

Financiado por:



SECRETARÍA DE ESTADO
DE SANIDAD
MINISTERIO
DE SANIDAD
DELEGACIÓN DEL GOBIERNO
PARA EL PLAN NACIONAL SOBRE DROGAS



La violencia sexual en adolescentes y jóvenes y su relación con el consumo de drogas

Módulo 4

Autoría: Asociación Mujeres Politólogas

4.

Módulo 4. Herramientas para erradicar la violencia sexual

Contenidos

- 4. 1. Educación emocional.
- 4. 2. Educación sexual.
- 4. 3. Autodefensa feminista.
- 4. 4. Nuevas masculinidades.
- 4. 5. Empoderamiento feminista.
- 4. 6. Alfabetización digital.

Introducción

En el módulo anterior vimos los principales obstáculos en la lucha contra la violencia sexual.

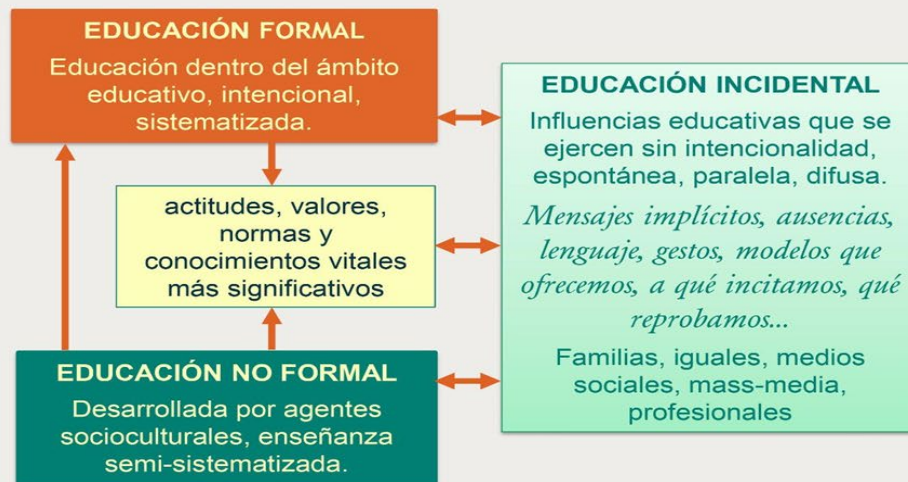
En este, mostramos algunas cuestiones para trabajar desde edades tempranas, que pueden ayudar a prevenir la violencia sexual antes de que aparezca.

Prevención temprana de la violencia sexual

Obstáculos	Herramientas para abordarlos
Cultura de la violación	Autodefensa feminista
Modelo de masculinidad hegemónica	Nuevas masculinidades
Modelo de feminidad tradicional	Empoderamiento feminista
Pornografía	Educación sexual

**Hay acuerdo en que la
educación es clave pero
educamos de muchas formas**

Tipos de educación



4.1. Educación emocional

Educación emocional

La educación emocional es el “proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral.

¿Qué trabajar en educación emocional?

Las áreas de educación emocional que podemos trabajar son:

- **Intrapersonal** (autoconcepto, autoestima, asertividad, autoconciencia emocional, independencia).
- **Interpersonal** (Empatía, relaciones interpersonales).
- **Adaptabilidad** (Prueba de realidad, flexibilidad, solución de problemas).
- **Manejo del estrés** (Tolerancia al estrés, control de impulsos);
- **Estado de ánimo y motivación** (Optimismo, felicidad).



Recursos para trabajar la educación emocional

Violencia de Género: “Atrapados en las
emociones”. Marta Sánchez Galiana. ISEP
formación 2011

<http://igualdadvalladolid.weebly.com/uploads/4/1/3/9/41391505/violencia-de-genero-%E2%80%99Atrapados-en-las-emociones%E2%80%9D.pdf>

4.2. Educación Sexual

Educación sexual

La Organización Mundial de la salud define la sexualidad como una cualidad humana que nos motiva a buscar afecto, contacto, placer, ternura e intimidad. La sexualidad tiene una clara influencia sobre nuestros pensamientos, sentimientos, acciones e interacciones, y por tanto influye en nuestra salud, desarrollo integral y construcción de la identidad.


La sexualidad involucra al cuerpo pero también al género y por tanto a los discursos socialmente contruidos. Puede ser una fuente de bienestar, pero también de conflicto y desigualdad.

El objetivo es la búsqueda de un abordaje de la educación sexual que empodere a las mujeres. Hay que incluir actitudes, creencias y valores en torno a la sexualidad y su desarrollo, la salud reproductiva, las relaciones interpersonales, el afecto, la intimidad, la imagen corporal y los roles de género.

La educación sexual debe tratarse con naturalidad y respeto, e incluir la identificación de situaciones de riesgo.

Las familias somos las principales educadoras de la sexualidad de nuestras hijas e hijos. Debemos ayudar a construir una sexualidad saludable desde los inicios de la infancia, para que las niñas, niños y adolescentes puedan conocer, respetar y cuidar su cuerpo y también el de las demás personas.

Deben enseñarles a distinguir entre secretos buenos y malos, a decir no, que hay partes del cuerpo privadas y que hay límites. El objetivo es que niñas y niños descubran quiénes son, se desarrollen de manera integral y desarrollen una forma de vivir libre, respetuosa y responsable.



Crear un clima de confianza en la familia es fundamental para que las niñas, niños y adolescentes, en el caso de que sufran una situación de violencia sexual, puedan comunicarlo antes posible.

Las/los adultos protectores tienen que hacerles sentir que están disponibles para hablar sobre temas de naturaleza afectivo-sexual y de aquello que les preocupa.



La sexualidad es un aspecto muy importante de la vida relacionado con muchos otros. Tiene que ver con la forma en que nos tratamos, tratamos nuestros cuerpos, deseamos, sentimos placer.

Estamos educando sexualmente a nuestros hijos e hijas desde antes de nacer. Así que es necesario ampliar el enfoque, y entender que la sexualidad se refiere a las relaciones sexuales pero abarca mucho más.



Hecho Sexual Humano



Hecho Sexual Humano



Dimensiones de la sexualidad





Recursos para trabajar la educación sexual

Para profesorado

[Guía de recursos y buenas prácticas de educación. Centro Reina Sofía. FAD](#)

Contiene recursos sobre Educación Sexual y ofrece un listado de “buenas prácticas” en materia de sexualidad existentes en España.

http://www.adolescenciayjuventud.org/que-hacemos/coleccion-documentos/ampliar.php/ld_contenido/112728/

Recursos para adolescentes

[La Psico Woman \(Sexóloga Youtuber \)](#).

<http://lapsicowoman.blogspot.com/>

Trabajemos desde la pedagogía del placer

Aunque las preocupaciones más frecuentes relacionadas con adolescentes y jóvenes hacen referencia a enfermedades de transmisión sexual, embarazos no deseados, pornografía y violencia, lo cierto es que abordar la sexualidad de una manera saludable requiere ampliar el enfoque.

La sexualidad es un aspecto muy importante de la vida relacionado con muchos otros. Tiene que ver con la forma en que nos tratamos, tratamos nuestros cuerpos, deseamos, sentimos placer. Estamos educando sexualmente a nuestros hijos e hijas desde antes de nacer. Así que es necesario ampliar el enfoque, y entender que la sexualidad se refiere a las relaciones sexuales pero abarca mucho más.

No se trata exclusivamente de hablar del cuerpo, de los órganos sexuales o de determinadas conductas sexuales como se tiende a pensar.



Recursos para
trabajar la educación
sexual desde la
pedagogía del placer

Más información sobre pedagogía del placer

Deseo, placer y satisfacción. COLECCIÓN DE GUÍAS
SOBRE DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS DE
LAS MUJERES JÓVENES nº2.

[http://www.gobiernodecanarias.org/cpji/docs/ici/Ediciones/Guia_Sex_2_D
PS.pdf](http://www.gobiernodecanarias.org/cpji/docs/ici/Ediciones/Guia_Sex_2_D
PS.pdf)

**No eduquemos para agradar, ni
eduquemos en el miedo a la
sexualidad**

**¡Eduquemos para que las
relaciones sean consentidas y
DESEADAS!**

Consentimiento

Consentir y pedir consentimiento consiste en establecer tus límites personales y respetar los de tu pareja; debes volver a preguntar si las cosas no están claras.

Para que sea algo consensuado, ambas personas deben estar de acuerdo en tener relaciones sexuales, todas y cada una de las veces. (Planned parenthood).

1. **Es activo.** Solamente, sí significa sí.
2. **Se da libremente** . Consentir es una opción que se toma sin presión, sin manipulación o sin la influencia de las drogas o el alcohol.
3. **Es entusiasta** . Cuando se trata de sexo, se deben hacer las cosas que se DESEA hacer, no lo que se espera.
4. **Es específico.** Decir que sí a algo (como ir a besarse al dormitorio) no significa que se acepte hacer otras cosas (como tener relaciones sexuales).
5. **Se brinda estando informado/a.** Solo puedes consentir algo si tienes toda la información al respecto. Por ejemplo, si alguien dice que usará un condón y luego no lo hace, no hubo consentimiento total.
6. **Es reversible.** Se puede cambiar de parecer sobre lo que desea hacer, en cualquier momento. Incluso si ya lo hicieron antes y ya se está en la cama.

Preguntar:

“¿Puedo [completa el espacio en blanco]?”

¿“Quieres que [completa el espacio en blanco]?”

Escuchar la respuesta. Es importante prestar atención al lenguaje corporal y al tono.

Si tu pareja dice “sí” o expresa claramente que algo le gusta, tienes su consentimiento.

Si tu pareja dice “no”, no dice nada o dice que sí, pero no parece estar segura ni cómoda, entonces NO tienes su consentimiento.

Si no se sabe qué desea la otra persona o si dice que sí, pero no parece segura, consultar antes de continuar. Seguir preguntando:

“Quiero asegurarme de que deseas hacer esto. ¿Sigo?”.

“Está bien si no te gusta esto. Podemos hacer otra cosa. ¿Qué te parece?”.

Nunca presionar a la pareja para que haga algo que no desee hacer o de lo que no parezca segura. Es necesario dejarle claro que está bien si quiere parar o hacer algo diferente.

Una vez que se sabe que una persona no le gusta algo que le hayas sugerido, dejar de preguntar y no insistir. Todo el mundo merece que se respeten sus límites.





Recursos para trabajar el consentimiento

Más información sobre consentimiento destinado a
población adolescente y joven

La palabra más sexi es sí. Una guía de consentimiento
sexual.

El material en este zine es adecuado para personas
mayores de 12 años de edad.

http://consentzine.com/assets/consentimiento_zine.pdf


4.3. Autodefensa feminista

Autodefensa feminista

La autodefensa feminista nace como respuesta a la violencia sexual y de género. Es el reconocimiento del derecho de las mujeres a defenderse mediante diferentes estrategias, ante un sistema patriarcal, misógino y agresivo con ellas.

La autodefensa feminista no es sólo defensa personal. **Es un espacio y un proceso de empoderamiento, tanto a nivel individual como colectivo.** La comprensión del origen de la violencia sexual y de cómo las mujeres hemos interiorizado el miedo y los mitos difundidos por la cultura de la violación, es imprescindible.

La autodefensa se da en un plano individual, aprendemos a protegernos. También tiene un marcado carácter colectivo.



Las estrategias más frecuentemente desplegadas, están destinadas a favorecer la **autodefensa** en las redes, que consiste en favorecer un cambio de actitud, que implique:

- Ser consciente de que la única responsabilidad de la violencia está en quien la ejerce, nunca en quienes lo reciben.
- Saber que todas las personas tenemos derecho a participar en redes y espacios sin recibir violencia.
- Buscar ayuda cuando no sabemos cómo defendernos, o pedir una respuesta colectiva para no sentirnos solas frente a la violencia.

La autodefensa y **el apoyo colectivo** tienen como objetivos responder a quienes agreden y apoyar a las víctimas del acoso, creando redes de apoyo y aprovechando su potencialidad. El silencio apoya la violencia. No quedarnos calladas ni callados ante ella, es la única forma de cambiar.

Ejemplo de
autodefensa
feminista
(Ver la campaña del
Ministerio en el Módulo 3)



10 Consejos Básicos Anti-Violación

- 1** No pongas drogas en las bebidas de las mujeres.
- 2** Si ves a una mujer caminando sola por la calle, déjala tranquila.
- 3** Si te detienes para ayudar a una mujer cuyo automóvil se ha averiado, recuerda no violarla.
- 4** Si estás en un ascensor y una mujer entra, no la viones.
- 5** Nunca te cueles en casa de una mujer por una ventana o puerta sin pestillo. No la asaltes en el aparcamiento, ni la viones.
- 6** ¡PIDE AYUDA A TUS AMIGOS!
Si eres incapaz de abstenerte de agredir personas, pide a un amigo que te acompañe cuando estés en lugares públicos.
- 7** No lo olvides:
no es sexo si lo haces con alguien dormido o inconsciente - ¡es VIOLACIÓN!
- 8** Lleva contigo un silbato si te preocupa que puedas atacar a alguien "por accidente", puedes entregárselo a la persona con la que estés para que pida ayuda.
- 9** No lo olvides: la honestidad es la mejor política.
Si tienes la intención de tener sexo más tarde con tu cita independientemente de lo que ella quiera, dile directamente que existe una gran probabilidad de que la viones. Si no comunicas tus intenciones, ella podría tomarlo como una señal de que no planeas violarla e, inadvertidamente, sentirse a salvo.
- 10** No viones.

Más info, ideas y originales en: www.thisisnotaninvitationtorapeme.co.uk
www.nofever.co.uk

Adaptación al español en: esceptica.org

4.4. Nuevas masculinidades

Nuevas Masculinidades

El concepto nuevas masculinidades se puede entender como un movimiento de los hombres, o de grupos de hombres que abogan por la igualdad entre hombres y mujeres en todos los aspectos de la vida y promueven la reflexión y crítica a la masculinidad hegemónica.

Tips para trabajar nuevas masculinidades

Desigualdad: Las nuevas masculinidades apuestan por las relaciones horizontales, el consenso y las relaciones entre iguales.

Competitividad: La masculinidad tradicional lleva a los hombres a ser competitivos para alcanzar un estatus laboral o social. Las masculinidades alternativas buscan que cada persona pueda mostrar sus debilidades sin miedo, y aprovechar el talento de los demás para trabajar en equipo de forma más efectiva, sin necesidad de buscar la confrontación.

Agresividad: La masculinidad hegemónica también implica la agresividad y la violencia que sigue estando presente en nuestra sociedad. Lo vemos a través del acoso, los comentarios sexistas o las violencias sexuales. Las masculinidades igualitarias apuestan por eliminar la violencia machista, o de cualquier tipo, de nuestras vidas.

Tips para trabajar nuevas masculinidades

Roles de género: La masculinidad tradicional se define en oposición a lo femenino: los hombres no lloran, no cuidan y tienen que proveer. El objetivo sería eliminar esos roles de género aprendidos sobre masculinidad y feminidad para poder ser más libres.

Imagen exterior: El hombre tradicional tiende a proyectar su imagen hacia el exterior, hecho que contribuye al desarrollo de sus habilidades instrumentales y competitivas. Eso es bueno de cara al trabajo productivo, pero la contrapartida es que descuida el desarrollo personal y del interior, provocando un manejo inadecuado de las emociones. Por eso, las masculinidades alternativas buscan una combinación equilibrada de desarrollo hacia fuera y hacia dentro, que contribuya a las relaciones interpersonales y a la gestión emocional.

4.5. Empoderamiento feminista

Empoderamiento feminista

La idea de empoderamiento debe entenderse como un sentimiento de fuerza interna y confianza para dirigir la propia vida, así como la capacidad de influir en los conceptos sociales que afectan a las mujeres, incluida la dirección del cambio social. No es un medio de dominación sobre los demás.

El término empoderamiento alude a un proceso de toma de conciencia individual y colectiva de las mujeres, que permite aumentar su participación en los procesos de toma de decisiones y ejercicio del poder así como la capacidad de influir en el cambio de sus condiciones sociales y en el logro de la igualdad de hecho.

Niveles de empoderamiento feminista


- A nivel individual implica la toma de conciencia de las mujeres sobre su subordinación.
- A nivel colectivo, la adquisición de una conciencia común acerca de la dependencia social y la discriminación que sufren las mujeres en los diferentes ámbitos de la vida.

Principios del empoderamiento

Aspecto personal del empoderamiento

- Significa “tener claro lo que quiero”. Saber dónde quiero llegar y sentirme bien con ello. Tomar las decisiones que queremos.
- Significa ser libre. No sentirse culpable. Implica disponer y disfrutar de una vida propia a parte de la familiar, ser una misma.

Aspecto colectivo del empoderamiento

- Significa trabajar colectiva y cooperativamente para conseguir logros sociales, políticos y económicos.
 - Significa hablar de pactos entre las mujeres, sobre todo de asociacionismo.
 - Significa hablar de sororidad: hermandad, con fianza, fidelidad, apoyo y reconocimiento entre mujeres para construir un mundo diferente, recordando siempre que todas somos diversas y diferentes.
- 

Condiciones para el empoderamiento personal: autonomía y autoestima

El concepto que una persona tiene de sí misma se va formando progresivamente a medida que se desarrolla. Es decir, la autoestima es algo que se aprende y por tanto es susceptible de cambio y mejora a lo largo de la vida.

Nuestra autoestima está influida por nuestra identidad de género y hace que las mujeres crezcan con las inseguridades propias de su socialización, esta inseguridad las lleva a tener un menor grado de autonomía que los varones, de los que se les enseña a depender.

La autoestima y seguridad en sí mismas es un elemento básico para conseguir la autonomía personal, necesaria para la toma de decisiones, especialmente si esas decisiones implican una ruptura con el rol femenino tradicional.



**Recursos para
trabajar nuevos
modelos igualitarios**

Guía didáctica Construyendo feminidades
y masculinidades alternativas, diversas e
igualitarias

http://www.unescoetxea.org/dokumentuak/guia_fem.pdf

4.6. Alfabetización audiovisual

Alfabetización audiovisual

Para hacer frente a los estereotipos que se transmiten a través de los distintos agentes de socialización, necesitamos favorecer la alfabetización audiovisual. Es decir, tenemos que **abordar desde un punto de vista crítico aquello que se nos ofrece** ya sean textos escritos o productos televisivos o en redes sociales, es pues una labor fundamental de la familia, de la escuela y de otros ámbitos educativos.

¿Por qué es necesaria la alfabetización audiovisual?

A pesar de los avances en materia de igualdad de oportunidades entre mujeres y hombres:

- Perviven creencias y estereotipos que identifican comportamientos y roles diferenciados para ellas y ellos.
- Medios audiovisuales, TV, cine, series, videojuegos, música, moda y publicidad siguen enviando el mensaje a las chicas: “vales más si eres más sexy”.
- Las idealizaciones sobre el amor y las relaciones de pareja pueden hacer que las relaciones adolescentes sean dependientes y el control esté normalizado y justificado como una forma de amor.
- Los estereotipos y creencias sobre las relaciones sexuales, siguen considerándolas a ellas responsables de decir no y permiten que ellos puedan no escucharlo.
- La confluencia de modelos de referencia tradicionales con prácticas modernas y diferentes, hace que las chicas no perciban la violencia como tal y se echen la culpa en la mayoría de los casos.

El objetivo de la alfabetización audiovisual es reflexionar y hacer reflexionar sobre:

- ❖ Qué modelos de relaciones estamos reproduciendo. Bien con nuestro ejemplo, en los libros que recomendamos y regalamos, en las películas que vemos y que ven, transmitimos mensajes que refuerzan los mitos del amor romántico.
- ❖ La asimetría de papeles de hombres y mujeres en los modelos de relaciones que reproducimos.
- ❖ Qué perspectivas y argumentos podemos ofrecer para mostrar relaciones basadas en la libertad, la responsabilidad compartida y la autonomía de todas las partes.

Gracias!

