la prevención, fomentando los valores básicos de la generación de relaciones saludables y exentas de violencia. Podemos estar todo el día hablando de prácticas, sentimientos, actitudes,... pero lo único cierto es que hay tres elementos que son imprescindibles y que deben caracterizar cualquier relación íntima, y estas son: respeto, empatía y sentimiento afectivo. Si alguna de estas tres cosas falla, podríamos decir que no ha existido una relación ni satisfactoria ni libre.

Hay tres
elementos que son
imprescindibles y que
deben caracterizar
cualquier relación
íntima: respeto,
empatía y sentimiento
afectivo

Actividad

— EL MAPA DE LA VIOLENCIA SEXUAL —

Análisis grupal de las causas, características, tipos y consecuencias



OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- » Reflexionar sobre el fenómeno estructural de la violencia sexual.
- » Comprender las causas y el funcionamiento de la violencia sexual.
- » Sensibilizar al alumnado sobre las consecuencias y el impacto de esta problemática.
- » Aumentar la empatía hacia las víctimas de la violencia sexual.
- » Rechazar actitudes y creencias comunes que normalizan o provocan la violencia sexual.



UN POCO DE TEORÍA:

Recordemos la definición de la violencia sexual: todo acto sexual, la tentativa de consumar un acto sexual o los comentarios o insinuaciones sexuales no deseados, ejercidos mediante coacción por otra persona, con independencia de la relación de ésta con la víctima, en cualquier ámbito, incluidos el hogar y el lugar de trabajo.

La violencia sexual se puede manifestar de **múltiples formas**:

- 👉 **Acoso verbal:** Comentarios o bromas sexuales no deseadas, comentarios ofensivos sobre la apariencia física, insultos, comentarios y burlas dirigidos a ofender, ridiculizar y menospreciar. Se deben incluir los piropos indeseados y las insistencias ante una negativa. También tendrán esta consideración cuando se comparten a través de las redes sociales.
- 👉 **Acoso no verbal:** miradas inapropiadas o lascivas, que tienen por objetivo intimidar. Se incluyen fotografías o imágenes enviadas de contenido sexual implícito no deseadas, contenido pornográfico que se obliga a ver y conductas exhibicionistas. Igualmente

se considera acoso el acto de grabar o fotografiar a una persona sin su consentimiento.

- ✚ **Acoso físico:** contacto físico no deseado como besos, abrazos o tocamientos que incomodan.
- ✚ **Abuso sexual:** cualquier forma de contacto físico en el cual no existe violencia física ni intimidación ni consentimiento.
- ✚ **Agresión sexual:** conductas que atentan contra la libertad sexual con violencia física con violencia e intimidación.
- ✚ **Violación:** tener relaciones sexuales sin consentimiento u obteniendo estas mediante la violencia, la coacción o amenazas.



MANOS A LA OBRA: Materiales y explicación de la actividad

Realizaremos una **introducción** general sobre la Violencia Sexual, explicando la gravedad, aportando algunos datos impactantes (puedes tomar algunos que te dejamos por aquí o buscarlos en noticias actuales).

Las personas más jóvenes poseen un poder de transformación maravilloso, sin embargo en primer lugar deben ser conscientes de la magnitud del problema, detectar sus manifestaciones, comprender las causas para poder tomar partida y aportar soluciones. Necesitaremos un aula con acceso a internet para que realicen una labor de investigación y aprovechar esta actividad para recordarles que todo trabajo serio de indagación de información debe ser de fuentes oficiales y que esté actualizada.

Los **pasos de la actividad** de búsqueda y puesta en común son los siguientes:

1. Buscar tipos de violencia sexual. Puesta en común y poner a la vista el listado.
2. Buscar datos estadísticos sobre violencia sexual. Añadir los más relevantes al listado.
3. Dividir en grupos de 3-4 personas y que cada grupo elija un tipo de violencia sexual e investigar sobre su CAUSAS, CARACTERÍSTICAS Y CONSECUENCIAS.

4. La última parte de la actividad es idear soluciones para acabar con el tipo de violencia sexual elegido.
5. Puesta en común de lo investigado y soluciones al grupo.



TIEMPO RECOMENDADO:

2 sesiones de 60 minutos.



IDEAS ALTERNATIVAS:

- » Dependiendo del nivel del curso, puedes facilitar tú mismo/a las webs oficiales.
- » Diseñar una infografía, cartel o una presentación sobre el proceso, los datos extraídos y soluciones para dar visibilidad al trabajo realizado.



RECURSOS EXTRA:

- ☒ Páginas webs de interés: ONU MUJERES, Ministerio de Igualdad, Instituto Andaluz de la Mujer, Feminicidio.com, Organización Mundial de la Salud, Delegación del Gobierno contra la Violencia de Género.

Actividad

— ANALIZANDO EL CEREBRO —

Investigación en redes y elaboración de infografía



OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- » Sensibilizar sobre la influencia del consumo de redes sociales en la adolescencia.
- » Promover relaciones respetuosas e igualitarias.
- » Comprender los mecanismos de adicción a las redes sociales.



UN POCO DE TEORÍA:

El objetivo general de esta actividad es descubrir cómo las **redes sociales** y sus contenidos de todo tipo están inmersa entre la juventud y por qué debemos prestar atención a sus peligros. Cada vez son más las personas expertas que estudian la influencia de este fenómeno y nos revelan unas conclusiones más que preocupantes.

Nos enfrentamos ante un gran factor de socialización, que está ganando todos los méritos para ser denostado por las personas que apuestan por la igualdad. Te explicamos el porqué con un montón de **razones**:

- » Reproducción de estereotipos de género,
- » Fomento de prácticas desiguales en las relaciones de pareja.
- » Normalización de la violencia de género y sus mecanismos.
- » El mito de la belleza llevada al máximo.
- » La filosofía del todo vale.

Y lo más preocupante: la **facilidad en el acceso** por parte de menores.



MANOS A LA OBRA: Materiales y explicación de la actividad

Planteamos la siguiente actividad como un reto. Iniciamos un diálogo con el alumnado sobre redes sociales realizando las siguientes preguntas:

- ☒ ¿Cuánto tiempo pasamos al día viendo las redes sociales?
- ☒ ¿Dejamos de hacer cosas importantes (dormir, comer, estar con la familia) por conectarnos a internet?
- ☒ ¿Cómo son los contenidos y perfiles que seguís en las redes?
- ☒ ¿Cómo son los chicos que salen? ¿Y las chicas?

(Añade todas las preguntas que consideres en función de las respuestas del grupo).

Una vez acabado este diálogo, realizamos la siguiente afirmación: HE LEÍDO QUE LAS REDES SOCIALES GENERAN ADICCIÓN Y VAMOS A INVESTIGAR SI ESO ES CIERTO. A continuación, dividir por equipos la clase y a modo detectivesco, deben **investigar en internet** sobre los siguientes conceptos y cuestiones:

- Q Funcionamiento cerebral en la adolescencia
- Q Dopamina en la adolescencia
- Q Comportamientos y adicción en la adolescencia
- Q La adicción a las redes sociales
- Q Efectos en el cerebro del consumo de redes sociales

Una vez acabada la investigación, deberá exponer qué han descubierto y aprendido y para finalizar, realizar una puesta en común y llegar a conclusiones.

Las conclusiones serán llevadas a una **infografía** donde se vincule toda la labor de investigación y que de manera deductiva se visualicen las conclusiones a las que ha llegado el alumnado.



TIEMPO RECOMENDADO:

120 minutos.

Actividad

— DETECTA EL MITO —

Mitos de la violencia sexual, estereotipos y consecuencias



OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- » Cuestionar mitos y conceptos erróneos propios de la violencia sexual.
- » Detectar comportamientos de la violencia sexual en las relaciones.
- » Fomentar la actitud crítica ante agentes de socialización.
- » Derrumbar estereotipos sexistas y violentos.
- » Fomentar el debate y la reflexión sobre la violencia sexual.



UN POCO DE TEORÍA:

Los **mitos y noticias falsas en internet** y más concretamente en las redes sociales son algo de lo más habitual. Se propagan para manipular información, por alarmismo o a veces se difunden por el simple hecho de compartir algo curioso con colegas. Las personas más jóvenes son un público vulnerable a estas informaciones falsas, normal, están aprendiendo a filtrar. Lo que ocurre es que a menudo desconocemos el calado que puede tener el simple hecho de compartir un contenido así.

En multitud de ocasiones hemos justificado las agresiones sexuales, dejándonos llevar por los mitos que nos han inculcado sobre la sexualidad, como por ejemplo:

- » Las mujeres pueden provocar que las acosen con su forma de vestirse y de moverse.
- » Algunas mujeres son demasiado sensibles y exageradas; lo llaman acoso cuando solo son piropos y coqueteo.
- » El acoso sólo les sucede a las mujeres jóvenes y atractivas.

- » Un NO puede significar Sí.
- » Si alguien no grita ni se defiende, no es realmente violencia sexual.

Los mitos hacen referencia a una serie de creencias erróneas respecto a la atribución de culpabilidad del agresor y la responsabilidad de la víctima en caso de violación sexual. En base a múltiples estudios, pueden ser agrupados en **cuatro tipos** generales (Gerger *et al.*, 2007; Payne *et al.*, 1999):

- » Culpar a la víctima; se soporta en la idea de que la mujer tiene deseos inconscientes de ser violada, lo cual se manifiesta en apariencia y conductas provocadoras.
- » Incredulidad en las denuncias de violación; se centran en creencias de que las víctimas de violación exageran lo ocurrido, que las acusaciones son falsas y que lo que se busca con la denuncia son ganancias secundarias.
- » Mitos que exoneran al perpetrador; afirman que los hombres tienen mayor deseo sexual, que es incontrolable, y la idea de que los violadores tienen deseos sexuales excesivos.
- » La creencia de que solo algunos tipos de mujeres son violadas; por ejemplo, las mujeres que se visten con ropa provocativa, las que se exponen asistiendo a ciertos lugares.

La normalización de estas falsas creencias posee un gran poder en la ciudadanía ante una noticia en prensa, y atención, tanto en la impunidad sentida de quien o quienes lo vayan a acometer. Tristemente, estos mitos también se encuentran en las mentes de las víctimas, por lo que el sentimiento de culpa es una apisonadora para ellas, y otra consecuencia terrible, no llegan a denunciarlo jamás.

Por ello, es importante profundizar en los falsos mitos que se promociona en internet de una manera muy sibilina para comprender bien el mecanismo de la violencia sexual. Algunas de las razones son las siguientes:

- » Se crean expectativas irreales y creencias erróneas sobre la sexualidad.
- » Normaliza la violencia sexual.
- » Incentiva la hipersexualización de los/as menores.

- » Normaliza la violencia de género.
- » Aumenta las conductas de riesgo.
- » Produce problemas en la pareja.



MANOS A LA OBRA: Materiales y explicación de la actividad

Les preguntamos si saben el significado del concepto "Mito" y si suelen darse cuenta de la falsedad de algunos contenidos que podemos encontrarnos en internet. Podemos poner **ejemplos** de noticias falsas divertidas, para romper el hielo y a continuación centrar el tema hacia la cantidad de contenido falso que existe en internet sobre las relaciones de pareja y la sexualidad.

Realizaremos una serie de afirmaciones ante las cuales deberán posicionarse como de acuerdo o en desacuerdo. Una vez hecho esto, se puede fomentar el debate y la reflexión con las siguientes preguntas: ¿Por qué pensáis eso? ¿Dónde te has informado para saber eso? ¿Qué opinas de que eso sea así? Es importante reforzar la idea veraz, para que no quepa la menor duda de la respuesta correcta.

Para hacer más dinámica la actividad, el alumnado puede colocarse en fila y posicionarse en un lado o en otro en función de su respuesta positiva y negativa, y **promover el debate** frente a frente entre ambas posturas.

MITOS (O NO):

SÍ NO

En una relación el chico debe llevar la voz cantante		
Cuanto más chulo sea el chico más atractivo es		
Cuanto más sumisa y obediente sea la chica, más atractiva es		
Lo ideal es que las dos personas disfruten lo mismo en una relación		
Si una chica dice NO, si insistes mucho, puede acabar en un SÍ		
Es normal que una chica sea la que pida salir		



TIEMPO RECOMENDADO:

60 minutos.

Actividad

— CIBERVIOLENCIAS —

Detectar ciberviolencias y conocer estrategias de afrontamiento



OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- » Fomentar una actitud responsable y respetuosa hacia las relaciones interpersonales y afectivas.
- » Alertar de posibles riesgos en las TICS y promover un buen uso para su disfrute.
- » Invitar a la reflexión y puesta en común de soluciones ante los diferentes tipos de violencia en las TICS.
- » Promover la igualdad de trato entre chicas y chicos en todos los ámbitos en general, y en las relaciones sociales y afectivas en particular.
- » Enseñar a identificar con rapidez y eficacia la ciberviolencia.



UN POCO DE TEORÍA:

Una manera más de relacionarnos es a través de las TICS, donde las redes sociales se convierten en ese mundo ideal para conocer y mantener amistades. Niños/as y adolescentes tienen un fácil acceso a ellas, son personas digitales nativas, adquieren competencias y se mueven por las redes sociales a la perfección. Esta forma de comunicación, aprendizaje y relaciones sociales contiene también una serie de riesgos y peligros en cuanto a la violencia sexual. Viven en una **falsa sensación** de intimidad y protección, por lo que pensar que está todo controlado (sin estarlo) deja la puerta abierta a una serie de engaños, chantajes, abusos y violencias.

Desde el Ministerio de Igualdad, se ha realizado un estudio titulado "Mujeres jóvenes y acoso en redes sociales" (mayo de 2022). Los datos que ofrece dicho estudio son cuanto menos escalofriantes:

- ☑ "El **80%** de las mujeres ha sufrido alguna situación de acoso en las redes sociales"

- ☑ "La mayoría de los mensajes de los agresores, un **56,2%**, son de carácter sexual e intimidatorio o se refieren, en un **53%**, a la divulgación de fotografías, sexualmente explícitas, sin el consentimiento de la víctima"
- ☑ "Instagram es, con una diferencia de más de 30 puntos (**79,9%**), seguida de WhatsApp (**48,3%**) la red social en la que más se dan este tipo de situaciones"

Las conclusiones muestran que la mayoría del acoso recibido en redes es en el ámbito afectivo-sexual. Actualmente existe entre la adolescencia la falsa ilusión de creer saber todas las formas de hacer frente al ciberacoso, que no tiene importancia en sus vidas o "eso a mí no me pasará jamás", conviven con una serie de falsas creencias que es necesario desenmascarar.

Por ello, nos encontramos ante una gran oportunidad para trabajar desde las aulas.



MANOS A LA OBRA: Materiales y explicación de la actividad

Hablaremos sobre los peligros de las redes en la violencia de género y cómo ésta ha usado las redes para continuar con la violencia. Para comenzar empezamos con la explicación de qué es un **algoritmo** y cómo funciona.

Los algoritmos son series de instrucciones para resolver un problema o dar solución a una situación. Los algoritmos están vivos y cuanto más se usan más aprenden sobre cómo somos.

El siguiente paso de la actividad es que deben buscar por parejas información (reels, videos, memes o cualquier otro elemento en sus redes sociales) que hablen de los siguientes conceptos:

Cibercontrol

Ghosting

Breadcrumbing

Cushioning

Zombing

Happy slapping

Stalking

Grooming

Negging

Sextorsion

Gaslighting

Catch and Release

Cada pareja explica lo que ha encontrado en sus redes sociales, si les ha costado trabajo (dependerá de los algoritmos). Y a continuación, deberán crear entre todas y todos los comportamientos/saberes/actitudes que debemos tener para no caer en esas prácticas y ciberviolencias.

🔗 **A modo de ejemplo:** *Confianza, respeto, buen rollo, independencia y autonomía, comunicación, tiempo libre, etc.*

Concluimos con que ese es el algoritmo de las relaciones positivas y respetuosas, donde no debe haber cabida para la violencia.



TIEMPO RECOMENDADO:

60 minutos.



RECURSOS EXTRA:

Ofrecer recursos para que lo tengan en cuenta en caso de que sean víctima de la ciberviolencia sexual:

- » Teléfono andaluz de atención a las mujeres 900 200 999
- » Teléfono gratuito de ayuda en ciberseguridad 900 116 117
- » Teléfono de atención a la violencia de género: 016. Es un teléfono de información y asesoramiento. En situación de emergencia llamar al 112.
- » Teléfono para personas con discapacidad auditiva y/o del habla: 900 116 016.
- » Denuncias relacionadas con pornografía infantil: denuncias.pornografia.infantil@policia.es
- » Para denunciar el grooming: <https://www.incibe.es/menores/tematicas/grooming>

Bloque

3/

Acciones hacia la igualdad

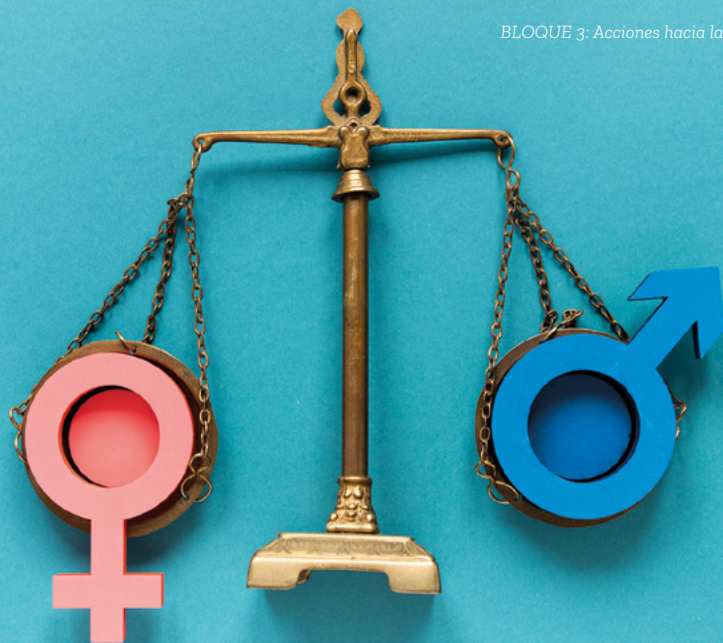
Fundamentación: Coeducación, inteligencia emocional y prevención de la violencia sexual

¿Has escuchado alguna vez el concepto coeducación? Seguro que sí. La escuela es un factor de socialización primario, es decir, su peso específico en los niños y niñas y en su interpretación e interiorización del mundo, es fundamental. Absolutamente todo lo que ocurre en un centro escolar, en un instituto educa o coeduca: el lenguaje que se emplea, el uso del patio y los espacios de deporte, las actividades extraescolares que se ofertan y la figura docente. Para coeducar se precisan acciones concretas encaminadas y directas porque el ámbito educativo no está exento de desigualdades que nos inunda como sociedad porque la escuela forma parte de la sociedad.

La coeducación es por tanto un **proceso intencionado de intervención psicoeducativa**, que tiene el objetivo primordial de neutralizar la desigualdad en el proceso de enseñanza/aprendizaje. Con ello se persigue potenciar el desarrollo de chicos y chicas libre de estereotipos de género.

Para coeducar se necesita formación, nadie es capaz de enseñar algo solo porque le parezca importante y a base de buenas intenciones. La coeducación es una herramienta muy potente que nos va a permitir, entre otras cosas:

La coeducación es un proceso intencionado de intervención psicoeducativa, que tiene el objetivo primordial de neutralizar la desigualdad en el proceso de enseñanza/aprendizaje



- » **Valorizar y vindicar el papel de las mujeres** a lo largo de la historia, no como una extensión de lo masculino, sino por justicia.
- » **Desmontar y desnaturalizar los estereotipos de género** sobre lo femenino y masculino que aparecen en las obras literarias, películas, música y, en general, en los productos culturales que consumen la infancia y la adolescencia.
- » **Ofrecer referentes** masculinos y femeninos que rompan con los estereotipos de género, para desarrollar los talentos, las habilidades, las aficiones y vocaciones sin sesgos.
- » **Desmontar los mitos** que invaden las relaciones románticas respecto a la posesión, los celos, los espacios personales, el sufrimiento amoroso, el control...ya que estas creencias son el caldo de cultivo para relaciones asimétricas que desembocan en violencia de género.

En definitiva, la coeducación es el antídoto ante el sexismo que puede pervivir en nuestro sistema educativo. Cada vez son más docentes quienes toman conciencia y se forman y esfuerzan por llevar la educación en igualdad a sus aulas. Solo así podemos ir encajando piezas que configuren un futuro donde hombres y mujeres se desarrollen libres de mandatos sexistas. Es el único camino hacia la igualdad real.

Actividad

— RUEDA DEL FLOW —

Dinámica grupal donde la empatía se contagia



OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- » Generar de un espacio de confianza para compartir ideas y experiencias.
- » Fomentar la comunicación sincera y en igualdad.
- » Entrenar la empatía y la escucha activa.
- » Crear sentimiento de grupo.
- » Aumentar la autoestima individual y grupal.
- » Detectar posibles problemas entre el alumnado.



UN POCO DE TEORÍA:

Basándonos en las diversas definiciones de profesionales del ámbito de la psicología, podemos confirmar que la **felicidad** procede de dos fuentes más o menos diferenciadas: lo feliz que cada persona se siente, entendida como percepción de una sensación de bienestar personal y en segundo lugar, como una satisfacción vital, relacionado con los logros personales y las decisiones que vamos tomando a lo largo de nuestra vida. De esta manera, la felicidad tiene una relación directa con nuestras motivaciones y automotivaciones. En las investigaciones sobre la felicidad del psicólogo Csikszentmihalyi, que expone que la condición fundamental para que suceda es cultivarla, es trabajando la atención, y todo lo que conlleva esa experimentación del Flow. La idea de Csikszentmihalyi (1997) es la siguiente:

"El flow significa tener una experiencia plena. Es un sentimiento de estar bien, de plenitud, de felicidad, que se da cuando hacemos algo que concentra toda nuestra atención al máximo, que saca lo mejor de nosotros implicándonos plenamente. Es una especie de corriente que atraviesa, impulsa y dirige las vidas de quienes poseen esa emoción o son atraídos por ella".

El **Flow** se lleva a cabo cuando realizas **una actividad que te atrapa**. Puede ser un hobby, o puede ser algo tan novedoso, placentero y estimulante que la atención se maximiza y concentra de manera única. Lo que define el flujo es "la intensa implicación de la experiencia en la actividad del momento".

Para esta actividad el *flow* es:

- ☒ Fluir con las actividades que haces, y no pasar de ellas, sino disfrutarlas.
- ☒ Construir relaciones positivas y saber alejarte de personas tóxicas.
- ☒ Tener una mejor autoestima y fomentar la autoestima de quienes te rodean.
- ☒ Celebrar los logros y ver los fracasos como un aprendizaje.
- ☒ Aportar buen rollo y tener sentido del humor.
- ☒ Aprender a definir metas y objetivos.



MANOS A LA OBRA: Materiales y explicación de la actividad

Para llevar a cabo esta actividad debemos sentarnos con todo el alumnado en el suelo, en círculo. Es imprescindible que nadie se quede atrás. Todo el mundo debe verse la cara. Esperar a que el ambiente esté tranquilo y en silencio, podemos poner música suave de fondo y explicar el significado del Flow. Nos centramos en que comprendan la importancia de estar en el aquí y el ahora, presentes en la actividad, de manera tranquila y conectados/as con el bienestar.

Una vez tenemos la atención del alumnado, vamos realizando preguntas de menos impacto emocional a más, de manera muy gradual. En la **Rueda del Flow** se interviene voluntariamente, respetando los turnos de palabra y sin juzgar a nadie.

👉 Ideas de preguntas:

1. ¿Cuál fue la última peli/serie que habéis visto y os ha gustado?
2. ¿Cuál es vuestro mejor plan para un fin de semana?
3. ¿Qué os encanta hacer que pasa el tiempo volando?

4. Comparte un día que fuiste muy feliz.
5. Si pudieras teletransportarte ahora mismo... ¿Dónde irías?
6. ¿A quién te gustaría parecerte? ¿Por qué?
7. Cuéntanos un gran fracaso del que aprendiste algo muy importante.
8. ¿Has sentido alguna vez mucho miedo?
9. ¿Qué te incomoda de tu vida?
10. ¿Has sufrido alguna vez algún tipo de violencia?
11. ¿Conoces algún superhéroe/superheroína en tu familia? Cuéntanos.

Como comprobarás, existe un progreso lineal en las preguntas, pero serás tú, profe, quien decida qué preguntas y en qué momento. Es importante controlar la carga emocional del aula, dejar respirar algunas respuestas, apoyar siempre a quien comparte algo y llamar la atención a quien no se lo tome en serio.

Para cerrar es importante que concluyas con un discurso sobre el buen trato, la importancia de cuidarnos, de pedir ayuda, de apoyarnos, así como que todo el mundo puede sufrir malas experiencias. Acabar con abrazos sería ideal, incidiendo en los chicos, que se abracen sin golpearse la espalda con agresividad.



TIEMPO RECOMENDADO:

60 minutos.



RECURSOS EXTRA:

El **Buen trato** significa que todas las personas se sienten reconocidas y valoradas y eso les motiva a ser mejores. Para que haya un Buen Trato en el aula es importante promover el reconocimiento de los y las demás, la empatía, la comunicación efectiva, la negociación para la solución de conflictos y el trato igualitario. De esta forma, se establecerá un clima en el que las y los adolescentes se sientan seguros/os, en confianza y donde sus ideas y sentimientos sean respetados y valorados.

Actividad

— OCIO EN IGUALDAD —

Investigación y debate sobre la igualdad en espacios de ocio



OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- » Detectar situaciones de violencia sexual.
- » Analizar si existen diferencias en el disfrute del ocio entre chicos y chicas.
- » Denunciar y rechazar comportamientos violentos en espacios de ocio.
- » Fomentar relaciones saludables y respetuosas.



UN POCO DE TEORÍA:

Los contextos de ocio nocturno pueden presentar peligros para todas y todos. Un robo, un asalto, una pelea... sin embargo para las chicas existe un plus de peligrosidad: la violencia sexual, que es otra manifestación más de la desigualdad estructural entre hombres y mujeres, de la cosificación y sexualización de las mujeres como objetos para el disfrute de otros. Mostraremos en el aula la siguiente información, y tras cada una procedemos a preguntar si están de acuerdo, su opinión y cómo les hace sentir estas realidades.

- » El respeto a la dignidad de otra persona no depende de la ropa que viste o sus gestos. La única persona responsable es quien agrede.
- » El acoso no es una expresión de deseo, sino de control y poder sobre la otra persona.
- » El acoso sucede cuando la conducta no es deseada y resulta ofensiva para quien la recibe.

- » Los datos señalan que mujeres de todas las edades pueden ser objeto de acoso. No hay perfil típico de víctima de acoso. Varían mucho en cuanto a su apariencia física, edad, forma de vestir y comportamientos. El acoso no se define por la intencionalidad, sino por el sentimiento de humillación o intimidación que provoca en la víctima.
- » NADA JUSTIFICA UNA AGRESIÓN, NI LAS DROGAS NI EL ALCOHOL.



MANOS A LA OBRA: Materiales y explicación de la actividad

Deberán formar equipos y elaborar una serie de preguntas, para entrevistar a 10 personas (5 mujeres y 5 hombres) de su entorno familiar, amistades, o de otras clases del instituto, etc. Sobre cómo viven y perciben los espacios de ocio. Las encuestas deberán ser anónimas. Deberán recoger las respuestas y exponerlas en la siguiente sesión. Les facilitaremos la siguiente información:

🔑 Las FASES DE LA ENCUESTA son las siguientes:

1. Formulación de objetivos de la encuesta: conocer si existen diferencias en la manera de percibir el ocio entre hombres y mujeres.
2. Determinar al tipo de población al que queremos dirigir la encuesta.
3. Determinar el tipo de encuesta que vamos a llevar a cabo: encuesta con preguntas abiertas, donde la persona encuestada relata sin límite y/o con preguntas cerradas; o una fusión de ambas.
4. Realización de la encuesta.
5. Procesamiento de los datos
6. Interpretación de los datos obtenidos
7. Presentación del resultado de la encuesta

Con la información recogida, deberán llegar a sus propias conclusiones y una vez hechas, **diseñar un lema** para una campaña por la igualdad y la no violencia en los espacios de ocio.



TIEMPO RECOMENDADO:

120 minutos (realización de entrevistas aparte).



RECURSOS EXTRA:

🔑 Ideas de preguntas para el cuestionario:

- » ¿Has recibido algún comentario de carácter sexual en un espacio de ocio?
- » ¿Alguna vez has sentido miedo volviendo a casa?

Actividad

— REEL POR LA IGUALDAD —

Acciones en RRSS para promover la igualdad



OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- » Promover la elaboración de contenidos relacionados con la igualdad en las redes sociales.
- » Incentivar la creatividad y el trabajo en equipo, así como la inteligencia colaborativa.
- » Motivar al alumnado a desarrollar proyectos de igualdad.
- » Empoderar al alumnado y profesorado participante demostrando su capacidad de promover cambios sociales en pos de la igualdad de oportunidades.



UN POCO DE TEORÍA:

Utilizar el **arte** y la **cultura** en todas sus manifestaciones es una estrategia divertida, interesante y motivadora para una educación igualitaria, inclusiva e integral, pero hay que saber hacerlo de manera atractiva para que llegue al alumnado y sea una herramienta de cambio de creencias eficaz.

El arte fluye e influye en los pensamientos y por ende, en las acciones. Y si lo incentivamos en el medio que mejor se mueven los chicos y chicas, más impacto obtendremos en la actividad. Los reels surgen como un espacio de descubrimiento para encontrar videos afines a los gustos e intereses de cada usuario/a. Son videos muy cortos de 10 a 60 segundos de duración y pueden compartirse en las historias de las personas de forma privada o pública. Es un espacio donde el alumnado puede desplegar sus talentos de baile, interpretación, pintura o lo que deseen.



MANOS A LA OBRA: Materiales y explicación de la actividad

El centro de interés entorno al que girará esta actividad es la **CREACIÓN COLECTIVA PARA FOMENTAR LA IGUALDAD**. La idea central es utilizar un medio muy utilizado por el alumnado para generar contenidos igualitarios, como vía para remover conciencias y para impulsar cambios sociales: reels y las redes sociales.

Mediante este trabajo pretendemos que los y las estudiantes se conviertan en "**agentes del cambio en las redes sociales**", que investiguen sobre la igualdad de oportunidades, qué temáticas les preocupan y dónde podrían incidir como jóvenes en el resto de la sociedad. De esta manera aseguramos su motivación al transmitir sus ideas a la par que se produce contenido igualitario.

👉 Paso 1. ¿Sobre qué haremos la campaña?

Les daremos algunas ideas para que investiguen a modo de inspiración:

- » Relaciones de pareja sin violencia de género.
- » Romper con estereotipos de género
- » La violencia sexual y cómo prevenirla.

👉 Paso 2. Objetivos y diseño de la idea.

Definir un objetivo les ayudará a concretar la idea. Además, un reels tiene una corta duración, por lo que tendrán que definir con exactitud el mensaje.

👉 Paso 3. Grabación.

En equipo deberán diseñar el guion, buscar el mejor atrezzo, materiales y por supuesto, una buena localización.

Paso 4. Presentación.

En esta última fase, les pedimos que compartan sus reels, que cuenten qué quieren expresar, qué dificultades han encontrado y si se atreven a colgarlo en sus propias redes.

Si se lleva a cabo en varias aulas, podría organizarse un Certamen y así obtener mayor repercusión social.



TIEMPO RECOMENDADO:

2 horas.

Guía para prevenir la violencia sexual y el consumo de pornografía

*Edición para profesorado
de 3º y 4º de la ESO y Bachillerato*

Conéctate a una realidad libre de violencia



Junta de Andalucía