

ESCUELA DE BUENTRATO

ACOMPañAMIENTO PARA LA PREVENCIÓN DE
VIOLENCIA BASADA EN EL GÉNERO Y LA
PROMOCIÓN DE RELACIONES DE BUENTRATO
CON JÓVENES ADOLESCENTES EN MÉXICO.

GENDES, A.C.

ESCUELA DE BUENTRATO

**Acompañamiento para la prevención de violencia
basada en el género y la promoción de relaciones de
buentrato con jóvenes adolescentes en México**

Primera edición, 2024

GENDES, AC

Tuxpan 47, Col. Roma Sur.

Delegación Cuauhtémoc. Ciudad de México.

Teléfono: 5584 0601

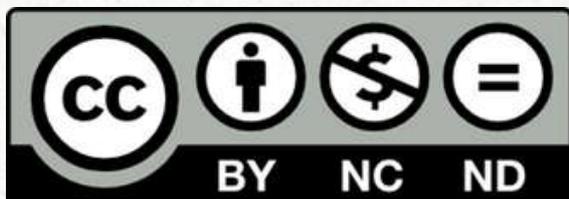
www.gendes.org.mx

info@gendes.org.mx

Este documento está disponible para descarga gratuita
desde:

www.gendes.org.mx

ISBN: 978-607-96753-8-7



Escuela de Buentrato. Acompañamiento para la prevención de violencia basada en el género y la promoción de relaciones de buentrato con jóvenes adolescentes en México © 2024 by Sabrina Aurora Durán Gutiérrez y Ricardo Ayllón González is licensed under CC BY-NC-ND 4.0. To view a copy of this license, visit <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

CRÉDITOS

Sabrina Aurora Durán Gutiérrez
Ricardo Enrique Ayllón González
Autora/Autor

Mauro Antonio Vargas Urías
Coordinador

René López Pérez
Revisión de la publicación

Beatriz Susana González Núñez
Guillermo Arturo Jiménez Durón
Diseño

Desde GENDES reconocemos y agradecemos profundamente la participación de Jorge Leonardo Zetina Vélez, Perla Yazmín Meraz Torres, Samuel Iván Evaristo Olivares y Ángel Emanuel Díaz Tafoya como integrantes del equipo de facilitación de la metodología; su compromiso con el proyecto, así como su experiencia y retroalimentación fueron clave para la consolidación de este documento.

Tenemos un especial agradecimiento hacia la Escuela Secundaria 0932 “Emma Goldman”, particularmente al profesor Leonardo Matus y a la profesora Carmen Blázquez, por confiar en GENDES y en la Escuela de Buentrato, permitiéndonos, con gran calidez y generosidad, colaborar en su escuela desde el año 2021. Trabajar en conjunto y ver el proyecto crecer en su comunidad, reivindica no sólo la esencia de la Escuela de Buentrato, sino el potencial que existe en la colaboración entre sociedad civil organizada y el sector educativo.

Por último, con mucho cariño, reconocemos el papel que las y los jóvenes de las escuelas con las que tuvimos el privilegio de colaborar tuvieron en que la Escuela de Buentrato sea lo que es hoy. Que como equipo hayamos podido cuestionar, escuchar, reinventar y aprender de ustedes y con ustedes es lo que más atesoramos de este proyecto. Fue un honor acompañarles en su paso por la secundaria; gracias por acompañarnos también en este camino.

PROYECTO FINANCIADO POR EMPOWER FOUNDATION

Citación sugerida: Durán, Aurora; Ayllón, Ricardo (2024). Escuela de Buentrato: Acompañamiento para la prevención de violencia y promoción de relaciones de buentrato con jóvenes adolescentes en México. Ciudad de México: GENDES.



Este proyecto fue posible gracias al generoso apoyo de **EMpower - The Emerging Markets Foundation**, cuyo financiamiento hizo realidad la Escuela de Buentrato y la elaboración de esta guía que hoy tienes en tus manos. Su confianza y compromiso con la construcción de un mundo más justo nos han permitido dar forma a este material, que esperamos inspire y acompañe a muchas personas en el camino hacia relaciones más igualitarias y respetuosas.

Agradecemos profundamente a **EMpower** por sumarse a este esfuerzo y por creer, junto con nosotros, en la posibilidad de un cambio positivo en las vidas de jóvenes y comunidades.

ÍNDICE

09

PRESENTACIÓN

11

INTRODUCCIÓN

15

APUNTES METODOLÓGICOS INICIALES

Intenciones de la guía
Modalidad
Consideraciones sobre la población
Perfil de facilitación
Aspectos éticos por considerar

21

MARCO CONCEPTUAL

Buentrato
Perspectiva de género
Enfoque de masculinidades
Violencia contra las mujeres y las niñas
Adultocentrismo
Salud mental y emociones
Salud sexual y reproductiva
Habilidades para la vida y la convivencia
Cuidados
Proyecto de vida





35

ORGANIZACIÓN DE LA GUÍA

Estructura

Módulo I Igualdad de género y masculinidades

- Sesión 1. Bienvenida a la Escuela de Buentrato
- Sesión 2. Cosas de niñas, cosas de niños

Módulo II Relaciones de pareja y redes de apoyo

- Sesión 3. Los hombres y las mujeres en las relaciones
- Sesión 4. La ropa sucia NO se lava en casa

Módulo III Salud sexual y reproductiva

- Sesión 5. ¿A quién le toca cuidarse?
- Sesión 6. Nos cuidamos, nos construimos

Módulo IV Salud emocional y habilidades para la vida

- Sesión 7. ¿Cómo estamos hoy?
- Sesión 8. La comunidad que nos sostiene

Módulo V Proyecto de vida y transformación social

- Sesión 9. ¿Hacia dónde vamos?
- Sesión 10. No es necesario cambiar el mundo para cambiar el mundo

95

EVALUACIÓN

Descripción general

Instrumentos de evaluación

112

TAREAS

Desafiando los estereotipos

Al otro lado de la pantalla

Regalos para todas y para todos

Mi cuerpo, mi territorio

La responsabilidad es compartida

Carta a mí misma/ mí mismo

Héroes y heroínas de hoy

Nuestra pizca de arena

131

BIBLIOGRAFÍA

El honor masculino
La mitad de Juan
¿Cómo se ve la violencia?
Soluciones a historias cotidianas
Juegos cooperativos en paracaídas
La historia de Kevin y Daniela
Mi ruta de cuidado en la sexualidad
¿Qué hace falta?
Tristeza: manual de usuario
El futuro es un logro colectivo



PRESENTACIÓN

GENDES, A.C. es una organización de la sociedad civil mexicana fundada en 2008, especializada en trabajar con hombres para fortalecer relaciones igualitarias que contribuyan al desarrollo social, mediante procesos de reflexión, intervención, investigación e incidencia, desde la perspectiva de género, enfatizando las masculinidades y los Derechos Humanos (DDHH).

Una de nuestras líneas de trabajo consiste en desarrollar -en alianza con instancias de gobierno, sociedad civil y agencias internacionales- metodologías para la prevención de la violencia basada en el género, así como la construcción de relaciones de igualdad dirigidas a niños, niñas y adolescentes. Nuestro acompañamiento a personas, grupos y comunidades enfatiza el papel de los varones y las masculinidades en estos temas, buscando propiciar un diálogo entre hombres y mujeres jóvenes y generar agentes de cambio en escuelas, familias y comunidades.

En el año 2019, como resultado de la alianza con EMpower Foundation, iniciamos el proyecto titulado Escuela de Buentrato, con el propósito de contribuir a la prevención de violencia por razones de género en hombres y mujeres adolescentes del país, así como a la promoción de relaciones entre pares basadas en el respeto, la equidad y el buentrato. Inicialmente, la metodología se aplicó en escuelas de nivel secundaria de la Ciudad de México¹ y de Tlaxcala con excelentes resultados. En el año 2020, derivado de la pandemia por COVID-19, migró a modalidad virtual aplicándose, también con éxito, en los mismos estados. De 2021 a 2024, y tras una renovación de la metodología, acompañamos escuelas secundarias del Estado de México, nutriendo nuestro trabajo de más experiencias, necesidades detectadas y retroalimentación de jóvenes y docentes.

Tras 5 años de aprendizajes en 3 estados, 9 escuelas y con casi 600 jóvenes adolescentes beneficiados por el proyecto, ponemos este material didáctico a disposición del público interesado -en especial, personas y profesionales en contacto con jóvenes adolescentes y con interés o necesidad de llevar a cabo trabajo grupal con ellos y ellas-, reiterando nuestro compromiso de generar metodologías cuyos contenidos se puedan replicar y adaptar a diferentes contextos.

[1] En México, el sistema educativo básico se compone de 2 años de preescolar, 6 de primaria y 3 de secundaria. La población que cursa secundaria tiene entre 12 y 15 años, aproximadamente.



INTRODUCCIÓN

La violencia que enfrentan las mujeres y las niñas se ha considerado un problema social generalizado, que empieza en edades tempranas y que afecta la salud y el bienestar de las niñas que la padecen (Organización Mundial de la Salud, 2021). Asimismo, la exposición a la violencia es parte de un fenómeno estructurante, que genera ciclos complejos caracterizados por la normalización y la reproducción de ésta en etapas posteriores.

En el caso de México, entre 9 y 10 mujeres son asesinadas en promedio cada día (Rea, Carrión, & Salmerón, 2024); de ellas -según cifras de incidencia delictiva del fuero común que publica el Secretariado Ejecutivo del Sistema Nacional de Seguridad Pública- los feminicidios de mujeres de 0 a 17 años, es decir, niñas y adolescentes, representaron el 9.9% del total de los feminicidios registrados en el país de enero de 2015 a enero de 2024 (Red por los Derechos de la Infancia en México (REDIM), 2024).

En los últimos años ha habido en México y en distintas partes del mundo una exigencia por parte de las mujeres por garantizar su acceso a vidas libres de violencia - no sólo la violencia extrema a la que nos acabamos de referir, sino muchas otras que se manifiestan cotidianamente contra ellas en todos sus espacios de socialización. En el caso de México, la agenda ha sido contundente con respecto a, al menos, dos ejes: 1) exigir un alto a la violencia contra las mujeres y 2) que las mujeres tengan acceso a la salud sexual y reproductiva como un derecho humano efectivo. Lo anterior se ha traducido en avances, como: las 24 modificaciones que ha registrado la Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia (LGAMVLV) desde su creación el 1º de febrero de 2007 a las últimas realizadas el 26 de enero de 2024 (Secretaría de Servicios Parlamentarios de la Secretaría General, 2024)²; la despenalización por vía judicial del aborto en el Código Penal Federal (Grupo de Información en Reproducción Elegida (GIRE), 2023)³ y la inclusión de mayores contenidos sobre salud sexual y reproductiva e igualdad de género en los planes de estudio (Bastida Aguilar, S/f).

Pese a estos esfuerzos -y centrándonos en la salud sexual y reproductiva-, contar con educación sexual de calidad no siempre es posible, ya que, por un lado, no existe suficiente capacitación para el personal docente responsable de la impartición de estos temas; y por otro, siguen existiendo estigmas y resistencias a hablar abiertamente de sexualidad. Esto dificulta el acceso a procesos pedagógicos o a información basada en evidencia científica y libre de credos y prejuicios; lo que incide - junto con múltiples factores- en el incremento de problemáticas como la violencia contra las niñas y mujeres adolescentes, así como el embarazo en la adolescencia, los cuales, además, se suelen acentuar en contextos de desigualdad social.

[2] De las 294 leyes consideradas en el reporte que se cita, sólo 17 de ellas han registrado mayor número de modificaciones desde su creación en relación con la LGAMVLV, pero en todos los casos se trata de leyes aprobadas en el siglo XX.

[3] Con base en la sentencia sobre la inconstitucionalidad del delito de aborto en el Código Penal de Coahuila resuelta por unanimidad por la Suprema Corte de Justicia de la Nación en septiembre de 2021, GIRE (Grupo de Información en Reproducción Elegida) presentó un amparo contra el Congreso de la Unión y el Ejecutivo Federal por haber emitido una regulación que criminaliza el aborto. La corte concluyó que el apartado del Código Penal Federal que criminaliza el aborto ya no tiene efectos y por lo tanto a ninguna mujer o persona gestante se le puede castigar por abortar.

Al mismo tiempo, es de importancia considerar que como sociedad nos encontramos frente a una ola feminista mediática que tiene como características el flujo de información a velocidades altas junto con una amplia capacidad de organizar colectivamente actividades en el espacio público -por ejemplo, denuncias e intercambios de comunicaciones en poco tiempo y entre personas de distintas ciudades o países. Esto ha incidido en que generaciones cada vez más jóvenes tengan acceso a información sobre feminismo o sobre género -lo que no siempre significa que tengan información correcta. Como era de esperar, esto genera discusiones y debates que adquieren protagonismo en los espacios escolares.

Lo anterior interpela de manera directa a los niños y adolescentes varones -incluso a sus profesores-, quienes, al no ser contemplados ampliamente dentro de las políticas y programas de igualdad de género, difícilmente cuentan con referencias adecuadas para entender el contexto y el sentido de los reclamos, por lo que, en lugar de cuestionar los mandatos de la socialización de género dentro de la cultura machista, continúan respondiendo y ejerciendo una masculinidad que se alimenta de conductas de riesgo y ejercicios de violencia contra las mujeres y también contra otros hombres. Ejemplo de ello, es que en la mayoría de los tipos de violencia de género las niñas y las mujeres suelen ser más afectadas, pero en el caso de los delitos de homicidio, éstos afectan en mayor medida a niños y adolescentes hombres: en edades entre los 0 a los 14 años muere por esta causa el doble de varones que de mujeres; pero para las edades de 15 a 17 años -la parte final de la adolescencia-, la sobrerrepresentación es cuatro veces mayor (Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), 2023).

Por otra parte, la pandemia por COVID-19 trajo consigo el aislamiento de familias enteras, el cierre de escuelas y la migración de las clases a un formato en línea durante casi 2 años. Los espacios de contención y de generación de apoyo entre pares se volvieron escasos, principalmente para niños, niñas y adolescentes. Una vez que se salió de la pandemia fue evidente la urgencia de que las políticas públicas atendieran problemas de salud mental, gestión de las emociones y construcción de redes de apoyo durante la adolescencia; desafortunadamente, esas políticas no han llegado.

El contexto descrito brevemente agregó elementos novedosos a las situaciones de violencia que ya se conocían y plantearon la necesidad de responder a otras demandas de las generaciones jóvenes: desarrollar habilidades para relacionarse desde dinámicas de respeto, empatía, solidaridad y cuidado; involucrar a toda la comunidad escolar (personal docente, padres y madres de familia y autoridades escolares) en la prevención de eventos de violencia y la promoción de relaciones igualitarias.

En este contexto se crea y desarrolla la Escuela de Buentrato.

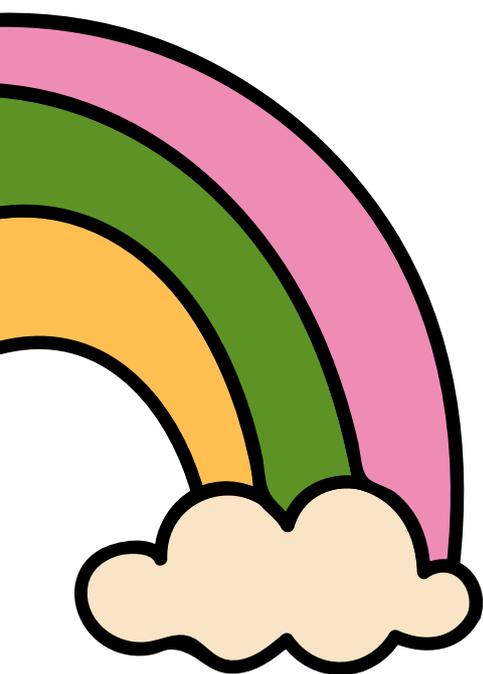
La Escuela de Buentrato se basa en 5 pilares fundamentales: a) igualdad de género y promoción de masculinidades alternativas; b) prevención de violencia en las relaciones de pareja; c) salud sexual y reproductiva, d) habilidades para la vida y la convivencia y e) cuidado de la salud mental y emocional. Como se podrá ver en las siguientes dos secciones, esta guía explicita el marco metodológico que guía el trabajo de acompañamiento e incluye el cuerpo conceptual que permite una mejor comprensión de las líneas teóricas y del posicionamiento político y ético del cual se parte. A partir de estas consideraciones generales, en el capítulo posterior se presenta la estructura programática -se compone de 10 sesiones, organizadas en 5 módulos- y se explican

los diversos elementos didácticos para desarrollar los contenidos respectivos. Se agrega en el apartado posterior una propuesta de evaluación para conocer el impacto del trabajo realizado. Como se verá en la parte metodológica, el trabajo está estructurado para tener sesiones presenciales, pero se complementan con actividades extraescolares: justo en el apartado "Tareas" se precisan dichas actividades. Finalmente, se agregan las fuentes de información consultadas y, en la sección de anexos, se incluyen algunos materiales didácticos que son necesarios para llevar a cabo las sesiones de trabajo.

Este documento ha sido creado para ser usado por personal docente y personas que se dediquen al acompañamiento de personas jóvenes en contextos escolarizados y no escolarizados. El material que presentamos ha sido afinado y replicado durante 5 años y hemos comprobado que posibilita: reforzar y dar continuidad al desarrollo de habilidades para la vida y la convivencia en condiciones de respeto e igualdad; prevenir violencia por razones de género contra las jóvenes y maltrato entre pares y promover el cuidado de la salud -mental y sexual, propia y de otras personas-.

Este manual es útil también para personas que buscan construir espacios seguros de diálogo, contención y apoyo para las y los jóvenes, pues además de invitar a profundizar en temas relevantes para su desarrollo, invita a trabajar habilidades como la escucha y la cooperación desde el buentrato.

Esta guía es el resultado del desarrollo de un proyecto sensible a las necesidades de la población adolescente y contundente en cuanto a los efectos a mediano y largo plazo que el trabajo puede tener. Es evidente que cada contexto de trabajo es distinto, por lo que invitamos a quienes utilicen este material a adaptar, ajustar, reinterpretar o recortar las actividades de forma que se "apropien" de la metodología y, así, les resulte más eficaz. Les pedimos afectuosamente compartirnos su experiencia con esta guía a través de los medios de contacto de GENDES, A.C.



APUNTES METODOLÓGICOS INICIALES

INTENCIONES DE LA GUÍA

Los objetivos que guían todo el contenido de este documentos son los siguientes.

Objetivo General:

Contribuir al bienestar físico y emocional de hombres y mujeres adolescentes de escuelas secundarias en México a través de: i) la prevención de violencia basada en el género; ii) la promoción de relaciones basadas en el cuidado, el respeto, la igualdad y el buentrato, y iii) el fortalecimiento de habilidades para la vida.

Objetivos Específicos:

- Aumentar el conocimiento de las y los jóvenes para el cuidado de la salud sexual y reproductiva.
- Incrementar la capacidad de las y los jóvenes para cuidar su salud emocional.
- Aumentar las creencias orientadas hacia la igualdad y el buentrato.
- Acrecentar las habilidades de las y los jóvenes para la prevención de la violencia de género.
- Aumentar las habilidades de los jóvenes varones para construir relaciones empáticas, respetuosas, solidarias y desafiantes de los mandatos de la masculinidad tradicional o machista.
- Mejorar la capacidad de construir relaciones con otros y otras jóvenes basadas en el respeto, la empatía y la noviolencia.
- Incrementar la capacidad de construir proyectos de vida que incorporen elementos de buentrato e igualdad de género.
- Mejorar las habilidades para el desarrollo de iniciativas de promoción del buentrato y el cuidado en sus entornos inmediatos (familia, escuela, amigos, etc.).

MODALIDAD

La presente guía metodológica está diseñada en una modalidad híbrida; es decir, tanto con actividades presenciales como con tareas a distancia. Cuando hablamos de trabajo presencial nos referimos a contar con las y los participantes en el momento de la impartición de la metodología, independientemente de si asisten a un espacio físico o están conectadas de manera virtual a través de una plataforma de videollamadas. Las actividades de trabajo presencial se describen de tal forma que pueden aplicarse tanto en encuentros físicos como virtuales.

Con trabajo a distancia, nos referimos a un formato de trabajo similar al autoaplicable, en donde las y los participantes recibirán las indicaciones para hacer “tareas”, mismas que podrán hacer en el espacio y tiempo en el que puedan y deseen hacerlo.

En caso de que la metodología se aplique de forma virtual, sugerimos el uso de una plataforma de gestión de aprendizaje (LMS⁴) en donde se puedan alojar las tareas, así como material de apoyo adicional. En caso de no contar con una, las actividades pueden ser indicadas y revisadas en las horas de trabajo presencial.

Las tareas tienen como objetivo promover un proceso personal de autocuidado, así como contribuir a la adaptación práctica y cotidiana de los temas trabajados en las dinámicas habituales de las y los participantes; por ello, invitamos a que se lleven a cabo en un tiempo y espacio distinto al de las sesiones con las y los jóvenes.

[4] LMS son las siglas de “Learning Management System”, que en español se traduce como “Sistema de Gestión del Aprendizaje”. Se trata de plataformas tecnológicas diseñadas para administrar, distribuir y gestionar cursos online. Hay opciones gratuitas.

CONSIDERACIONES SOBRE LA POBLACION

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la adolescencia comprende un periodo después de la niñez y antes de la edad adulta, entre los 10 y los 19 años de edad; se trata de una etapa del desarrollo caracterizada por cambios significativos a nivel psíquico, social y corporal (Organización Mundial de la Salud (OMS), N/e). Entre estos, se encuentran el inicio de la autonomía, la aparición de nuevos roles y la creación de vínculos fuera de la familia núcleo. Los pares y las relaciones afectivo eróticas se vuelven más significativas y adquieren conciencia de tener una vida íntima propia. Asimismo, se encuentra la aparición de los caracteres sexuales secundarios, que en conjunto con el desarrollo de los deseos sexuales, representan de los elementos más difíciles de asimilar emocionalmente, alimentando una sensación de comparación o inadecuación frente a sus pares y buscando reaseguramiento con las personas de su misma edad (Lillo Espinosa, 2004)).

Resulta indispensable considerar las características de la población adolescente, porque permite empatizar y generar un espacio seguro ante un tema tan relevante como la sexualidad. Por tanto, esta metodología considera los cambios que ocurren en esta etapa, la posibilidad de sus primeros acercamientos sexuales y, frecuentemente, las conductas de riesgo que pueden asumir. Aunado a esto, las presiones y las expectativas con las que se enfrentan en la construcción de su identidad y los retos ante los inicios de una vida adulta y un proyecto de vida requieren que se les acompañe en esta exploración a partir de generar las condiciones para contar con un espacio seguro para valorar opciones ante la incertidumbre presente.

Para lograr lo anterior, es necesario tomar en cuenta la cultura adultocéntrica y la violencia adultista que estamos en constante riesgo de ejercer en contra de niñas, niños, adolescentes y jóvenes. En el pleno reconocimiento de la condición biopsicosocial de las y los jóvenes y con la conciencia de las estructuras de poder que atraviesan su experiencia, esta guía busca posicionarse en el paradigma del coprotagonismo de la niñez y la juventud (Cussiánovich Villarán, 2010). Desde este enfoque, la participación de las y los jóvenes es en calidad de actores sociales, y no de ejecutores de decisiones tomadas en el mundo adulto (Alfageme, Cantos, & Martínez, 2003).

Una de las claves del acompañamiento es tener presente que cada grupo responderá de forma distinta a la metodología, tanto en afinidad con las actividades, conexión con temas específicos o en la forma de organizarse y dialogar. De igual forma, construirá una relación particular con quien(es) faciliten el proceso. Por ello, es fundamental priorizar la co-construcción de un espacio de confianza y seguridad para todas las personas, así como contar con redes de apoyo en caso de ser necesario, por ejemplo, al detectar conflictos al interior del grupo, o al recibir información sobre situaciones de violencia o abuso, el contacto con la persona tutora o asesora del grupo o con personal de psicología puede resultar una alianza pertinente para conocer la problemática que se está presentando y establecer las mejores estrategias de actuación. Las alianzas dentro de las instancias educativas o comunitarias permiten construir una ruta de acompañamiento más amplia, expedita y eficaz para las y los adolescentes, siempre anteponiendo sus derechos y bienestar.

PERFIL DE FACILITACIÓN

El papel de las y los facilitadores es altamente significativo pues involucra no solamente el manejo de los temas, también la planeación y el desarrollo de las actividades, así como el cumplimiento de los objetivos de sensibilizar, promover la reflexión y lograr el involucramiento de quienes participan. Se requiere el dominio de actitudes y comportamientos que implican la disposición para asumir desde lo personal y profesional el enfoque responsable de los temas que se abordarán (evitando prejuicios, evasiones y otros posibles sesgos), así como de la disposición y organización del ámbito escolar para el desarrollo adecuado de los talleres.

Es necesario que las personas participantes encuentren un espacio sensible para abordar las problemáticas con una escucha respetuosa, inclusión de nuevas formas de trato, creación de confianza y el establecimiento de una comunicación clara y fluida a lo largo del proceso.

Por lo anterior, se sugiere que el equipo de facilitación cuente con las siguientes características:

- Capacidades, habilidades y actitudes básicas relacionadas con la perspectiva de género con enfoque en masculinidades.
- Comprender los procesos que generan desigualdades basadas en la diferencia sexual y cómo se desarrolla la construcción social de lo femenino y lo masculino, así como los impactos que esto genera con énfasis en la violencia.
- Comprensión y capacidad para transmitir aspectos sobre sexualidad, educación de la sexualidad y el marco conceptual básico y ético para abordar este tema desde una perspectiva de los derechos sexuales y reproductivos de las y los jóvenes.
- Tener conocimientos básicos sobre el enfoque de derechos humanos desde lo teórico y lo vivencial.
- Conocimiento básico y postura crítica ante los sistemas de opresión, tales como el patriarcado, el capitalismo, el colonialismo y el adultocentrismo.

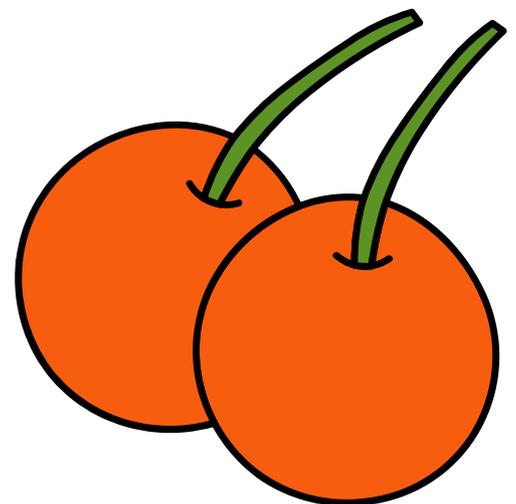
Además, es necesario, contar con habilidades y capacidades específicas para generar el ambiente propicio y la fluidez del proceso con las y los adolescentes. Entre estas se identifican:

- Expresión verbal clara y sencilla.
- Capacidad de análisis y síntesis.
- Capacidad para convocar y conservar la atención del grupo.
- Interés genuino por la facilitación de grupos y por las personas que lo conforman.
- Interés y gusto por el trabajo con adolescencias.
- Facilidad para establecer relaciones interpersonales desde la igualdad y el buentrato.
- Habilidad para integrar a las y los participantes y orientarles al logro de los objetivos propuestos.
- Habilidades para la resolución de conflictos de forma no violenta y para la mediación.
- Capacidad y hábito de escucha y de observación.
- Creatividad para manejar situaciones imprevistas y adaptarse a diferentes condiciones de trabajo.
- Previsión para adelantarse a los acontecimientos y a los problemas.
- Orden para la coordinación de elementos humanos, materiales y aspectos técnicos antes y después del desarrollo de cada sesión de trabajo.

ASPECTOS ÉTICOS POR CONSIDERAR

Esta propuesta se basa en metodologías que ponen en el centro el respeto ante las experiencias, saberes y vulnerabilidad de las personas a quienes se acompaña en el trabajo; por ello, es importante considerar algunas pautas éticas mínimas en la facilitación:

- Confidencialidad: Establecer un compromiso de respeto con la información personal y los testimonios de las y los participantes.
- Privacidad en las sesiones: Planear y establecer un espacio físico seguro que facilite la comunicación e interacción de las y los participantes sin el riesgo de ser escuchadas por personas que no estén participando en los talleres. Sin embargo, si se detecta un caso de violencia hacia algún/a estudiante, se evaluará y decidirá el procedimiento a seguir de acuerdo con el protocolo vigente, pero siempre considerando lo que más le convenga al o a la menor.
- Prevenir la re-victimización de las mujeres y/o de las personas que manifiestan pertenecer a alguna de las poblaciones excluidas, incluyendo a la diversidad sexual. Evitar cualquier trato indigno o comportamiento violento contra ellos y ellas; por ejemplo, burlas, comentarios peyorativos, gestos o palabras que minimicen o traten de justificar la violencia, expresiones de duda sobre su dicho, etcétera.
- Respetar los términos del encuadre: Hora de inicio y terminación de las sesiones, confidencialidad, privacidad y otros que determine el grupo.



MARCO CONCEPTUAL

Este apartado contiene conceptos teóricos que facilitan la comprensión de los temas que se abordan en la guía y que pueden ayudar a la creación de reflexiones con los grupos. Los conceptos aquí presentados no son independientes unos de otros, sino que se entrelazan entre sí a lo largo de las sesiones. Si bien en cada sesión se desarrolla un tema específico, siempre se pueden retomar otros conceptos o ideas que fomenten una mayor comprensión de lo abordado y que guíen a una reflexión más amplia fomentando la integración de los conocimientos y vivencias a lo largo de la metodología.

Cabe aclarar que para integrar esta sección, se prefirió -en la medida de lo posible- usar fuentes de fácil acceso (tanto por su accesibilidad, como por el tiempo de lectura). Quien desee profundizar en alguna temática específica, al inicio de cada uno de los cinco módulos del capítulo "Organización de la Guía", se proponen lecturas adicionales.

BUENTRATO

En una cultura en la que: la violencia escala día con día y es "normal" conocer casos a través de las noticias de agresiones, desapariciones, homicidios, feminicidios y guerras; en la que el maltrato es un continuo; en la que hay pocos espacios para hablar de lo que eso ocasiona en las personas a nivel psicológico, físico y social. En una cultura como ésta, es importante hablar del buentrato. Hablar no sólo en el sentido de reflexionar, sino también de cómo llevarlo a la práctica; reconocer y explorar formas de relación no violentas, que no pasan por encima de nadie; prácticas de cuidado hacia el otro, la otra, en donde se permite expresar los sentires. Hablar de buentrato es una forma de resistencia a todo lo que ocurre y una alternativa frente a la violencia, es un posicionamiento ético fundamental para el desarrollo de la EBT.

El buentrato es un concepto de la psicóloga Fina Sanz, como una propuesta para nombrar las prácticas opuestas al maltrato, es una forma de expresión del respeto y amor que merecen las personas y que se manifiesta en el entorno como un deseo de vivir en paz, armonía, equilibrio; de desarrollarse en salud, bienestar y goce (Sanz, 2016).

El buentrato tiene tres dimensiones: social, relacional y personal; la EBT busca incidir en las tres:

a) en lo personal, se promueve la escucha de las sensaciones corporales, las emociones y los pensamientos de cada participante, a fin de que puedan conocerse y relacionarse consigo mismos (as) de una forma comprensiva y amorosa;

b) a nivel relacional, se impulsa el trabajo respetuoso entre pares, lo que implica -por un lado- dialogar, reconocer los puntos de vista de cada uno (a) y aprender de las diferencias que pueden llegar a surgir, y-por otro lado- basar el trabajo de facilitación en la horizontalidad, de manera que la voz y la figura de quien facilita no represente una imposición, ni un deber ser;

c) para la dimensión social, se alientan relaciones horizontales dentro de la escuela, entre alumnos (as) y maestros(as), así como padres y madres de familia, sin embargo, este punto se ha trabajado en menor medida en esta metodología.

PERSPECTIVA DE GÉNERO

La perspectiva de género tiene como base la teoría de género, que surge del feminismo. El feminismo es un movimiento teórico-político que, a partir de develar los sistemas de opresión hacia las mujeres, ha puesto en el centro del análisis y de su praxis la necesidad de la igualdad como medio para erradicar las diferentes opresiones y discriminaciones que colocan sistemáticamente a diferentes grupos sociales en condiciones de vulneración; desde esta visión el feminismo representa una propuesta de transformación sociocultural alternativa al Patriarcado (Sánchez Ugalde, Ocampo Bernasconi, & López Pérez).

En cuanto al género, habría que distinguirlo del sexo. El sexo refiere a un conjunto de características y procesos biológicos y fisiológicos que se utilizan para diferenciar y definir a hombres y a mujeres. El género es resultado de la construcción social derivada de la diferencia sexual (femenino/masculino): abarca categorías, hipótesis, interpretaciones y conocimientos construidos en torno al sexo y puede variar dependiendo del entorno social; sin embargo, el elemento común en esas construcciones es el privilegio que poseen los hombres en relación con las mujeres y la supremacía de lo masculino sobre lo femenino. El género dicta el deber ser dentro de una sociedad determinada.

La teoría de género permite analizar y comprender la condición femenina y la situación de las mujeres, así como analizar la condición masculina y la situación de los hombres. De acuerdo con Basaglia (1985), a la mujer se le ha definido desde la naturaleza por tener la capacidad de gestar, se le da la connotación de creadora de vida, pero no de sujeto con derecho a una vida propia. Desde esta visión, es sólo un cuerpo destinado a la reproducción sexual, sin ser dueña de sí misma, pues es un ser para otros; rechazar este rol -esta "naturaleza"- implica ser sancionada y criticada por no ser una mujer.

A partir de estas concepciones sociales basadas en el sexo, se asignan roles de género, es decir, comportamientos, creencias y pensamientos asignados a mujeres y hombres, casi siempre establecidas de manera dicotómica: las mujeres son naturaleza, sentimiento, emoción, están relegadas al espacio privado y al cuidado de las personas -son seres para otros-; en contraste, los hombres son cultura, pensamiento, razonamiento, tienen acceso al espacio público -son seres para sí mismos.

Muy relacionado con los roles de género, también se han establecido estereotipos de género que son prejuicios aceptados en una sociedad en relación con algún grupo específico. A partir de estos estereotipos se espera que las mujeres se desarrollen en

áreas específicas -amas de casa, cuidadoras-, se vistan de rosa, se preocupen por su aspecto; de parte de los hombres, se espera que sean fuertes, empresarios, científicos, exitosos. Cuando hombres y mujeres se atrevan a desafiar esos roles y estereotipos son juzgados negativamente, llegando a "justificarse" tratos desiguales e injustos (sexismo).

Frente a este tipo de concepciones, la perspectiva de género constituye un enfoque analítico para visibilizar las relaciones de género; de acuerdo con Lagarde (1996) esta perspectiva se estructura a partir de la ética y nos permite: contribuir a una construcción subjetiva y social de una nueva configuración, a partir de resignificar la historia, la sociedad, la cultura y la política desde las mujeres y con las mujeres; analizar y comprender las características que definen a las mujeres y a los hombres de manera específica, así como sus semejanzas y diferencias; enunciar múltiples propuestas, programas y acciones alternativas para solucionar problemas sociales contemporáneos derivados de la opresión de género, la disparidad entre los géneros y las inequidades resultantes. Esta perspectiva permite, también, que las mujeres escapen de la enajenación y actúen en pro de sus derechos y deseos para actuar como un ser para sí mismas, enfrentando así la opresión, mejorando sus condiciones de vida, ocupándose de sí mismas y siendo protagonistas de su propia vida.

ENFOQUE EN MASCULINIDADES

La masculinidad es la construcción social que dicta cómo debe ser, comportarse, actuar, pensar y sentir un hombre para que sea considerado como tal. Algunas características de la masculinidad socialmente aceptada son la heterosexualidad, la autonomía, la competitividad, ser proveedor, y tener contacto parcial con emociones como el enojo y la ira, mientras que la tristeza, el miedo y la vulnerabilidad no están permitidos. En esta construcción, los cuidados y los afectos están prácticamente excluidos.

El ejercicio de la masculinidad tradicional es un factor de riesgo tanto para las mujeres y las infancias como para los hombres mismos; por un lado, al reproducir el sexismo, el machismo y el androcentrismo se favorece la producción de maltratos de diversos tipos con graves daños para la salud de las mujeres y las infancias (Bonino Méndez, 2004); pero al mismo tiempo, también ocurre que la violencia contra las mujeres forma parte de un continuo que también se expresa en la violencia entre hombres y hacia sí mismos, a esto se le denomina la triada de la violencia (Kaufman, 1989). Como consecuencia, además de la magnitud de la violencia contra las mujeres que ya se refirió líneas arriba, también nos encontramos con que en ese ejercicio de la masculinidad tradicional incide en que más hombres que mujeres fallezcan a edades más temprana por alcoholismo, suicidios, accidentes de tráfico y enfermedades crónicas -muchas veces- relacionadas con el estilo de vida.

La masculinidad hegemónica es un concepto que viene a enriquecer la discusión sobre el tema porque implica que hay diferentes modelos de masculinidad, pero uno es dominante y es el que configura las prácticas de género que determinan la vida política, económica y afectiva en las sociedades, al tiempo que permite la continuidad de la dominación de los hombres sobre las mujeres (Connell & Messerschmidt, 2021).

En oposición a la masculinidad tradicional o machista algunas personas (académicas y activistas) y colectivos (como GENDES, entre otros) se ha planteado la necesidad de proponer la necesidad de construir masculinidades alternativas (Pinilla Muñoz, 2017). La idea consiste en promover expresiones masculinas conscientes y responsables, que inviten a la auto revisión y la autocrítica, que cuestionen los privilegios que la sociedad patriarcal otorga y orienten sus conductas hacia la igualdad.

Esta propuesta se sustenta en las posturas feministas que reconocen la importancia del trabajo con varones para la erradicación de la violencia contra las mujeres y las niñas, pero sin olvidar que siguen teniendo una posición distinta de poder y ello implica hacerse responsables de su comportamiento (Tena Guerrero, 2014).

VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES Y LAS NIÑAS

La violencia contra las mujeres y las niñas es la violencia que se ejerce hacia las mujeres por el hecho de ser mujeres, debido a las relaciones de desigualdad de género: opresión, exclusión, subordinación, discriminación, explotación y marginación (Lagarde, 2008). Las mujeres son víctimas de amenazas, agresiones, maltrato, lesiones y daños misóginos que implica la violación de sus derechos humanos, atentan contra su seguridad y ponen en riesgo su vida. El feminicidio es una de las formas extremas de violencia contra las mujeres y las niñas, y está conformado por un conjunto de hechos violentos contra las mujeres que culminan en el asesinato de niñas y mujeres.

Según la Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia (LGAMVLV⁵), existen diferentes tipos -actos específicos- y modalidades -formas, manifestaciones o ámbitos de ocurrencia- de violencia contra las mujeres que se resumen a continuación:

Tipos de violencia:

- **Violencia psicológica.-** Cualquier acto u omisión que dañe la estabilidad psicológica, que puede consistir en: negligencia, abandono, descuido reiterado, celotipia, insultos, humillaciones, devaluación, marginación, indiferencia, infidelidad, comparaciones destructivas, rechazo, restricción a la autodeterminación y amenazas, las cuales conllevan a la víctima a la depresión, al aislamiento, a la devaluación de su autoestima e incluso al suicidio.
- **Violencia física.-** se inflige daño no accidental, usando la fuerza física o algún tipo de arma, objeto, ácido o sustancia corrosiva, cáustica, irritante, tóxica o inflamable o cualquier otra sustancia que, en determinadas condiciones, pueda provocar o no lesiones ya sean internas, externas, o ambas.
- **Violencia patrimonial.-** afecta la supervivencia de la víctima. Se manifiesta en: la transformación, sustracción, destrucción, retención o distracción de objetos, documentos personales, bienes y valores, derechos patrimoniales o recursos económicos destinados a satisfacer sus necesidades y puede abarcar los daños a los bienes comunes o propios de la víctima.

[5] <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGAMVLV.pdf>

- **Violencia económica.-** Es toda acción u omisión del agresor que afecta la supervivencia económica de la víctima. Se manifiesta a través de limitaciones encaminadas a controlar el ingreso de sus percepciones económicas, así como la percepción de un salario menor por igual trabajo, dentro de un mismo centro laboral.
- **Violencia sexual.-** degrada o daña el cuerpo y/o la sexualidad de la víctima y por tanto atenta contra su libertad, dignidad e integridad física. Es una expresión de abuso de poder, que se puede dar en el espacio público o privado, que implica la supremacía masculina sobre la mujer, al denigrarla y concebirla como objeto.
- **Violencia a través de interpósita persona (violencia vicaria).-** Es cualquier acto u omisión que, con el objetivo de causar perjuicio o daño a las mujeres, se dirige contra las hijas y/o hijos, familiares o personas allegadas, ya sea que se tenga o se haya tenido relación de matrimonio o concubinato; o mantenga o se haya mantenido una relación de hecho con la persona agresora; lo anterior aplica incluso cuando no se cohabite en el mismo domicilio.

Modalidades de la violencia:

- **En el ámbito familiar.-** Es el acto abusivo de poder u omisión intencional, dirigido a dominar, someter, controlar, o agredir de manera física, verbal, psicológica, patrimonial, económica y sexual a las mujeres, dentro o fuera del domicilio familiar, cuya persona agresora tenga o haya tenido relación de parentesco por consanguinidad o afinidad, de matrimonio, concubinato o mantengan o hayan mantenido una relación de hecho. También se considera violencia familiar cuando la persona agresora tenga responsabilidades de cuidado o de apoyo, aunque no tenga una relación de parentesco.
- **Violencia Laboral y Docente.-** Se ejerce por las personas que tienen un vínculo laboral, docente o análogo con la víctima, independientemente de la relación jerárquica, consistente en un acto o una omisión en abuso de poder que daña la autoestima, salud, integridad, libertad y seguridad de la víctima, e impide su desarrollo y atenta contra la igualdad. Puede consistir en un solo evento dañino o en una serie de eventos cuya suma produce el daño. También incluye el acoso o el hostigamiento sexual.
- **Violencia en la Comunidad.-** Son los actos individuales o colectivos que transgreden derechos fundamentales de las mujeres y propician su denigración, discriminación, marginación o exclusión en el ámbito público.
- **Violencia Institucional.-** Son los actos u omisiones de las y los servidores públicos de cualquier orden de gobierno que discriminen, utilicen estereotipos de género o tengan como fin dilatar, obstaculizar o impedir el goce y ejercicio de los derechos humanos de las mujeres, así como su acceso al disfrute de políticas públicas destinadas a prevenir, atender, investigar, sancionar y erradicar los diferentes tipos de violencia.
- **Violencia política contra las mujeres en razón de género.-** es toda acción u omisión, incluida la tolerancia, basada en elementos de género y ejercida dentro de la esfera pública o privada, que tenga por objeto o resultado limitar, anular o menoscabar el ejercicio efectivo de los derechos políticos y electorales de una o varias mujeres, el acceso al pleno ejercicio de las atribuciones inherentes a su cargo, labor o actividad, el libre desarrollo de la función pública, la toma de decisiones, la libertad de organización, así como el acceso y ejercicio a las prerrogativas, tratándose de precandidaturas, candidaturas, funciones o cargos públicos del mismo tipo. Se entenderá que las acciones u omisiones se basan en elementos de género, cuando se dirijan a una mujer por su condición de mujer; le afecten desproporcionadamente o tengan un impacto diferenciado en ella. Puede manifestarse en cualquiera de los tipos de violencia reconocidos en esta Ley y puede ser perpetrada indistintamente por agentes estatales, por superiores jerárquicos, colegas de trabajo, personas dirigentes de partidos políticos, militantes,

simpatizantes, precandidatas, precandidatos, candidatas o candidatos postulados por los partidos políticos o representantes de los mismos; medios de comunicación y sus integrantes por un particular o por un grupo de personas particulares.

- **Violencia digital.-** es toda acción dolosa realizada mediante el uso de tecnologías de la información y la comunicación, por la que se exponga, distribuya, difunda, exhiba, transmita, comercialice, oferte, intercambie o comparta imágenes, audios o videos reales o simulados de contenido íntimo sexual de una persona sin su consentimiento, sin su aprobación o sin su autorización y que le cause daño psicológico, emocional, en cualquier ámbito de su vida privada o en su imagen propia. También incluye aquellos actos dolosos que causen daño a la intimidad, privacidad y/o dignidad de las mujeres, que se cometan por medio de las tecnologías de la información y la comunicación.
- **Violencia mediática.-** es todo acto a través de cualquier medio de comunicación, que de manera directa o indirecta promueva estereotipos sexistas, haga apología de la violencia contra las mujeres y las niñas, produzca o permita la producción y difusión de discurso de odio sexista, discriminación de género o desigualdad entre mujeres y hombres, que cause daño a las mujeres y niñas de tipo psicológico, sexual, físico, económico, patrimonial o feminicida. Este tipo de violencia se ejerce por cualquier persona física o moral que utilice un medio de comunicación para producir y difundir contenidos que atentan contra la autoestima, salud, integridad, libertad y seguridad de las mujeres y niñas, que impide su desarrollo y que atenta contra la igualdad.
- **Violencia Feminicida.-** Es la forma extrema de violencia de género contra las mujeres, las adolescentes y las niñas, producto de la violación de sus derechos humanos y del ejercicio abusivo del poder, tanto en los ámbitos público y privado, que puede conllevar impunidad social y del Estado. Se manifiesta a través de conductas de odio y discriminación que ponen en riesgo sus vidas o culminan en muertes violentas como el feminicidio, el suicidio y el homicidio, u otras formas de muertes evitables y en conductas que afectan gravemente la integridad, la seguridad, la libertad personal y el libre desarrollo de las mujeres, las adolescentes y las niñas.

ADULTOCENTRISMO

El concepto de adultocentrismo alude a las relaciones de dominio entre clases de edad a través de la historia (Duarte Quapper, 2015; Alfageme, Cantos, & Martínez, 2003).

Al igual que ocurre con el género, la clase social o la pertenencia étnica, la edad es una categoría social en nuestra sociedad que implica una determinada categorización etaria con derechos y deberes que van más allá de las leyes vigentes, porque forman parte de representaciones sociales sobre la edad y la generación (Pavez Soto, 2012, págs. 88-89).

El adultocentrismo, como tal, se trata de una estructura socio-política donde el control es ejercido por las personas adultas, mientras que niñez, adolescencia y juventudes son sometidas a un lugar de subordinación y opresión, justificada en las diferencias biológicas y cognitivas que les distinguen de las y los adultos. Algunas manifestaciones de la cultura adultocéntrica son (Magistris & Morales, 2021):

1. Asumir que las personas adultas tienen la verdad y la razón todo el tiempo, mientras que las niñeces y juventudes son percibidas como no razonables.

2. Las personas adultas pueden ejercer violencia en contra de las niñas y las juventudes en nombre de "educar" o "disciplinar".
3. Las decisiones que afectan la vida de niños, niñas y jóvenes son tomadas por personas adultas, sin considerar sus voces y miradas.
4. Los espacios privados y públicos, así como las dinámicas sociales que en ellos ocurren giran alrededor de la comodidad y normas de las personas adultas.

Una postura crítica con este sistema de relaciones debe considerar que la niñez y la juventud son plurales, lo que significa que existen diferentes y desiguales formas de vivir esas etapas de desarrollo, ligadas a interseccionalidades como el género, la pertenencia étnica o la clase social. Por otro lado, debe cuestionar la hiperalumización⁶ a la que muchas veces las y los jóvenes en edad y con acceso a educación escolarizada se encuentran sujetos y sujetas; frente a ello, se invita a recordar que instrucción no es lo mismo que educación, y que educación no es lo mismo que escuela, por lo que las y los jóvenes tienen derecho a más opciones que sólo participar en ejercicios escolares que busquen prepararles para "los adultos que van a ser" (Sztajnszrajber, 2021). Ellos y ellas tienen derecho al espacio público, a manifestar su natural sociabilidad y a organizarse y politizarse en él.

Postular el protagonismo no significa que las y los jóvenes se comporten como personas adultas, sino reconocer y promover que piensen, se organicen, se expresen, opinen, participen, asuman responsabilidades y sientan como niños, niñas, adolescentes y jóvenes. Significa considerar a las niñas y juventudes como sujetos sociales y políticos con capacidad para decidir, cuestionar y soñar en tanto personas, de forma distinta a las y los adultos.

SALUD MENTAL Y EMOCIONES

La salud mental es un estado de bienestar psicológica que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés en la vida, desarrollar sus habilidades, aprender y trabajar adecuadamente y contribuir a la mejora de su comunidad (Organización Mundial de la Salud (OMS), 2022). Es más que la mera ausencia de trastornos mentales. Desde un lugar crítico, la salud mental es un concepto complejo que está situado en un contexto determinado y no puede ser considerado como un concepto estático, pues constituye un proceso de continua interacción con la enfermedad que depende de la capacidad de la sociedad para organizar la reparación de la salud y protegerla, así como del nivel socio-económico y de las relaciones específicas de producción (Jiménez Jiménez, 2019).

Dicho lo anterior, es importante observar que existe un sistema que precariza a las personas, y que permite que existan opresiones como el racismo, el machismo y el clasismo, impactando negativamente en el nivel social, emocional y psicológico, de las personas; lo que interfiere con su salud mental.

Desde la psicología tradicional se ha planteado que entre las causas que afectan la salud mental de los individuos se encuentran los afectos -emociones y sentires viscerales, corpóreos y diferentes a la cognición- que, al no ser controlados adecuadamente, pueden llevar a un estado de improductividad. Mucho tiempo se

[6] La hiperalumización hace referencia a la reducción de niñas, niños y adolescentes a su condición de alumnos y alumnas, limitando su desarrollo en otros espacios fuera del entorno escolarizado y en otras áreas de su vida (Magistris & Morales, 2021).

tuvo esa perspectiva de los afectos; sin embargo, después han surgido críticas; por ejemplo, Arfuch (2016) habla del giro afectivo, como un concepto que prioriza la vida sensible y la capacidad de sentir como una forma de conocimiento. Desde esta teoría, las emociones toman fuerza epistemológica: son también un medio a través del cual se genera conocimiento, cuestionando la forma hegemónica de construir conocimiento, sustentado sólo en la razón.

Por otra parte, Ahmed (2015) pone énfasis en el vínculo que existe socialmente, entre las emociones y las mujeres y como estas ideas promueven la subordinación de lo femenino y el cuerpo. Denuncia que hay una jerarquía que valora más el pensamiento/razón que la emoción, pero incluso existe una jerarquía entre las emociones: algunas son positivas y/o elevadas frente a otras que son negativas y/o bajas. Critica que desde esquemas tradicionales algunas emociones se consideren mejores que el pensamiento siempre y cuando representen una forma de inteligencia -como la "inteligencia emocional" o el "manejo del estrés"- que ayude a mejorar la productividad.

Las teorías tradicionales sobre las emociones las consideran como algo propio de las personas, algo que surge de adentro hacia afuera; en algunas teorías sociales, como la teoría de masas de Durkheim⁷, explican a las emociones como algo meramente social que se encuentran fuera del individuo y surgen de afuera hacia adentro; pero Ahmed teoriza que son producidas como efecto de la circulación entre lo individual y lo social, considerando a las emociones como prácticas sociales y culturales en lugar de estados fijos.

En este breve recuento, se ha resaltado que las emociones están involucradas en la generación de conocimiento -tanto de la persona misma, como de su entorno y los contextos que habita-, lo que cuestiona la jerarquía que se ha tratado de establecer entre razón y emociones (y dentro de las propias emociones).

SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA

"El término "sexualidad" se refiere a una dimensión fundamental del ser humano: basada en el sexo, incluye al género, las identidades de sexo y género, la orientación sexual, el erotismo, la vinculación afectiva y el amor y la reproducción. Se experimenta o se expresa en forma de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, actividades, prácticas, roles y relaciones. La sexualidad es el resultado de la interacción de factores biológicos, psicológicos, socioeconómicos, culturales, éticos y religiosos o espirituales. Si bien [...] puede abarcar todos estos aspectos, no es necesario que se experimenten ni se expresen todos. [...] en resumen, la sexualidad se experimenta y se expresa en todo lo que somos, sentimos, pensamos y hacemos". (Organización Panamericana de la Salud (OPS), 2000).

La sexualidad es dinámica, cambia con el tiempo, es objeto de una permanente construcción social y responde al contexto (Luisi Frinco, 2018). En occidente, los estilos de vidas sexuales son distintos entre hombres y mujeres: se enaltece la vida sexual de los hombres, mientras se juzga la de las mujeres. La sexualidad de los hombres se asocia con el goce y el placer, mientras que la de la mujer se asocia sólo a la reproducción.

[7] Citado en (Ahmed, 2015).

En cuanto a la crianza y a la carga ante un posible embarazo, las mujeres siguen siendo mayormente responsabilizadas de las decisiones, los cuidados, el desgaste, los juicios sociales, el costo económico y emocional que se requiere; en contrapartida, los hombres se siguen deslindando de dicha responsabilidad sin ser juzgados por la sociedad.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la salud sexual es un estado de bienestar físico, mental y social en relación con la sexualidad, lo cual no es sólo la ausencia de enfermedad, disfunción o incapacidad; se agrega que requiere un enfoque respetuoso de la sexualidad y de las relaciones sexuales, así como la posibilidad de tener experiencias sexuales placenteras y seguras, libres de coacción,⁶ discriminación y violencia (Organización Panamericana de la Salud (OPS), s/f).

Una dimensión importante dentro de la sexualidad es la orientación sexual, que es definida como la atracción emocional, romántica, sexual y/o afectiva hacia otras personas de una forma estable o duradera en el tiempo. Existen varios tipos de orientación sexual:

- Heterosexualidad: Orientación definida por la atracción de una persona hacia personas del sexo opuesto.
- Homosexualidad: Orientación definida por la atracción de una persona hacia personas del mismo sexo.
- Bisexualidad: Orientación en la que la persona se siente atraída por personas de ambos sexos
- Pansexualidad: Orientación en la que la atracción aparece de forma independiente al sexo de la persona.
- Asexualidad: Orientación en la que la persona no siente ninguna atracción sexual.

En México, las y los adolescentes y jóvenes gozan de derechos sexuales y reproductivos, así como de las garantías para su protección. El estado tiene la obligación de promover, respetar, proteger y garantizar sus derechos sexuales de conformidad con los principios de universalidad, interdependencia, indivisibilidad y progresividad. Los derechos sexuales y reproductivos de adolescentes y jóvenes son los siguientes (Comisión Nacional de Derechos Humanos (CNDH), 2016):

1. Derecho a decidir de forma libre, autónoma e informada sobre el cuerpo y la sexualidad de acuerdo con sus facultades en evolución. Estos derechos son sustantivos para el ejercicio de una sexualidad libre, autónoma e informada, por ello el estado debe propiciar ambientes que garanticen el respeto a la autodeterminación de adolescentes y jóvenes para decidir en libertad.
2. Derecho a ejercer y disfrutar plenamente la sexualidad y vivir cualquier experiencia, expresión sexual, erótica o de género que se elija, siempre que sea con pleno respeto a los derechos de las personas involucradas y acorde con las facultades en evolución, como práctica de una vida emocional y sexual plena, protegida y placentera.
3. Derecho a manifestar públicamente los afectos y a ejercer la libertad individual de expresión, manifestación, reunión, identidad sexual, de género y cultural sin prejuicios, discriminación, ni violencia. Las expresiones públicas de afecto contribuyen a la promoción de una cultura armónica, afectiva, libre de violencia y de respeto a la diversidad sexual.
4. Derecho a decidir libremente con quien o quienes relacionarse afectiva, erótica y socialmente; así como a decidir y ejercer las prácticas sexuales, elegir diversas formas de relacionarse, elegir con quién compartir la vida, sexualidad, emociones, deseos, placeres y/o afectos, de manera libre y autónoma.

5. Derecho a que se respete la privacidad e intimidad y a que se resguarde confidencialmente la información personal en todos los ámbitos de la vida, incluyendo el sexual, sin importar la edad, con énfasis en las y los adolescentes. Cuerpo, sexualidad, espacios, pertenencias y formas de relación con otras personas son parte de la identidad y privacidad que debe respetarse por igual en los espacios escolares, familiares, sociales, digitales, laborales y los servicios de salud, entre otros.
6. Derecho a la vida, a la integridad física, psicológica y sexual y a que no se someta a ningún tipo de tortura ni tratos crueles, inhumanos o degradantes. Ninguna persona o autoridad, en el ámbito familiar, laboral, escolar y de salud, comunitario e institucional, puede ejercer ningún tipo de violencia, incluyendo sexual, física, psicológica, patrimonial, económica, ni ninguna acción que tenga como finalidad lesionar o dañar la vida, la dignidad, la integridad, y/o la libertad. Ante la violencia sexual, es obligación del estado proveer asesoría legal e información y atención médica y psicológica oportuna que incluya tratamiento y profilaxis post exposición para VIH y otras ITS, anticoncepción de emergencia y aborto legal y seguro, así como acceso a la justicia y reparación del daño.
7. Derecho a decidir de manera libre e informada sobre la vida reproductiva, si se desea o no tener hijas (os), cuántas (os), cada cuándo y con quién, sin que la orientación sexual, estado civil o cualquier otra condición o característica personal sea un impedimento para ello, teniendo en cuenta la evolución de las facultades, así como las necesidades propias.
8. Derecho a la igualdad, a vivir libres de prejuicios y estereotipos de género que limiten las capacidades, prácticas y ejercicio pleno de los derechos. Se tienen una diversidad de características y necesidades específicas, pero independientemente de ellas se es igual en derechos ante la ley, la que garantiza la posibilidad de ejercer todos los derechos sin discriminación y con trato digno y equitativo.
9. Derecho a vivir libres de discriminación. Se tienen diferentes formas de expresar las identidades sexuales y culturales, y diferentes formas de vivir y ejercer la sexualidad, sin que se discrimine por edad, origen étnico o nacional, color de piel, cultura, sexo, género, discapacidad, condición social, económica, de salud (incluyendo embarazo, ITS o VIH) o jurídica, religión, apariencia física, características genéticas, situación migratoria, embarazo, lengua, opiniones, preferencias sexuales, identidad o filiación política, estado civil, situación familiar, responsabilidades familiares, idioma, antecedentes penales o cualquier otro motivo. Cualquier acto discriminatorio atenta contra la dignidad humana.
10. Derecho a la información actualizada, veraz, completa, científica y laica sobre sexualidad para tomar decisiones libres sobre la vida. Los temas relativos a la sexualidad deben incluir todos los componentes de ésta: el género, el erotismo, los vínculos afectivos, la reproducción, el placer y la diversidad. Esta información deberá estar libre de estereotipos, prejuicios, mitos o culpa, deberá ser laica y estar basada en evidencia científica.
11. Derecho a la educación integral en sexualidad que fomente la toma de decisiones libre e informada, la cultura de respeto a la dignidad humana, la igualdad de oportunidades y la equidad. La educación integral en sexualidad es necesaria para el bienestar físico, mental y social, y para el desarrollo humano en general. Sus contenidos deberán ser actualizados, laicos, basados en evidencia científica, desde la perspectiva de derechos humanos, con perspectiva de género, pertinencia cultural y libres de estereotipos, prejuicios, estigmas, mitos y culpa, teniendo en cuenta la evolución de las facultades.

12. Derecho a los servicios de salud sexual y reproductiva que sean amigables para adolescentes y jóvenes, confidenciales, de calidad, gratuitos, oportunos y con pertinencia cultural. Considerando la evolución de las facultades, se tiene derecho a recibir atención y a que no se niegue el acceso a los servicios por ausencia de padre, madre o tutor legal. Estos servicios deben incluir consejería con información, orientación y apoyo educativo, provisión de métodos anticonceptivos, aborto legal y seguro y atención durante el embarazo, parto y puerperio, detección oportuna de ITS - incluyendo VIH-, detección y atención de la violencia, entre otros. Los servicios de atención sexual y reproductiva deben estar libres de todo tipo de violencia, estigma y discriminación.

13. Derecho a la identidad sexual, a construir, decidir y expresar la identidad de género, orientación sexual e identidad política. Contar con una identidad jurídica que corresponda con la identidad sexual posibilita el pleno acceso a todos los derechos humanos, la participación social y la inclusión en la vida económica, política y cultural del país.

14. Derecho a la participación en las políticas públicas sobre sexualidad y reproducción, en su diseño, implementación, evaluación y seguimiento. Es un derecho incidir en cualquier iniciativa de ley, plan o programa público que involucre los derechos sexuales, así como en la asignación y ejecución del presupuesto público. Se tiene derecho a la expresión, manifestación y asociación con otras personas adolescentes y/o jóvenes para dialogar, crear y proponer acciones positivas que contribuyan a la salud y el bienestar.

HABILIDADES PARA LA VIDA Y LA CONVIVENCIA

Si bien la propuesta de habilidades para la vida, impulsada por la OMS (World Health Organization. Division of Mental Health, 1994), ha sido plenamente replicado en el diseño de propuestas de acompañamiento escolarizado, en esta guía se complementa con elementos aportados por la Educación para la Paz y los Derechos Humanos, así como la visión crítica al adulto-centrismo.

La cultura de la paz refiere a las prácticas que surgen como una forma de responder ante la violencia dentro de la cultura, y que tienen el objetivo de crear un ambiente pleno, positivo y armónico, en donde las personas puedan desarrollar sus ideas y proyectos sin temor a ser maltratadas por ello (Romero Torrealba, 2016).

El concepto de habilidades para la vida, entendido de forma tradicional, hace referencia al fortalecimiento de las capacidades psicosociales para manejar desafíos diarios y mantener el bienestar mental. Estas capacidades incluyen la toma de decisiones, la comunicación efectiva, las relaciones interpersonales, la autoconciencia y la empatía. Este abordaje resulta funcional para la promoción de actitudes prosociales en personas jóvenes, sin embargo, desarrollos teóricos que incorporan la educación para la paz en la promoción de las habilidades para la vida, resaltan la importancia de extenderse más allá del espacio escolarizado, hacia las familias y la comunidad en su conjunto (Brauneis, 2019).

Considerando que las personas adolescentes atraviesan procesos complejos de adaptación social, incorporación a dinámicas "adultas", expectativas sociales y relaciones desiguales de poder, contar con un marco de desarrollo de habilidades en-

focado en la resolución no violenta de conflictos aumenta las posibilidades de expresar su identidad de forma libre y en concordancia con el respeto a las otras identidades. Para que esto suceda, el involucramiento de la comunidad (docentes, familias y otras personas relevantes) posibilita reforzar conductas basadas en el buentrato, no sólo en el espacio del aula sino también en otros espacios de socialización.

CUIDADOS

El cuidado⁸ es un concepto básico para la preservación de la vida. El ser humano es el animal que necesita más protección y guía para su crecimiento físico y psicológico. Los cuidados son las actividades que regeneran diaria y generacionalmente el bienestar físico y emocional de las personas (ONU Mujeres, 2022). Cuidar es un trabajo que históricamente se ha asignado a las mujeres casi por completo; se trata, además de un trabajo precarizado e invisibilizado. Es común que también se invisibilice a las personas cuidadoras, es decir, no existe consciencia del desgaste físico y emocional que genera estar a cargo de las demás personas, lo que se agrava cuando algún miembro de la familia tiene algún tipo de discapacidad o una necesidad de atención específica.

El cuidado casi siempre ha sido visto como una actividad que ocurre en el espacio privado o doméstico, pero no siempre queda claro que arraiga en el afecto y que además es una actividad que compete a todas las personas y por ello es importante problematizarlo (Eme Vázquez, 2019). Justamente, desde una construcción de género, los hombres no han sido educados para cuidar, ni para cuidarse y eso tiene que cambiar; pero además debería empezar a plantearse la necesidad del cuidado en el espacio público (González Núñez & López Pérez, 2024).

Desde una visión global, el cuidado incluye cualquier actividad que asegure el sostenimiento de la vida, ello incluye la reproducción humana pero también los entornos (sociales, ecológicos) que lo hacen posible: desde la educación y el apoyo emocional hasta el mantenimiento de bienes domésticos y el cuidado del planeta (Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL), 2022); es decir, asegurar condiciones de vida dignas requiere disponer de tiempo, recursos, bienes y servicios adecuados, así como de un bienestar subjetivo que permita realizar estas labores.

El trabajo de cuidado compete a todos y todas, el cuidado de sí misma (mismo), el cuidado del otro (a), el cuidado de los espacios que se habitan para que se reconozca la importancia de sostener y ser sostenido (a), de cuidar y ser cuidado(a), como una responsabilidad personal y social.

Desde este enfoque, procurar el bienestar de las personas con las que se convive tendría que implicar el no ejercer acciones que les provoquen malestar, y más aún cuando estas acciones son ejercidas deliberadamente en torno a una forma de opresión. En este sentido, el ejercicio del acoso escolar o de cualquier otra forma de violencia tendrá que ser reconocido como una forma de maltrato que atenta contra una sociedad cuidadora y por lo tanto contra la sostenibilidad de la vida.

[8] Se suele denominar cuidado, cuidados, trabajo de cuidados, trabajo doméstico y de cuidados. En este texto se usan como sinónimos.

PROYECTO DE VIDA

Para Fina Sanz (2016), los proyectos dan sentido a la vida de las personas, les ayudan a hacer un trabajo personal y a transitar hacia un lugar más satisfactorio. Pueden ser pequeños o grandes y tienen diferentes impactos en la vida, según el punto en el que cada persona se encuentre: a veces son más afines al ámbito personal -como aprender algo nuevo o a relacionarse de una forma distinta con las emociones-; otras veces, pueden incluir relaciones interpersonales -como mejorar la comunicación con alguien cercano-; pero también pueden ir más allá y tener un impacto social -como hacer algún voluntariado o involucrarse más en un tema público o político de interés.

Desde una perspectiva complementaria, se considera que el proyecto de vida estimula al individuo a crecer, buscando concretar cuatro tareas básicas para su desarrollo (Suárez Barros, Alarcón Vásquez, & Reyes Ruiz, 2018):

1. Ser capaz de orientar sus acciones en función de determinados valores.
2. Aprender a actuar con responsabilidad, hacerse cargo de las consecuencias de las propias decisiones, reconocer que no se está solo, y que hay otros(as) con quienes convivir.
3. Desarrollar actitudes de respeto, ser capaces de compartir y aceptar las diferencias.
4. Que la construcción del proyecto de vida debe estar basado en el conocimiento sobre el propio sujeto.

Lo anterior permite reflexionar que construir un proyecto de vida refuerza la capacidad de agencia del ser humano: al conocerse y tomar decisiones basadas en gustos propios, deseos y metas, se aprende a asumir decisiones y a reconocer que, en diferentes ámbitos de la vida, aún en condiciones hostiles, se tiene una capacidad de respuesta, de elegir qué hacer en y con la vida propia.



ORGANIZACIÓN DE LA GUÍA

La estructura contempla la distribución de 28 horas de trabajo divididas en actividades presenciales y a distancia. Reconociendo que la dinámica de cada grupo es distinta y que el tiempo con el que las personas que imparten los contenidos cuentan depende de la disposición del espacio y otros factores organizativos, decidimos ordenar la metodología en 5 módulos de 2 sesiones cada uno, de forma que se puedan seleccionar actividades y tareas que quienes faciliten las sesiones consideren convenientes; en el apartado "estructura" se presenta un esquema para tener una visión de conjunto.

En los siguientes apartados se desarrollan cada uno de los módulos, las sesiones presenciales y las tareas que componen la metodología Escuela de Buentrato. Al inicio de cada módulo se contextualiza cuál es el propósito que lo orienta y se propone una bibliografía mínima por consultar. A continuación, un cuadro resumen permite tener una visión global de lo que se incluye en el módulo, es decir, los temas por abordar y las actividades previstas para ello. Las sesiones han sido programadas para tener una duración de 2 horas cada una y las tareas están estimadas para realizarse en un tiempo aproximado de 1 hora; en total, 20 horas de trabajo presencial y 8 horas de trabajo individual.

Cada módulo incluye acciones para el abordaje de los temas que la Escuela de Buentrato contempla, así como actividades que facilitan la integración grupal, la introspección y la solución de problemas de forma creativa y no-violenta. Cada actividad está explicada para que pueda ser replicada en espacios escolares o en otros escenarios donde se convoque a adolescentes y jóvenes. Bajo el título de técnicas grupales, se agrupan las diversas actividades que contienen: tiempo, objetivo, material a utilizar y procedimiento.

Para actividades más complejas por el nivel de análisis o reflexión requerido, se incluyen preguntas generadoras que complementan o enriquezcan lo planteado en el apartado de procedimiento y que tienen el propósito de ayudar a quien facilita a generar algunos cuestionamientos que inviten al grupo a reflexionar sobre los temas abordados.

Como complemento a la descripción de cada módulo y cada sesión, en el siguiente capítulo se encuentran mecanismos de evaluación; allí se incluyen instrumentos que permiten valorar los objetivos previamente planteados de forma individual. Posteriormente, se incluye el apartado de "Tareas" en el que se especifica lo correspondiente a las actividades que las y los jóvenes deberán desarrollar por su cuenta.

Al final de las sesiones, se incluye un apartado de anexos donde están los materiales para realizar los ejercicios propuestos en las sesiones.

ESTRUCTURA

SESIÓN	MÓDULO	TEMA	TAREA
1	I. Igualdad de género y masculinidades	Bienvenida a la Escuela de Buentrato	N/A
2		Cosas de niñas, cosas de niños	Desafiando los estereotipos
3	II. Relaciones de pareja y redes de apoyo	Los hombres y las mujeres en las relaciones	Al otro lado de la pantalla
4		La ropa sucia NO se lava en casa	Regalos para todas y para todos
5	III. Salud sexual y reproductiva	¿A quién le toca cuidarse?	Mi cuerpo, mi territorio
6		Nos cuidamos, nos construimos	La responsabilidad es compartida
7	IV. Salud emocional y habilidades para la vida	¿Cómo estamos hoy?	Una carta para mí
8		La comunidad que nos sostiene	Héroes y heroínas de hoy
9	V. Proyecto de vida y transformación social	¿Hacia dónde vamos?	Nuestra pizca de arena
10		No es necesario cambiar el mundo para cambiar el mundo.	N/A

MÓDULO I IGUALDAD DE GÉNERO Y MASCULINIDADES

Hablar de “género” significa enunciar una categoría de análisis que visibiliza los significados, normas, prácticas y representaciones construidas socialmente a partir del sexo de las personas; es decir, la interpretación y fabricación cultural, política e histórica de lo que significa ser mujer o ser hombre. El género, entendido como un sistema que deriva en atribuciones sociales impuestas tanto a hombres como a mujeres, constituye en sí una estructura de desigualdad entre hombres y mujeres, al privilegiar lo entendido como masculino sobre lo femenino.

El propósito de este primer módulo consiste en entender el género como un organizador de la vida cotidiana de niños, niñas, adolescentes, hombres y mujeres, a partir de la imposición de roles y estereotipos basados en el sexo. Las actividades planteadas buscan generar cuestionamientos sobre el papel que las mujeres ocupan dentro de la cultura de género, desmitificar y reivindicar el feminismo y la lucha de las mujeres, así como reflexionar sobre los valores que configuran la masculinidad en los jóvenes y la relación que ésta tiene con los ejercicios de violencia.

Si bien, la primera sesión pretende tejer un espacio de confianza en el grupo a partir de dinámicas de presentación, integración y evaluación que les introduzcan a los contenidos de la metodología; la segunda sesión, sienta las bases sobre una mirada crítica del género que acompañará el resto de las sesiones. Por esta razón, sugerimos que quien retome este material para su réplica, mantenga este módulo al inicio de su acompañamiento.

Toma en cuenta⁹:

- En la actividad "Como niña", es común que los jóvenes varones se sientan con ánimo de ridiculizar las actuaciones de las niñas y que se detonen risas al respecto. Es fundamental tener presente que si bien, esa misma respuesta sienta bases para la reflexión posterior, quien facilite se encargue de que el grupo no incurra en faltas de respeto hacia las jóvenes; y que ellas puedan compartir su sentir y su postura al respecto. Este es el primer ejercicio de diálogo intergenerérico que la metodología propone, buscando, especialmente, que los jóvenes adolescentes puedan escuchar a las mujeres.
- La actividad “el honor masculino” supone visibilizar la naturalización de la violencia dentro de las dinámicas masculinas, así que es común que las representaciones que los jóvenes hagan deriven en violencia y en drama-

[9] Para el desarrollo de los módulos se incluye este apartado para llamar la atención sobre algunos aspectos que pueden ser relevantes para el desarrollo de las actividades.

tizaciones/ridiculizaciones de esta, como arrestos, asesinatos, contacto con drogas, entre otros. En esta actividad también puede ocurrir que las mujeres modelen formas de resolver conflictos sin violencia, muchas veces interviniendo antes de los posibles ejercicios de violencia entre varones, o acudiendo a una autoridad adulta (que comúnmente interviene también desde alguna forma de maltrato) que atienda la situación.

- Por último, "La mitad de Juan" puede generar resonancia en muchos de los chicos y las chicas. Muchas reflexiones de la lectura conectan con la idea de que a las personas no debe importarles lo que otros piensen sobre sus gustos y su personalidad; sin embargo, desde la facilitación es necesario colocar que la sociedad tiene un papel importante en la configuración de la identidad y en la libertad de expresión, por lo que, no sólo es importante que cada persona se sienta segura y libre de vivirse libre de estereotipos de género, sino que requerimos de familias, amistades, escuelas y sociedades en donde esa seguridad y libertad sean posibles.

Bibliografía sugerida:

Castañeda, Marina (2019). El machismo invisible. De Bolsillo. En especial, consultar el capítulo: "Algunos mitos del machismo".

Lagarde, Marcela (1996). Género y feminismo. Desarrollo humano y democracia. Madrid: Horas y Horas. Revisar el capítulo "El Género".

López, R.; Ocampo, I.; Durán, A. y Zetina, J. (2023). Jugando a ser grandes: Cómo aprenden los niños a ser hombres. Ciudad de México: GENDES. Disponible en <https://epctd97yr4j.exactdn.com/wp-content/uploads/2024/03/GBI-Mexico-Mar-1.pdf>.

Varela, Nuria (2008). Feminismo para principiantes. España: De Bolsillo. Al menos consultar: ¿Qué es el Feminismo? (pp 9-16)

Duración del módulo: 5 horas

Sesión 1 Bienvenida a la Escuela de Buentrato			
TEMA	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DURACIÓN
Introducción	Presentación del proyecto	Compartir información sobre las características y objetivos del proyecto Escuela de Buentrato, así como el papel de las y los jóvenes en su implementación.	15 min.
Presentación grupal	El show de talentos	Conocer a las y los participantes del grupo y favorecer el conocimiento y cohesión del mismo.	30 min.
Evaluación	Diagnóstico participativo	Recoger información sobre el nivel de sensibilización y sobre las habilidades con las que las y los jóvenes cuentan en términos de los temas a revisar en la Escuela de Buentrato.	60 min.
Expectativas	Espacio abierto a la participación	Conocer lo que los y las jóvenes esperan o quisieran que sucediera en el taller.	10 min.
Conclusión	Cierre de la sesión	Explorar de manera general el estado en el que las y los jóvenes concluyen la sesión.	5 min.

Sesión 2

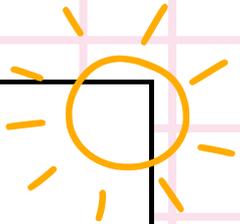
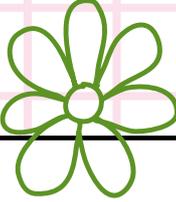
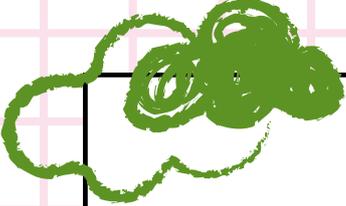
Cosas de niñas, cosas de niños

TEMA	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DURACIÓN
Inicio	Recuento de la sesión anterior	Recordar lo conversado y revisado de la sesión anterior y explorar cómo le fue al grupo con la tarea de la semana anterior.	10 min.
Emociones en el aprendizaje y espacios seguros	Nuestro espacio seguro	Definir de forma colaborativa el tipo de entorno que se requiere para la Escuela de Buentrato, incluyendo la pertinencia de las emociones.	20 min.
Feminismo, género y lucha de mujeres	"... Como niña"	Reflexionar sobre el lugar que las mujeres ocupan dentro de la cultura de género y el porqué de la lucha feminista y la lucha de las mujeres.	30 min.
Valores de la masculinidad	El honor masculino	Reflexionar sobre los valores que configuran la masculinidad, así como su relación con la violencia.	45 min.
Las cajas de la masculinidad y de la feminidad.	Cuento "La mitad de Juan"	Evidenciar el sistema de género como construcción social y como limitante en el desarrollo pleno de hombres y mujeres.	10 min.
Conclusión	Cierre de la sesión	Explorar de manera general el estado en el que las y los jóvenes concluyen la sesión.	5 min.

Tarea 1

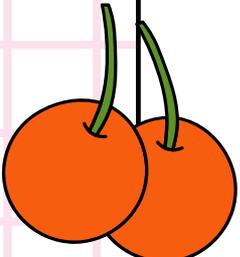
Desafiando estereotipos

TEMA	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DURACIÓN
Estereotipos y roles de género	Desafiando estereotipos	Evidenciar el sistema de género como construcción social y como limitante en el desarrollo pleno de hombres y mujeres e incentivar el desafío de los estereotipos de género por parte de las y los jóvenes.	60 min.

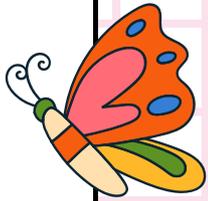
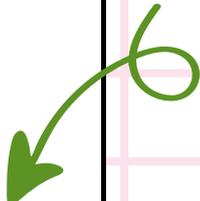


SESIÓN I

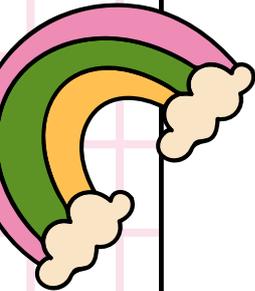
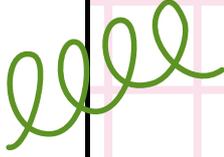
BIENVENIDA A LA ESCUELA DE BUENTRATO



Presentación del Proyecto

- Tiempo: 15 minutos
 - Objetivo: Compartir información sobre las características y objetivos del proyecto Escuela de Buentrato, así como el papel de las y los jóvenes en su implementación.
 - Material: Presentación de diapositivas (opcional) y/o pintarrón y marcadores.
 - Procedimiento:
 - Las y los facilitadores se presentarán ante el grupo y darán una breve introducción al contenido (ver el recuadro en la sección "Estructura") y a los objetivos del taller (se encuentran en "Intenciones de la guía"). Pueden apoyarse en una presentación de diapositivas o de notas clave en el pintarrón.
- 
- 

El show de talentos

- Tiempo: 30 minutos
 - Objetivo: Conocer a las y los participantes del grupo y favorecer el conocimiento y cohesión del mismo.
 - Material: Hojas, marcadores, colores.
 - Procedimiento:
 - Cada participante debe contar con una hoja y con colores para realizar la actividad.
 - Se les indicará que deben utilizar el material para hacer su "gafete de presentación". Este debe incluir un autorretrato (lo más básico posible), su nombre y algún talento que posean. Este talento puede ser algo que hagan bien, que les guste de sí mismos y que, de preferencia, otras personas presentes desconozcan.
 - Si es necesario, el equipo de facilitación puede brindar apoyo a las y los participantes que tengan dificultades en escoger o nombrar su talento.
 - Una vez que todas y todos hayan terminado su gafete, el grupo se presentará ante los demás haciendo uso de él.
- 
- 

- Procesamiento y cierre:
 - Es importante favorecer un ambiente en el que todas las participaciones y todos los talentos que las y los chicos nombren sean validados como tales (por ejemplo, aplaudiendo a cada participante). Así mismo, es una invitación a conocer al grupo desde lugares no necesariamente académicos.

Diagnóstico Participativo

- Tiempo: 60 minutos
- Objetivo: Recoger información sobre el nivel de sensibilización y sobre las habilidades con las que las y los jóvenes cuentan en términos de los temas a revisar en la Escuela de Buentrato.
- Material: Es necesario contar con los ejercicios incluidos en la sección "Módulo 1. Igualdad de género y masculinidades" que se encuentra en la sección "Instrumentos de evaluación" de esta guía. Este mismo formato se usará al finalizar la última sesión de la metodología, a fin de conocer los cambios registrados.
- Procedimiento:
 - Indicar a las y los jóvenes que como parte de la evaluación que este proyecto requiere, es necesario realizar 5 breves ejercicios en la primera y en la última sesión. Estos ejercicios contemplan los temas que se revisarán a lo largo de las sesiones.
 - Enfatizar que los resultados de los ejercicios no se evalúan en términos de "correcto / incorrecto" o "bueno / malo", por lo que no deben sentirse presionados si no están seguros sobre algo que se les pregunte.

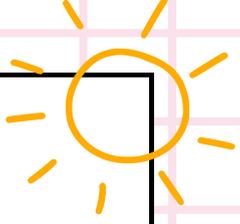
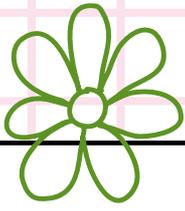
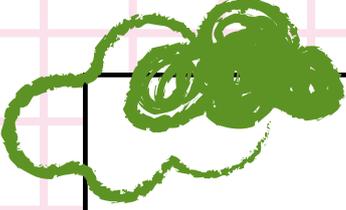
Espacio abierto a la participación

- Tiempo: 10 minutos
- Objetivo: Conocer lo que las y los jóvenes esperan o quisieran que sucediera en el taller.
- Material: Ninguno
- Procedimiento:
 - Una vez terminada la evaluación inicial y haciendo referencia a ella, así como a los objetivos presentados, preguntar al grupo lo siguiente: ¿Qué es lo que esperan de este taller o les gustaría que sucediera en él? (En cuestión de actividades, temas, forma de trabajo, etc.)

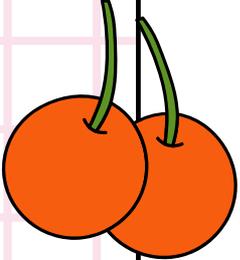
- Escuchar varias participaciones, hasta que las y los participantes se sientan representadas/os con lo que se haya señalado -no tiene que participar todo el grupo.
- Anotar los comentarios que surjan para contar con una pequeña lista que pueda compartirse con el grupo. Confirmar, frente al grupo, las actividades y/o temas, que sí se abordarán en el taller y descartar las que no, resolver las dudas que surjan sobre el contenido en general.

Cierre de la sesión

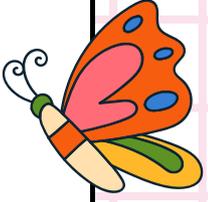
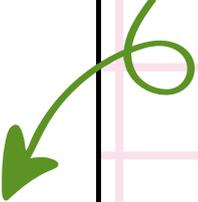
- Tiempo: 5 minutos
- Objetivo: Explorar de manera general el estado en el que las y los jóvenes concluyen la sesión.
- Material: Ninguno
- Procedimiento:
 - Se indica a las y los participantes que formen un círculo de pie, de tal suerte que puedan ver a todo el grupo. Se les pregunta: ¿Cómo se van del taller? Y se les pide expresarlo, en una palabra.
 - Se solicita a alguien que inicie de forma voluntaria y que continúe la persona a la derecha. Si alguna persona participante no sabe aún qué decir, puede decirlo al finalizar la ronda.



SESIÓN 2 COSAS DE NIÑAS, COSAS DE NIÑOS

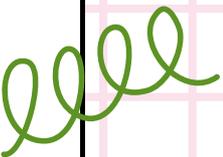


Recuento de la sesión anterior

- Tiempo: 10 minutos
 - Objetivo: Recordar lo conversado y revisado de la sesión anterior y explorar cómo le fue al grupo con la tarea de la semana anterior.
 - Material: Ninguno.
 - Procedimiento:
 - Se da la bienvenida a las personas participantes, y se hace la siguiente pregunta: ¿Cómo se sintieron después de la sesión anterior? Se escucha y se trabaja las sensaciones o emociones que hayan sido mencionadas sobre la sesión anterior.
 - Terminada esta reflexión, se pregunta ¿Cómo les fue con la tarea? Se escucha y se aporta lo que se considere necesario para que los temas antes vistos se reafirmen o para que las dudas sean aclaradas.
- 
- 



Nuestro espacio seguro

- Tiempo: 20 minutos
 - Objetivo: Definir de forma colaborativa el tipo de entorno que se requiere para la Escuela de Buentrato, incluyendo la pertinencia de las emociones.
 - Material: Una caja, papeletas y bolígrafos.
 - Procedimiento:
 - Reunir al grupo en círculo y entregarles al menos 2 papeletas y un bolígrafo o lápiz.
 - Compartir que uno de los objetivos más importantes de la Escuela de Buentrato es el de construir un espacio que sea seguro para quienes son parte de él. Se pueden dedicar unos minutos a sondear con el grupo lo que eso significa.
 - Cada persona deberá escribir en una de las papeletas lo que puede aportar al grupo para hacer de ése un lugar seguro. Una vez hecho eso las meterán en la caja y se pedirá que quien guste, tome la palabra y comente sobre su aportación.
- 

- En esta ronda, cuando alguien nombre lo que necesita, se puede preguntar al grupo si alguien lo escribió en la ronda anterior, como forma de hacer saber que eso que necesitan les será otorgado desde el compromiso grupal.
- Procesamiento y cierre:
 - Esta actividad es útil para que el equipo de facilitación sistematice la información y escriba en una hoja de rotafolio los lineamientos básicos para el funcionamiento de las sesiones, por ejemplo, puntualidad, asistencia a las sesiones, escucha activa y regulación de las participaciones. En lo posible, la hoja de rotafolios se colocará en lugar visible cada sesión.

“... como niña”

- Tiempo: 30 minutos
- Objetivo: Reflexionar sobre el lugar que las mujeres ocupan dentro de la cultura de género y el porqué de la lucha feminista y la lucha de las mujeres.
- Material: Presentación de diapositivas (opcional) y/o pintarrón y marcadores.
- Procedimiento:
 - Reunir al grupo en círculo e indicar que conversaremos sobre lo que significa “hacer las cosas como niña”.
 - Se dirán las siguientes frases y se dará espacio para que las y los participantes reaccionen, ejemplifiquen o comenten el significado que viene a su mente: 1) Correr como niña; 2) Gritar como niña; 3) Llorar como niña; 4) Pelear como niña.
 - Hablar con el grupo sobre si están de acuerdo con la forma en que esas frases suelen ser representadas o con el significado social que tienen. Esto permitirá introducir el tema de la condición femenina.
- Preguntas generadoras
 - ¿En qué situaciones usamos normalmente ese tipo de frases?
 - ¿Qué dice sobre las mujeres y niñas el que empleemos esas frases?
 - ¿Cómo se espera que las mujeres y las niñas sean y se comporten?
 - ¿Creen que las mujeres y las niñas estén de acuerdo con que se hagan ese tipo de representaciones sobre ellas? ¿Por qué?

- Posteriormente, escribirán en la papeleta restante lo que necesitan que el grupo les de para cumplir con el criterio de seguridad. Al terminar, la depositarán en la caja y se invitará a que quien guste, tome la palabra y comparta lo que escribió.
- Procesamiento y cierre:
 - Tras la conversación grupal, el equipo de facilitación puede introducir una breve exposición sobre la condición de las mujeres dentro de la cultura de género. Esto significa hablar de los estereotipos a los que las niñas y las mujeres están sujetas, los roles que se les exigen y cómo culturalmente están en un lugar que representa “lo no deseado o lo que nadie quiere ser”.
 - Incluir también que, como respuesta ante esta cultura, muchas mujeres se han organizado para luchar por mejores condiciones de vida para ellas y la sociedad en general, así como su emancipación de los roles, estereotipos y mandatos hacia ellas. Esto se le conoce como feminismo y lucha de las mujeres.

El honor masculino¹⁰

- Tiempo: 45 minutos
- Objetivo: Reflexionar sobre los valores que configuran la masculinidad, así como su relación con la violencia.
- Material: Anexo 1 “El honor masculino”
- Procedimiento:
 - Se pide al grupo que se dividan en equipos de cuatro o cinco personas, y se entrega a cada equipo una historia de las que aparecen en la hoja de apoyo: La violencia entre pares.
 - Se explica que se trata de una historia de tensión y agresión entre varones, y que el trabajo consiste en que el grupo complete la historia con una breve descripción de lo que creen podría ocurrir a continuación.
 - Se solicita a cada equipo que prepare una dramatización o actuación breve de la historia para presentarla al resto de los participantes. Es conveniente que la persona facilitadora pase por cada grupo.
 - Se dispone el salón como escenario y a los participantes como público (puede ser en círculo o media luna) y se invita a los grupos a realizar sus representaciones frente a todos los participantes enfatizando en que éstos se mantengan en silencio y en actitud de atención y respeto.

[10] Adaptación de la técnica “El honor masculino” (Aguayo, Ibarra Casals, & Píriz, 2015)

- Preguntas generadoras
 - ¿Cómo fue la experiencia de actuar o ver las dramatizaciones? ¿Qué sintieron con las dramatizaciones)?
 - ¿Recordaron alguna experiencia similar que hayan vivido? ¿Cómo se sintieron en aquella situación?
 - ¿Qué riesgos se corren cuando participamos en situaciones como ésta?
 - ¿Qué es lo que se defiende en estas situaciones? ¿Está el honor masculino en juego en estas situaciones?
 - ¿Qué hace que a veces reaccionemos de esta forma?
 - ¿Qué nos pasa cuando nos sentimos insultados?
- Procesamiento y cierre:
 - Esta actividad sirve para nombrar los valores comúnmente asociados a la masculinidad tradicional (poder, dominio, control, uso de la fuerza y/o de la violencia, etc).
 - Es importante recordar que uno de los factores asociados a la violencia entre varones es lo referente a los insultos y al honor. Se recomienda señalar que muchas de las muertes entre varones son causadas con el inicio de una discusión (ya sea sobre fútbol, sobre la novia, a partir de un insulto, etc.), y van aumentando de tono hasta llegar al intercambio de golpes, llegando incluso al homicidio.

Cuento "La mitad de Juan"

- Tiempo: 10 minutos
- Objetivo: Evidenciar el sistema de género como construcción social y como limitante en el desarrollo pleno de hombres y mujeres
- Material: el cuento está disponible en https://www.alicante.es/sites/default/files/documentos/2020_04/mitad-juan.pdf; también hay una versión en Youtube: https://www.youtube.com/watch?v=gRTVT2_Wjh4. Para facilidad del equipo facilitador, el pdf referido se coloca como imagen en el anexo "La mitad de Juan".
- Procedimiento:
 - Con el grupo integrado a manera de círculo, se dará lectura al cuento "La mitad de Juan".
 - Al finalizar la lectura se abrirá un espacio para realizar las siguientes preguntas, ¿Qué les pareció el cuento? ¿Qué piensan al respecto? ¿Les hizo reflexionar acerca de algo?

- Escuchar algunas participaciones y mencionar brevemente, a manera de cierre, aquellos puntos que se repiten, hacer énfasis en los mandatos de género y en cómo repercuten en la vida de todos y todas.

Cierre de la sesión

- Tiempo: 5 minutos
- Objetivo: Explorar de manera general el estado en el que las y los jóvenes concluyen la sesión.
- Material: Ninguno

Procedimiento

- Se indica a los y las participantes del taller que regresen a sus lugares si la última actividad les movió de él, y se da por terminada la sesión agradeciendo el tiempo, las participaciones y el espacio. Posteriormente se les entregan las hojas impresas con la tarea 1 "Desafiando estereotipos", se dan las indicaciones para resolver dicha tarea y se resuelven dudas que puedan surgir.

MÓDULO II RELACIONES DE PAREJA Y REDES DE APOYO

Es necesario hablar de la violencia contra las mujeres que se nutre directamente de las relaciones desiguales que derivan de la cultura de género. La violencia de género consiste en un tipo de violencia física, psicológica, económica, patrimonial y/o sexual ejercida contra una persona sobre la base de su sexo. En el caso de la violencia contra las mujeres, muchas veces sufren violencia por el sólo hecho de serlo.

Si relacionamos a la violencia de género con la violencia en el noviazgo, o en otros formatos de relación, como relaciones abiertas, ligues, amigos con derechos, etcétera, podemos observar que la violencia dentro de contextos románticos o afectivos perpetúa la jerarquía de los hombres con respecto a las mujeres, al tiempo que busca someterlas y relegarlas a estereotipos y roles con poco margen de acción para su cuidado.

Este módulo tiene como propósito identificar y nombrar la violencia dentro de las relaciones de pareja, incluso dentro de las relaciones intergeneracionales cotidianas y denunciar su normalización dentro de la cultura, muchas veces en nombre del amor romántico, al tiempo que se pone al centro la colectividad como forma de responder y de protegernos de ella. Se ha documentado que los vínculos tienen un papel importante en la transformación y en la movilidad social de las personas. Esto significa que en la medida en que las personas tengan mayores y mejores redes en las cuáles apoyarse, será más probable que cuenten con recursos para protegerse de situaciones de violencia. Por ello, la segunda sesión de este módulo busca favorecer el sentido de pertenencia a una comunidad de las y los jóvenes.

Toma en cuenta :

- Con base en la experiencia que el desarrollo de este manual aportó, se sugiere tener especial precaución con la actividad **"Cómo se ve la violencia"**, ya que es un ejercicio con varios factores de riesgo: El primero de ellos es la conexión con experiencias de las y los jóvenes vinculadas a violencias en el interior de sus hogares, en la escuela o en otros espacios. El segundo es la posible ridiculización de los papeles de hombres o mujeres encarnando la violencia; es decir, jóvenes que golpean, azotan o se burlan buscando ser graciosos en las representaciones que diseñan, o bien, interpretando papeles de mujeres víctimas de violencia con el propósito de divertir. El tercer factor de riesgo es la representación de la violencia sexual, pues puede poner en un lugar incómodo al equipo al que le haya sido asignado. Si bien, la metodología -y la actividad- no se contraponen con la posibilidad de reír y divertirse, es importante hacer un llamado al respeto por la actividad, así como a la creatividad. Sugerimos invitar a las y los jóvenes a ejemplificar los tipos y modalidades de violencia de formas que no resulten tan evidentes, así como a mantener el respeto y el cuidado con el espacio como una forma de protección para

todas las personas. Asimismo, la persona responsable del desarrollo de la actividad debe acercarse a los equipos y asegurarse de que haya una buena comprensión de los términos que están leyendo.

- La actividad **"Soluciones a historias cotidianas"** supone un reto que es común a lo largo de la metodología, sobre todo si se aplica en espacios escolarizados: las y los jóvenes pueden sentirse presionados por "saber la respuesta correcta" a un problema o ejercicio, debido a que es una exigencia que suele estar presente en su experiencia de vida. Es importante cuidar que si bien, existen "soluciones" a las historias que resultan más cercanas a la historia en cuestión, el ejercicio busca explorar y reflexionar opciones que iluminen posibilidades dentro de la complejidad de las relaciones y los conflictos humanos. De igual forma **"Con quiénes cuento"** es una invitación a nombrar por quiénes o por qué nos sentimos protegidos y protegidas en el mundo, sin que existan respuestas más válidas que otras. Ha sido una grata sorpresa encontrar jóvenes que cuentan con abuelos que han fallecido pero que les cuidan desde el cielo, con animales de compañía que escuchan y acompañan, o con familiares lejanos que ven muy pocas veces pero que les conectan con alegría, sentido de pertenencia y otras cosas valoradas.
- El **paracaídas** se incluye en un momento en donde hay un mayor conocimiento del grupo y se espera que la relación entre quien facilita las sesiones y las y los jóvenes sea más estrecha. Sabemos que es un material que puede ser difícil de conseguir, pero sugerimos fuertemente tenerlo como parte de los recursos sumamente útiles en el trabajo con grupos de distintas edades. Además de generar poderosas conexiones con habilidades como la paciencia, la atención, el trabajo en equipo o la confianza, promueve una colaboración igualitaria entre todas las personas del grupo (incluyendo a personas facilitadoras, abriendo grietas en las jerarquías entre adultos y jóvenes) y la co-construcción de un espacio donde el juego y las risas nos convoquen a cuidar.

Bibliografía sugerida:

Herrera, Coral (2018). Mujeres que ya no sufren por amor. Transformando el mito del amor romántico. Madrid: Los libros de la catarata.

Ley General de Acceso a las Mujeres a una Vida Libre de Violencia. Disponible en: <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGAMVLV.pdf>

Ruiz, José (José Antonio Emmanuel) (1931). La anarquía explicada a los niños. Biblioteca Anarquista Internacional de Barcelona. Disponible en: <https://we.riseup.net/assets/588551/anarquia%2Bexplicada%2Bninos.pdf>

De la Garza, Claudia; Derbez, Eréndira (2021). (No son micro) machismos cotidianos. Ciudad de México: Pingüin Random House.

Sesión 3
Los hombres y las mujeres en las relaciones

TEMA	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DURACIÓN
Inicio	Recapitulación	Recordar lo conversado y revisado de la sesión anterior y explorar cómo le fue al grupo con la tarea de la semana anterior.	10 min.
Cultura de género en las relaciones de pareja	¿Cómo son los hombres y las mujeres en las relaciones?	Concientizar la presencia de estereotipos y roles de género en las relaciones de pareja en hombres y mujeres adolescentes.	45 min.
Tipos y modalidades en la violencia contra las mujeres	¿Cómo se ve la violencia?	Identificar y ejemplificar la violencia contra las mujeres y las niñas.	60 min.
Conclusión	Cierre de la sesión	Explorar de manera general el estado en el que las y los jóvenes concluyen la sesión.	5 min.

Tarea 3
Al otro lado de la pantalla

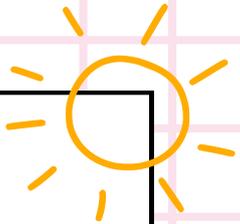
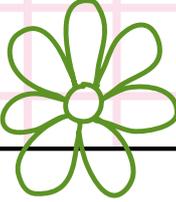
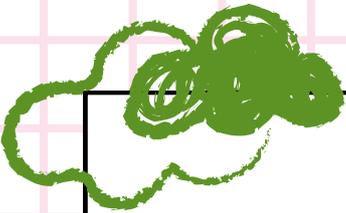
TEMA	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DURACIÓN
Redes sociales	Al otro lado de la pantalla	Identificar riesgos y beneficios del uso de redes sociales para los y las adolescentes.	60 min.

Sesión 4
La ropa sucia NO se lava en casa

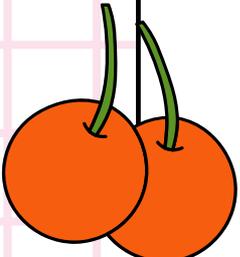
TEMA	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DURACIÓN
Inicio	Recapitulación	Recordar lo conversado y revisado de la sesión anterior y explorar cómo le fue al grupo con la tarea de la semana anterior.	15 min.
Resolución no violenta de conflictos	Soluciones a historias cotidianas	Identificar problemáticas y soluciones que se presentan en la vida cotidiana en las relaciones inter e intragenéricas.	40 min.
Redes de apoyo	¿Con quiénes cuento?	Identificar y potenciar vínculos y redes de apoyo con las que las y los jóvenes cuentan en diferentes espacios	30 min.
La comunidad y las redes de apoyo como parte de nuestra identidad	Paracaídas*	Favorecer el sentido de pertenencia a una comunidad a través de la participación, la creatividad y el buentrato.	30 min.
Conclusión	Cierre de la sesión	Explorar de manera general el estado en el que las y los jóvenes concluyen la sesión.	5 min.

Tarea 3
Para quienes nos acompañan

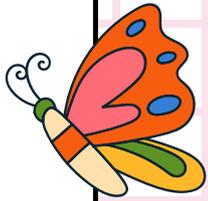
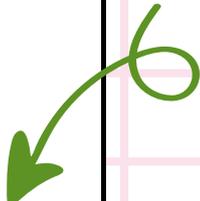
TEMA	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DURACIÓN
Buentrato	¡Regalos para todas y todos!	Aumentar la creatividad de las y los jóvenes sobre cómo dar buen trato a sí mismas/os y a otras personas.	60 min.



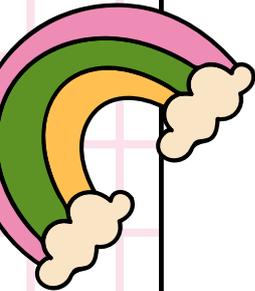
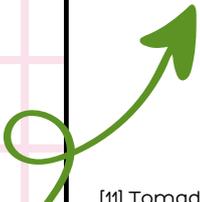
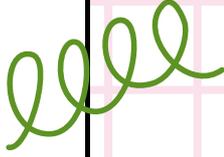
SESIÓN 3 LOS HOMBRES Y LAS MUJERES EN LAS RELACIONES



Recapitulación

- Tiempo: 10 minutos
 - Objetivo: Recordar lo conversado y revisado de la sesión anterior y explorar cómo le fue al grupo con la tarea de la semana anterior.
 - Material: Ninguno.
 - Procedimiento:
 - Se da la bienvenida a las personas participantes, y se hace la siguiente pregunta: ¿Cómo se sintieron después de la sesión anterior? Se escucha y se trabaja las sensaciones o emociones que hayan sido mencionadas sobre la sesión anterior.
 - Terminada esta reflexión, se pregunta ¿Cómo les fue con la tarea? Se escucha y se aporta lo que se considere necesario para que los temas antes vistos se reafirmen o para que las dudas sean aclaradas.
- 
- 

“¿Cómo son los hombres y las mujeres en las relaciones”¹¹

- Tiempo: 45 minutos
 - Objetivo: Concientizar la presencia de estereotipos y roles de género en las relaciones de pareja en hombres y mujeres adolescentes.
 - Material: Rotafolios, marcadores y cinta adhesiva.
 - Procedimiento:
 - Se divide el grupo en hombres y mujeres, para que se formen dos equipos de mujeres y dos de hombres. Cada equipo debe discutir y responder una pregunta, por un lado, los hombres responden: ¿cómo son los hombres en las relaciones?; por otro, las mujeres responden: ¿cómo son las mujeres en las relaciones? Se escriben sus respuestas en cartulinas o rotafolios. Se dan 10 minutos para este trabajo en equipos.
 - Posteriormente, cada equipo tendrá cinco minutos para la exposición de sus respuestas.
 - Después se realiza una discusión temática en las que se conversa si se observan diferencias entre hombres y mujeres. Es importante insertar el tema de la diferencia sexo-género, la construcción social del género y las relaciones de poder.
- 
- 
- 

[11] Tomada de (GENDES, 2012).

- Preguntas generadoras:
 - ¿Cómo son las mujeres en las relaciones? ¿cómo son los hombres en las relaciones?
 - ¿Observan diferencias entre hombres y mujeres? ¿esas características se pueden invertir?
 - ¿Qué tipos de relaciones se forman cuando las mujeres son de cierta forma y los hombres de otra forma?
 - ¿Creen que hombres y mujeres cuentan con el mismo poder dentro de las relaciones?
 - ¿Existe riesgo de desigualdad en las relaciones? ¿Por qué?
- Procesamiento y cierre:
 - Para cerrar esta actividad es importante insertar una reflexión sobre cómo la cultura de género, y los roles y estereotipos que ésta impone tienen efectos en cómo hombres y mujeres se relacionan entre sí, dando pie a lo que es nombrado como relaciones de poder, mismas que en muchas ocasiones favorecen condiciones de desigualdad y violencia en contra de las mujeres y niñas.

¿Cómo se ve la violencia?

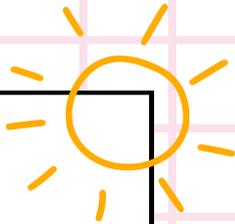
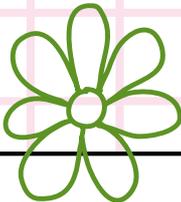
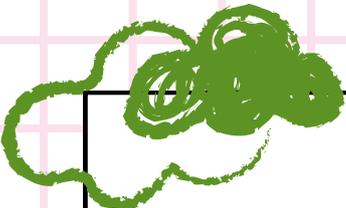
- Tiempo: 60 minutos
- Objetivo: Identificar y ejemplificar la violencia contra las mujeres y las niñas.
- Material: Tipo y modalidad de violencia de acuerdo con la Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia. Se pueden consultar en el anexo ¿Cómo se ve la violencia? (es importante recordar que las leyes registran cambios, por lo que se recomienda cotejar con el documento disponible en <https://www.diputados.gob.mx/>).
- Procedimiento:
 - Se divide al grupo en 5 equipos y se les da al azar, una tarjeta con un tipo de violencia y otra con una modalidad. Se les pide leerlas y hacer preguntas en caso de que tengan dudas.
 - Se solicita a cada equipo hacer una dramatización o actuación breve del tipo de violencia en la modalidad que les tocó. Contarán con diez minutos para tenerla lista. Es conveniente que la persona facilitadora pase por cada grupo animándolos.
 - Se dispone el salón como escenario y a los participantes como público (puede ser en círculo o media luna) y se invita a los grupos a realizar sus representaciones frente a todos los y las participantes enfatizando en que éstos se mantengan en silencio y en actitud de atención y respeto.
 - Al finalizar cada representación se le pregunta al grupo si saben o se imaginan qué tipo de violencia y modalidad fue representada o se le pide al equipo que lo explique.

- Preguntas generadoras
 - ¿Cómo fue la experiencia de actuar o ver las dramatizaciones?
 - ¿Les fue fácil encontrar ejemplos del tipo de violencia y/o modalidad que les tocó?
 - ¿Han pasado o han presenciado alguna experiencia similar? ¿Cómo se sintieron en aquella ocasión?
 - ¿Por qué creen que es importante identificar este tipo de situaciones?
 - ¿Creen que mujeres y hombres sufren estas situaciones de forma similar? ¿Por qué?
 - ¿Qué se puede hacer ante estas situaciones?
- Procesamiento y cierre:
 - Esta actividad nos permite nombrar, reconocer e identificar los tipos de violencia, es importante recordar que este tipo de actividades puede abrir algunos casos de violencia en el grupo, si algún alumno o alumna lo necesita, puede ser llevado fuera del espacio para brindarle contención¹², al mismo tiempo que se pide respeto y confidencialidad al grupo.
 - Es importante explicar que la violencia es mayormente hacia las mujeres y las niñas, sin anular las experiencias de los varones, y buscar soluciones y límites que impliquen a ambos sexos.

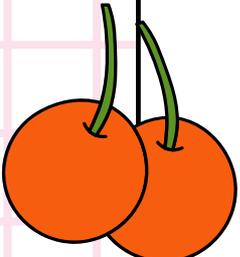
Cierre de la sesión

- Tiempo: 5 minutos
- Objetivo: Explorar de manera general el estado en el que las y los jóvenes concluyen la sesión.
- Material: Ninguno
- Procedimiento
 - Se indica a los y las participantes del taller que regresen a sus lugares si la última actividad les movió de él, y se da por terminada la sesión agradeciendo el tiempo, las participaciones y el espacio. Posteriormente se les entregan las hojas impresas con la tarea 2 "Al otro lado de la pantalla", se dan indicaciones para resolver dicha tarea y se resuelven dudas que puedan surgir.

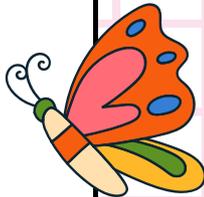
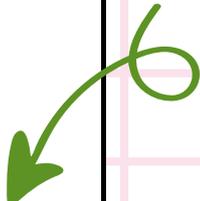
[12] Si el caso lo amerita, será necesario cumplir con el protocolo que la autoridad educativa correspondiente haya establecido para casos de violencia.



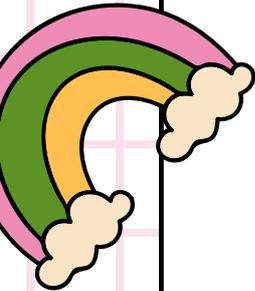
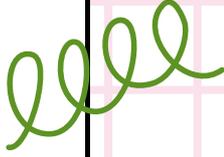
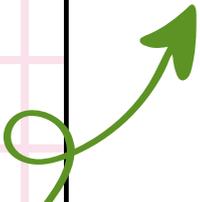
SESIÓN 4 LA ROPA SUCIA NO SE LAV EN CASA



Recapitulación

- Tiempo: 15 minutos
 - Objetivo: Recordar lo conversado y revisado de la sesión anterior y explorar cómo le fue al grupo con la tarea de la semana anterior.
 - Material: Ninguno.
 - Procedimiento:
 - Se da la bienvenida a las personas participantes, y se hace la siguiente pregunta: ¿Cómo se sintieron después de la sesión anterior? Se escucha y se trabaja las sensaciones o emociones que hayan sido mencionadas sobre la sesión anterior.
 - Terminada esta reflexión, se pregunta ¿Cómo les fue con la tarea? Se escucha y se aporta lo que se considere necesario para que los temas antes vistos se reafirmen o para que las dudas sean aclaradas.
- 
- 

“¿Soluciones a historias cotidianas”

- Tiempo: 40 minutos
 - Objetivo: Identificar problemáticas y soluciones que se presentan en la vida cotidiana en las relaciones inter e intragenéricas.
 - Material: En el anexo “Soluciones a historias cotidianas” se encuentran historias con sus soluciones como guía para quien facilita; posteriormente se reproducen las historias y las tarjetas de soluciones para que se entreguen a las y los participantes. Además, se necesitan hojas y marcadores.
 - Procedimiento:
 - Se divide al grupo en tres o cuatro equipos y se entrega a cada uno una serie de tarjetas que incluyen las 6 historias y las 6 posibles soluciones a las situaciones planteadas.
 - Se darán 20 minutos para que cada equipo lea y analice los casos y seleccione la o las soluciones viables que la pareja de cada historia requiere. Una vez terminado el tiempo, se revisará en plenaria cada caso para que todos y todas compartan las conclusiones a las que cada equipo llegó.
- 
- 
- 

- Procesamiento y cierre:
 - Es importante que se profundice tanto como se pueda en las soluciones propuestas a las situaciones, escuchando con atención las aportaciones de las y los integrantes del grupo y si es necesario, brindando información adicional.

“¿Con quiénes cuento?”

- Tiempo: 30 minutos
- Objetivo: Identificar y potenciar vínculos y redes de apoyo con las que las y los jóvenes cuentan en diferentes espacios
- Material: Papeletas, marcadores, lápices
- Procedimiento:
 - Se le darán suficientes papeletas a cada persona del grupo y se les pedirá escribir en cada una a una persona que sea especial en su vida. Por ejemplo: mamá, hermano o hermana, maestra, mejor amigo o amiga, vecina o vecino que les simpatice. Es importante buscar a por lo menos una persona de cada espacio en que la persona participa, como el hogar, la escuela o actividades extracurriculares.
 - En cada hoja, además de identificarles, se les pedirá que escriban en ella por qué esa persona es especial y qué caracteriza el vínculo con esa persona; por ejemplo, dónde le conoció y cómo, qué gustos comparten, qué vivencias han tenido, etc. También escribirá en qué momentos se podría contar con esa persona; por ejemplo, si necesito que me deje hacer una llamada telefónica, si necesito que me ayude con la tarea, si necesito un abrazo, si necesito platicar con alguien, etc.
 - Si lo desean, pueden compartir algunas de sus personas especiales con el resto del grupo.
- Procesamiento y cierre
 - En esta actividad se resaltarán la importancia de tener personas especiales cercanas, con quienes se sientan cómodos y seguros y con quienes pueden contar en caso de ser necesario.
 - Como parte de la reflexión, se puede hacer la distinción entre brindar apoyo a alguien que lo necesita y encubrir o coludirse con alguien que está cometiendo un acto de abuso.

“Paracaídas”

- Tiempo: 30 minutos
- Objetivo: Favorecer el sentido de pertenencia a una comunidad a través de la participación, la creatividad y el buentrato.
- Material: Ver el anexo “Juegos cooperativos con paracaídas”¹³

[13] Retomado de (Arranz Beltrán, 2008).

- Procedimiento:
 - Para esta actividad es necesario asegurarnos de que todas las personas tengan ropa cómoda (por ejemplo, el pants escolar o ropa que les permita hacer actividad física al aire libre). Así mismo, es indispensable contar con un espacio amplio y abierto, como un patio escolar o un parque.
 - Se colocará el paracaídas extendido en el piso y se invitará a las y los jóvenes a tomar un lugar alrededor de él, sujetarlo con ambas manos y levantarlo a la altura de la cintura para dar inicio a la ronda de juegos. Si bien el anexo incluye más de 50 posibles actividades, se sugiere seguir la siguiente ruta:
 - Paraguas gigante
 - Burbuja
 - Intercambio
 - Equilibrio colectivo
 - Botar el balón
 - El pueblo dice
 - Bajarse en marcha
 - Elevarse con el paracaídas
 - La carpa
- Procesamiento y cierre:
 - Para cerrar la actividad, se invita a las y los jóvenes a nombrar las habilidades que se pusieron en juego mientras trabajaron con el paracaídas. Se pueden nombrar la colaboración, la solidaridad, el trabajo en equipo, la confianza, entre otras.
 - Se puede recalcar que ese tipo de valores son los que nos hacen formar parte de una comunidad y sentirnos respaldados por la misma.

Cierre de la sesión

- Tiempo: 5 minutos
- Objetivo: Explorar de manera general el estado en el que las y los jóvenes concluyen la sesión.
- Material: Ninguno
- Procedimiento
 - Se indica a los y las participantes del taller que regresen a sus lugares si la última actividad les movió de él, y se da por terminada la sesión agradeciendo el tiempo, las participaciones y el espacio. Posteriormente se les entregan las hojas impresas con la tarea 3 "Regalos para todos y para todas", se dan las indicaciones para resolver dicha tarea y se resuelven dudas que puedan surgir.

MÓDULO III SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (2018), la salud sexual es un estado de bienestar físico, mental y social en relación con la sexualidad, mientras que la salud reproductiva aborda los mecanismos de la procreación y el funcionamiento de los órganos sexuales y reproductores en todas las etapas de la vida. Ambas implican la posibilidad de tener una sexualidad responsable, satisfactoria, segura y libre de toda forma de violencia, así como la libertad de tener hijos o no.

Este módulo busca en primer lugar ser un espacio de reconocimiento de los derechos sexuales y reproductivos de las y los jóvenes, ya que con ello se abre la posibilidad de exigirlos sobre un sustento jurídico en la enseñanza de la sexualidad, pero también aportan elementos para posicionarse éticamente hacia la libertad y los cuidados.

Las actividades planteadas buscan problematizar el ejercicio de la sexualidad en contextos de poco cuidado y de desigualdad vinculada al género; por ejemplo, con el desentendimiento mayoritariamente masculino de la responsabilidad de prevenir un embarazo o una infección de transmisión sexual. Asimismo, busca brindar herramientas teóricas y prácticas sobre métodos de protección, la desmitificación y aclaración de mitos sobre sexualidad con información científica, laica y libre de mandatos de género. Por otra parte, se aportan elementos para el autocuidado y el cuidado de otras personas, a partir de la identificación de recursos que contribuyan a mejorar la salud sexual y reproductiva y de conceptos presentes en las relaciones erótico-afectivas como consentimiento, responsabilidad afectiva y deseo.

Toma en cuenta :

- Cada ciclo de aplicación de la metodología genera diversas reacciones; pero hemos comprobado que este módulo genera un "ruido" distinto a los otros. Se vuelve evidente que las y los jóvenes cuentan, cada vez más, con información sobre sexualidad; al mismo tiempo, muchas veces ese conocimiento se usa para señalar y fiscalizar la vida sexual, especialmente de las mujeres. La información que circula en redes sociales, así como en conversaciones entre amigos o en personas a las que se les dota de cierta autoridad (amigos más grandes de edad, primos, hermanos, etc.) puede generar cierta distancia hacia las personas adultas, ya sea porque asumen que no necesitan más "consejos" o información; o bien, porque suponen que habrá juicios o regaños por parte de quienes se supone deberían orientarles.
- Con las actividades como **"La historia de Kevin y Daniela"** o **"Mi ruta del cuidado"** se busca generar conversaciones sobre los pensamientos, ideas, expectativas y mandatos que atraviesan la experiencia de las y los jóvenes en encuentros sexuales y en el cuidado de su salud sexual y

reproductiva. Es de esperar que una forma de responder sea a través de la risa o de los gritos. El principal reto de quien facilita la actividad es promover un espacio de respeto en el que puedan convivir adolescentes más extrovertidos e interesados con los temas y aquellas personas jóvenes que viven las actividades con timidez o poca conexión con el tema.

- Reconociendo que cada grupo responde de forma distinta a los temas que se trabajan, hemos notado que es difícil predecir las preguntas e inquietudes que surgirán en **"Tómbola de dudas"**, ya que, en cada ciclo de aplicación, cada grupo con el que trabajamos tomó una dirección distinta con sus preguntas (a pesar de que son individuales y anónimas; ver preguntas parecidas o temas en común nos habla de la información que está circulando en el grupo). Por ejemplo, hay ocasiones en las que se interesan por el desarrollo de los fetos y por información sobre cómo funciona el aborto; en otros grupos el interés se dirige a las prácticas sexuales de las que han escuchado, o sobre cómo funcionan los encuentros sexuales con personas del mismo sexo, o sobre cómo saber si se es de una orientación sexual o de otra. Por ello es que la actividad se divide en 2 sesiones, y así dar oportunidad a las personas responsables de la facilitación de revisar, compilar y hacerse de la información necesaria para responder a las dudas.
- Una práctica útil es invitar al grupo a responder las dudas que se extraen de la "Tómbola" o compartir lo que piensan sobre la pregunta que se lea en voz alta: las interrogantes difícilmente surgen de la absoluta falta de información, e invitarles a que participen ayuda a conocer sus opiniones y posturas para poder desmitificarlas o aclararlas; también es útil indagar por las preocupaciones individuales o colectivas detrás de los cuestionamientos.

Bibliografía sugerida:

Comisión Nacional de Derechos Humanos (2016). Cartilla de Derechos Sexuales de Adolescentes y Jóvenes. México. Disponible en: <https://www.cndh.org.mx/sites/all/doc/Programas/VIH/Divulgacion/cartillas/Cartilla-Derechos-Sexuales-Adolescentes-Jovenes.pdf>

Mendoza Rivera, Margarita (2007). La Sexualidad y su significación en el cuerpo del adolescente. Colección Psicología de la Salud. CDMX: Ed. Miguel Ángel Porrúa.

Ley General de Acceso a las Mujeres a una Vida Libre de Violencia. Disponible en: <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGAMVLV.pdf>

Ruiz, José (José Antonio Emmanuel) (1931). La anarquía explicada a los niños. Biblioteca Anarquista Internacional de Barcelona. Disponible en: <https://we.riseup.net/assets/588551/anarquia%2Bexplicada%2Bninos.pdf>

De la Garza, Claudia; Derbez, Eréndira (2021). (No son micro) machismos cotidianos. Ciudad de México: Pingüin Random House.

Sesión 5

¿A quién le toca cuidarse?

TEMA	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DURACIÓN
Inicio	Recapitulación	Recordar lo conversado y revisado de la sesión anterior y explorar cómo le fue al grupo con la tarea de la semana anterior.	15 min.
El ejercicio de la sexualidad en jóvenes	La historia de Kevin y Daniela	Abordar elementos clave para la prevención del embarazo desde un enfoque igualitario.	50 min.
Métodos de protección	Nos conocemos, nos cuidamos	Brindar herramientas teóricas y prácticas sobre los métodos de protección para el ejercicio de la sexualidad.	40 min
Sexualidad y salud sexual y reproductiva.	Tómbola de dudas PT. I	Identificar las dudas que los y las jóvenes tienen sobre la sexualidad y la salud sexual y reproductiva	10 min
Conclusión	Cierre de la sesión	Explorar de manera general el estado en el que las y los jóvenes concluyen la sesión.	5 min.

Tarea 4

Mi cuerpo, mi territorio

TEMA	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DURACIÓN
Placer	Bitácora sensorial	Contribuir al contacto con los sentidos humanos a través del registro y discriminación de sensaciones corporales capaces de generar placer.	60 min.

Sesión 6

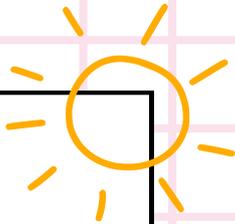
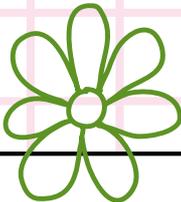
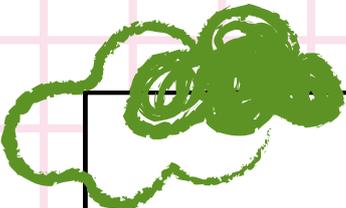
Nos cuidamos, nos construimos

TEMA	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DURACIÓN
Inicio	Recapitulación	Recordar lo conversado y revisado de la sesión anterior y explorar cómo le fue al grupo con la tarea de la semana anterior.	15 min.
Sexualidad y salud sexual y reproductiva	Tómbola de dudas PT. II	Resolver las dudas plasmadas en la tarea anterior, desde una postura que reconozca los derechos sexuales y reproductivos de las y los jóvenes, con información científica y laica.	50 min.
Autocuidado en la salud sexual y reproductiva	Mi ruta de cuidado y bienestar	Identificar los espacios que contribuyen de forma segura a mejorar la salud sexual y reproductiva de las y los jóvenes (centros de salud, condoneras, etc).	20 min
Deseo, consentimiento y acuerdos	¿Qué hace falta?	Identificar conceptos como deseo, consentimiento y acuerdos, así como su importancia en las relaciones de pareja.	10 min
Conclusión	Cierre de la sesión	Explorar de manera general el estado en el que las y los jóvenes concluyen la sesión.	5 min.

Tarea 5

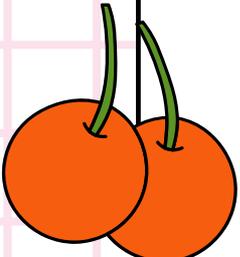
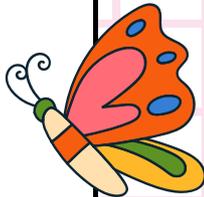
La responsabilidad es compartida

TEMA	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DURACIÓN
Responsabilidad afectiva	La responsabilidad es compartida	Reflexionar sobre las condiciones de responsabilidad afectiva en las relaciones de pareja.	60 min.

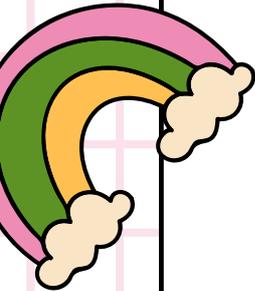
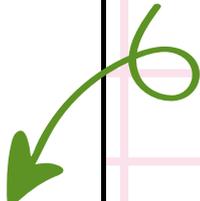
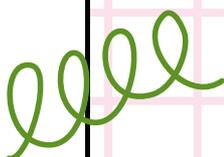


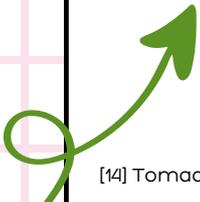
SESIÓN 5 ¿A QUIÉN LE TOCA CUIDARSE?

Recapitulación

- 
- 
- Tiempo: 15 minutos
 - Objetivo: Recordar lo conversado y revisado de la sesión anterior y explorar cómo le fue al grupo con la tarea de la semana anterior.
 - Material: Ninguno.
 - Procedimiento:
 - Se da la bienvenida a las personas participantes, y se hace la siguiente pregunta: ¿Cómo se sintieron después de la sesión anterior? Se escucha y se trabaja las sensaciones o emociones que hayan sido mencionadas sobre la sesión anterior.
 - Terminada esta reflexión, se pregunta ¿Cómo les fue con la tarea? Se escucha y se aporta lo que se considere necesario para que los temas antes vistos se reafirmen o para que las dudas sean aclaradas.

“La historia de Kevin y Daniela”¹⁴

- 
- 
- 
- Tiempo: 50 minutos
 - Objetivo: Abordar elementos clave para la prevención del embarazo desde un enfoque igualitario.
 - Material: Anexo “La historia de Kevin y Daniela”, hojas, bolígrafos.
 - Procedimiento:
 - Se solicita que las y los participantes se agrupen en pequeños equipos de tres o cuatro personas. Se entrega a cada equipo la Hoja de Preguntas, y se les explica que una persona de facilitación leerá en voz alta la historia, misma que se divide en tres partes. Al finalizar cada una de las partes, los equipos deberán leer y responder a las preguntas correspondientes a esa sección.
 - Al finalizar la historia, se pide que elijan a una persona representante para que comparta las respuestas a las preguntas en plenaria. Se invita a formar un círculo y a exponer las respuestas de cada equipo. Una vez que todos los grupos hayan presentado, se abre la discusión.



[14] Tomado de (Aguayo, Ibarra Casals, & Píriz, 2015).

- Preguntas generadoras
 - ¿Cuál es la reacción del joven cuando sabe que su novia está embarazada?
 - ¿Y si fuera con una joven con la que él sólo salió una vez?
 - ¿Qué opciones tiene una pareja joven cuando sabe que va a tener un bebé?
 - ¿Qué opciones tiene una joven cuando sabe que está embarazada?
 - ¿Cómo se siente un joven cuando sabe que va a ser padre?
 - ¿Qué cambiará en su vida?
 - ¿La sociedad le exige lo mismo a una madre joven embarazada que a un padre joven?
 - ¿Qué apoyos necesitan los jóvenes que van a ser padres?
 - ¿Tienes amistades que hayan sido madres/padres, cómo ha sido su situación de maternidad/paternidad?
 - ¿Qué dificultades han tenido?
- Procesamiento y cierre:
 - Es necesario escuchar y conocer el mundo de los varones frente a situaciones de embarazo en la adolescencia. Las presiones y los cambios que sufren pueden orientarnos sobre las dificultades que enfrentan a la hora de optar y usar un método anticonceptivo. Se recomienda aprovechar la discusión para debatir sobre aspectos de equidad entre géneros, valores, sentimientos y emociones, etc. Procurar, además, alertar a los participantes sobre su papel en la anticoncepción y estimularlos a usar siempre el preservativo.

“Nos conocemos, nos cuidamos”

- Tiempo: 40 minutos
- Objetivo: Brindar herramientas teóricas y prácticas sobre los métodos de protección para el ejercicio de la sexualidad
- Material: Métodos anticonceptivos diversos (condones masculinos, condones femeninos, métodos hormonales, píldoras del día siguiente, etc), modelos 3D de genitales masculinos y femeninos.
- Procedimiento:
 - Reunir al grupo sentados en círculo y explorar sus conocimientos sobre métodos anticonceptivos. Cuáles conocen y qué tan familiarizados están con el uso de los mismos.
 - Se guiará una conversación/exposición sobre los métodos de protección para el ejercicio de la sexualidad, en donde se explicará el uso correcto de los métodos anticonceptivos, comenzando por los condones masculinos.

nos masculinos y femeninos. Así mismo, se explicará la importancia de los mismos en las relaciones tanto heterosexuales como homosexuales y lésbicas. Se dará una exposición sobre los métodos químicos y hormonales.

- Se puede invitar a las y los jóvenes a colocar los métodos anticonceptivos en los modelos 3D. Es de suma importancia promover un ambiente de cuidado, respeto y comodidad para todas las personas presentes, por lo que, si bien es importante asegurarnos de ofrecer a las y los jóvenes la posibilidad de participar y practicar con los métodos y los modelos, no debemos presionarles a que lo hagan.
- Procesamiento y cierre:
 - Como parte de la conversación se pueden incluir datos o problematizaciones que inviten a la reflexión. Por ejemplo, ¿por qué hay tantos métodos anticonceptivos para las mujeres y tan pocos para los hombres? ¿Por qué los condones femeninos son más costosos y más difíciles de conseguir? ¿Qué tan accesibles son, en general, los métodos anticonceptivos?

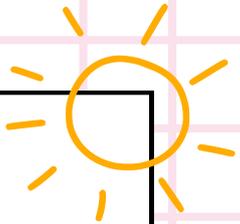
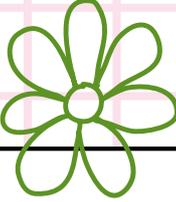
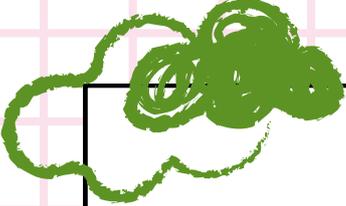
Tómbola de dudas. Parte I

- Tiempo: 10 minutos
- Objetivo: Identificar las dudas que los y las jóvenes tienen sobre la sexualidad y la salud sexual y reproductiva.
- Material: Papeletas y bolígrafo o lápiz.
- Procedimiento:
 - Repartir una o dos papeletas y una pluma o bolígrafo a cada alumno/alumna.
 - Se indica que tienen esas papeletas para escribir todas las dudas que tengan acerca de la sexualidad y la salud sexual y reproductiva. Hacer énfasis en que son preguntas anónimas y que pueden pedir más papeletas para escribir más dudas.
 - Se pide que doblen en dos o cuatro partes las papeletas y las depositen en una bolsa. Comentar que las dudas se leerán entre quienes facilitan y les darán respuesta en la siguiente sesión.

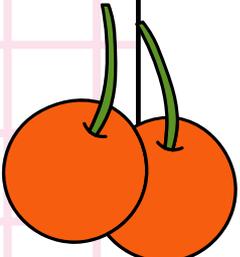
Cierre de la sesión

- Tiempo: 5 minutos
- Objetivo: Explorar de manera general el estado en el que las y los jóvenes concluyen la sesión.
- Material: Ninguno

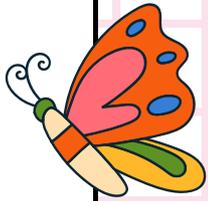
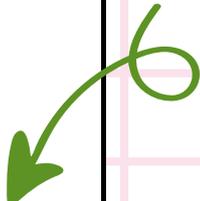
- Procedimiento
 - Se indica a los y las participantes del taller que regresen a sus lugares si la última actividad les movió de él, y se da por terminada la sesión agradeciendo el tiempo, las participaciones y el espacio. Posteriormente se les entregan las hojas impresas con la tarea 4 "Mi cuerpo, mi territorio", se les dan indicaciones para resolver dicha tarea y se resuelven dudas que puedan surgir.



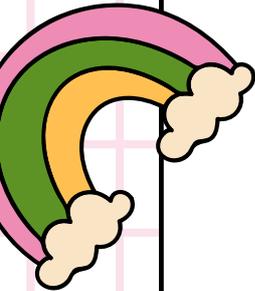
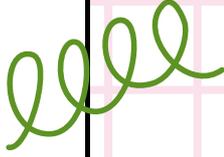
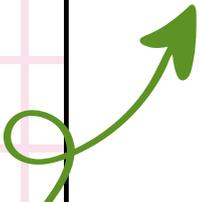
SESIÓN 6 NOS CUIDAMOS, NOS CONSTRUIMOS



Recuento de la sesión anterior

- Tiempo: 15 minutos
 - Objetivo: Recordar lo conversado y revisado de la sesión anterior y explorar cómo le fue al grupo con la tarea de la semana anterior.
 - Material: Ninguno.
 - Procedimiento:
 - Se da la bienvenida a las personas participantes, y se hace la siguiente pregunta: ¿Cómo se sintieron después de la sesión anterior? Se escucha y se trabaja las sensaciones o emociones que hayan sido mencionadas sobre la sesión anterior.
 - Terminada esta reflexión, se pregunta ¿Cómo les fue con la tarea? Se escucha y se aporta lo que se considere necesario para que los temas antes vistos se reafirmen o para que las dudas sean aclaradas.
- 
- 

"Tómbola de dudas, PT II"

- Tiempo: 50 minutos
 - Objetivo: Generar un espacio seguro y de confianza en el que las y los jóvenes puedan resolver sus dudas sobre sexualidad desde una postura que reconozca sus derechos sexuales y reproductivos, con información científica y laica.
 - Material: Caja o tómbola que recopile en papeletas las dudas que las y los jóvenes escribieron en la plataforma, pintarrón, marcadores.
 - Procedimiento
 - Con la caja de las papeletas con dudas, el equipo de facilitación procede a sacar los papeles de manera aleatoria para responderlas.
 - Se puede contar con material de apoyo como modelos en 3D, anticonceptivos, revistas, etc. Es importante que las explicaciones integren la participación del grupo inicialmente, abriendo la posibilidad de que entre ellos y ellas contribuyan a la resolución de dudas de manera colectiva. Se recomienda que el equipo de facilitación medie las participaciones e intervenga con ejemplos y explicaciones conforme el grupo lo requiera.
- 
- 
- 

“Mi ruta de cuidado y bienestar”

- Tiempo: 20 minutos
- Objetivo: Identificar los espacios que contribuyen de forma segura a mejorar la salud sexual y reproductiva de las y los jóvenes (centros de salud, condonerías, etc).
- Material: Anexo “Mi ruta de cuidado en la sexualidad”, bolígrafo o lápiz, colores rojo, amarillo y verde.
- Procedimiento:
 - Introducir el tema sobre los lugares que pueden ayudar a cuidarnos o contribuir a nuestro bienestar en el tema de la salud sexual y reproductiva; se referirá que, al ser un tema del cual no hablamos abiertamente, muchas veces por razones culturales, no sabemos a dónde acudir si necesitamos algo.
 - Posteriormente se indicará a las y los jóvenes que de forma individual piensen cuáles son los lugares que podrían ser parte de su ruta de cuidado y bienestar para el ejercicio de su sexualidad; a continuación se les invitará, si lo desean, a compartir los lugares con el grupo, para que entre todos y todas creen la ruta de cuidado y bienestar, cada uno irá anotando dichos ejemplos en su formato individual.
 - El equipo de facilitación puede sugerir considerar los siguientes lugares: centros de salud (será necesario ubicar cuál es el que corresponde a la zona geográfica de las y los jóvenes), condonerías, organizaciones sociales dedicadas a los derechos sexuales y reproductivos, personas con quien sea seguro tocar dichos temas, etc.
 - Una vez que tengan la ruta, se les pedirá contar con los colores rojo, amarillo y verde y se planteará la siguiente pregunta: ¿Qué tan confiables y seguros te parecen dichos lugares? Van a responder subrayando los lugares escritos en su ruta con el color que corresponda, en función del semáforo indicado en el formato.
- Procesamiento y cierre:
 - Para esta actividad, el equipo de facilitación debe tener un directorio actualizado de espacios donde las y los jóvenes pueden acudir o encontrar información confiable sobre el ejercicio de la sexualidad.

“¿Qué hace falta?”

- Tiempo: 30 minutos
- Objetivo: Identificar conceptos como deseo, consentimiento y acuerdos, así como su importancia en las relaciones de pareja.
- Material: 4 o 5 juegos de Papeletas con las siguientes palabras: Deseo, Consentimiento y Acuerdos; anexo “¿Qué hace falta?”.

- Procedimiento:
 - Se divide al grupo en 4 o 5 equipos, y se le dará a cada equipo 3 papeletas con las palabras "Deseo", "Consentimiento" y "Acuerdos".
 - Se leerán tres historias a los grupos y cada equipo elegirá cuál de los tres conceptos que tienen hace falta en la historia.
 - Se compartirá al grupo su respuesta y se les pedirá explicar el porqué de su respuesta y se dará la explicación de la respuesta adecuada o que más conviene en cada caso. Se hará lo mismo con las siguientes historias.
 - Se abrirá un espacio para reflexionar sobre la importancia de cada concepto en las relaciones de pareja.

Cierre de la sesión

- Tiempo: 5 minutos
- Objetivo: Explorar de manera general el estado en el que las y los jóvenes concluyen la sesión.
- Material: Ninguno
- Procedimiento
 - Se indica a los y las participantes del taller que regresen a sus lugares si la última actividad les movió de él, y se da por terminada la sesión agradeciendo el tiempo, las participaciones y el espacio. Posteriormente se les entregan las hojas impresas con la tarea 5 "La responsabilidad es compartida", se dan indicaciones para resolver dicha tarea y se resuelven dudas que puedan surgir.

MÓDULO IV SALUD EMOCIONAL Y HABILIDADES PARA LA VIDA

Este módulo busca construir reflexiones profundas sobre la relación que personalmente y socialmente establecemos con las emociones; relación fuertemente influenciada por el orden social de género. Prueba de ello es que las niñas y las mujeres pueden nombrar un abanico amplio de sentires, mientras que los jóvenes varones enuncian su experiencia desde lugares más generales, normalmente vinculados al enojo o al miedo.

En general, podemos constatar que vivimos en una cultura que: contrapone la experiencia emocional a la experiencia racional y privilegia la segunda por encima de la primera; o bien clasifica a las emociones en buenas y malas, o emociones útiles y emociones que deben evitarse o "controlarse".

El abordaje desde esta metodología busca reconocer los procesos emocionales que ocurren en la vida cotidiana de todas las personas, así como favorecer un proceso de conexión con el sentir que desafíe la idea de que las emociones deben ser "controladas". Desde esta perspectiva, cuidar la salud mental requiere que se nombre el sentir, se acepte ese sentir y se establezca una conexión con lo que los procesos emocionales nos informan sobre nosotros mismos y sobre nuestro entorno.

Toma en cuenta :

- Este módulo fue el último en consolidarse como parte del manual, debido a que fueron distintos los ensayos que se llevaron a cabo para incorporar el tema de emociones de forma que resultara cercana a las vivencias de las y los jóvenes y al mismo tiempo permitiera cuestionar las ideas que existen sobre la experiencia emocional.
- La primera sesión de este módulo se centra en la reflexión sobre las emociones y la segunda busca fortalecer el sentido de comunidad y el reconocimiento de mayores prácticas de cuidado y de buentrato hacia uno mismo y hacia otras personas. A su vez, busca posicionar los cuidados como un trabajo y una responsabilidad colectiva.
- La **"Radiografía de emociones"** invita al nombramiento de la experiencia emocional de forma honesta, al tiempo que permite un análisis de la relación con las emociones con los lentes de la perspectiva de género, lo que complejiza el entendimiento de dichas relaciones. El ejercicio se hace separando hombres y mujeres, y de acuerdo con nuestras observaciones, es de esperar que la radiografía de las mujeres sea significativamente más amplia que la de los jóvenes, en tanto hay mucho más vocabulario para nombrarlas y una mayor conexión con el sentir. Las mujeres pueden abarcar experiencias amplias en torno a sentires que desde la mirada de

los hombres podrían nombrarse de una sola forma; por ejemplo: a lo que en la radiografía masculina puede enunciarse como "miedo", las mujeres suelen ser capaces de escribir cosas como: miedo, temor, pánico, ansiedad, terror, etc. Otra observación interesante es que para las mujeres suele ser mucho más fácil e interesante el ejercicio, convirtiéndose en muchas ocasiones en espacios de escucha y apoyo entre ellas. A partir de lo anterior, sugerimos que la persona que acompañe a los jóvenes varones en el ejercicio pueda alentar su involucramiento de forma activa, pero respetuosa y consciente de que la construcción de la masculinidad tradicional juega un papel importante en la relación que los hombres, independientemente de su edad, establecen con sus emociones.

- La lectura del cuento **"tristeza: manual de usuario"** y la elaboración del dibujo suele evocar conexiones con emociones consideradas "negativas", como el enojo, la ansiedad o la tristeza; sin embargo, permite reconocer su existencia y alimenta una sensación de agencia en la relación con dichos sentires. En este tipo de ejercicios observamos que chicos y chicas vuelven esto un espacio de procesamiento individual, manteniéndose en silencio con sus pensamientos. Es importante que desde el equipo de facilitación se permitan también espacios seguros para conectar con eso que culturalmente se considera una debilidad o algo poco útil.

Bibliografía sugerida:

Ahmed, Sarah (2015). La Política Cultural de las Emociones. Ciudad de México: Programa de Estudios de Género - Universidad Nacional Autónoma de México. En especial, revisar el capítulo: "Sentir el Propio Camino".

Vázquez, Alejandra Eme (2019). Su Cuerpo Dejarán. Ciudad de México: Enjambre Literario / El periódico de las señoras.

hooks, bell (2021). Enseñar a transgredir. La educación como práctica de libertad. Madrid: Capitán Swing Libros.

Sesión 7 ¿Cómo estamos hoy?

TEMA	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DURACIÓN
Inicio	Recapitulación	Recordar lo conversado y revisado de la sesión anterior y explorar cómo le fue al grupo con la tarea de la semana anterior.	10 min.
Introducción a las emociones	¿Cómo estamos?	Introducir al grupo al tema de emociones a partir de reflexionar sobre el nombramiento de las emociones en la cotidianidad.	15 min.
Relaciones individuales y colectivas con las emociones	Radiografía del sentir	Reflexionar sobre el papel que la cultura y el orden de género tienen en la relación que construimos con las emociones y su expresión.	40 min
Saberes locales sobre las emociones	El viento sopla/Me han dicho... yo pienso	Promover el autoconocimiento emocional y la visibilización de esos saberes.	30 min
Conexiones preferidas con las emociones	"Tristeza: manual de usuario"	Identificar los procesos emocionales como parte de la vida cotidiana e introducir la idea de la conexión con las emociones versus la idea del control de las mismas.	20 min
Conclusión	Cierre de la sesión	Explorar de manera general el estado en el que las y los jóvenes concluyen la sesión.	5 min.

Tarea 6 Una carta para mí

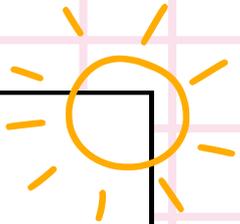
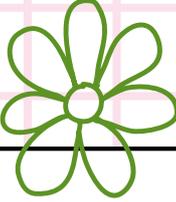
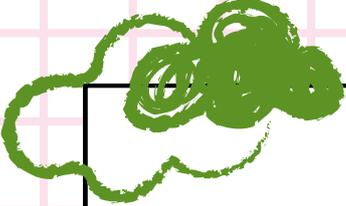
TEMA	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DURACIÓN
Procesos emocionales	Carta a mí misma/mismo	Reconocer desde una mirada de compasión y agradecimiento el camino recorrido en procesos que responden a la adversidad o al dolor.	60 min.

Sesión 8 La comunidad que nos sostiene

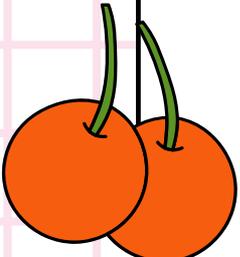
TEMA	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DURACIÓN
Inicio	Recapitulación	Recordar lo conversado y revisado de la sesión anterior y explorar cómo le fue al grupo con la tarea de la semana anterior.	10 min.
Solución no violenta de conflictos	Búsqueda del tesoro	Reflexionar respecto a la normalización de la violencia en nuestras relaciones cotidianas con los otros y las otras. Ofrecer experiencias vinculadas con límites adecuados y buentrato.	30 minutos
Autocuidado y buentrato	Me quiero, me cuido.	Reflexionar respecto a las prácticas cotidianas de autocuidado y buentrato hacia uno mismo.	35 minutos
Cuidado y buentrato	La roña cariñosa	Posicionar el cuidado y el buentrato como parte de las relaciones humanas.	20 minutos
Liderazgo y agencia para el cambio	Planeación de acciones comunitarias I	Desarrollar una acción que, basada en los contenidos y valores de la Escuela de Buentrato, tenga un efecto en los entornos inmediatos de las y los jóvenes.	15 minutos
Conclusión	Cierre de la sesión	Explorar de manera general el estado en el que las y los jóvenes concluyen el taller, así como realizar la evaluación final.	5 min.

Tarea 7 Héroes y heroínas de hoy

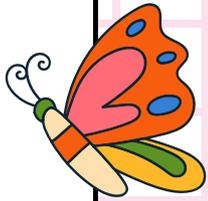
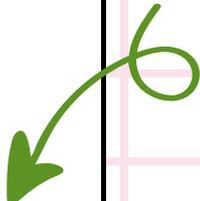
TEMA	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DURACIÓN
Autocuidado y cuidado de otras personas.	El reportaje	Documentar las acciones de cuidado que las y los jóvenes han tenido junto con otras personas (sus amigos, sus familias, etc) en su vida cotidiana.	60 min.



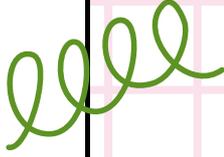
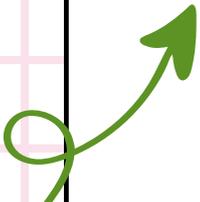
SESIÓN 7 ¿CÓMO ESTAMOS HOY?



Recapitulación

- Tiempo: 10 minutos
 - Objetivo: Recordar lo conversado y revisado de la sesión anterior y explorar cómo le fue al grupo con la tarea de la semana anterior.
 - Material: Ninguno
 - Procedimiento
 - Se da la bienvenida a las personas participantes, y se hace la siguiente pregunta: ¿Cómo se sintieron después de la sesión anterior? Se escucha y se trabaja las sensaciones o emociones que hayan sido mencionadas sobre la sesión anterior.
 - Terminada esta reflexión, se pregunta ¿Cómo les fue con la tarea? Se escucha y se aporta lo que se considere necesario para que los temas antes vistos se reafirmen o para que las dudas sean aclaradas.
- 
- 

¿Cómo estamos?

- Tiempo: 15 minutos
 - Objetivo: Introducir al grupo al tema de emociones a partir de reflexionar sobre el nombramiento de las emociones en la cotidianidad.
 - Material: Ninguno
 - Procedimiento:
 - Reunir al grupo en círculo. Puede ser en las bancas, o de pie en el salón o sentados en el piso.
 - Indicar que, en ronda, dirán cómo se encuentran el día de hoy. Esto implica pensar en cómo se han sentido a lo largo del día o durante los últimos días. Cuando empiecen, el equipo de facilitación deberá escuchar atentamente a lo que nombren.
 - Es posible que la mayoría de las personas del grupo nombren "bien" o "feliz". Si bien, no se forzará que den otro tipo de respuesta, sí se visibilizará con el grupo que esa palabra suele repetirse.
 - Una vez concluida la ronda, quien facilite recapitulará lo nombrado y se harán las siguientes preguntas:
- 
- 
- 

- ¿Cómo fue responder al ejercicio? ¿Fue fácil o difícil?
- ¿Cuáles son las respuestas que más se repitieron?
¿Por qué creen que haya sido así?
- ¿Qué me genera la pregunta del “cómo estoy”?
(nervios, dudas, confusión, etc)
- Concluir el ejercicio nombrando que en ocasiones, para hablar de emociones, es necesario hacer un proceso introspectivo de nuestros sentires, y para eso es importante comenzar a preguntarnos cómo estamos e intentar responder.

Radiografía del sentir

- Tiempo: 40 minutos
- Objetivo: Reflexionar sobre el papel que la cultura y el orden de género tienen en la relación que construimos con las emociones y su expresión.
- Material: 2 pedazos de papel craft de al menos 1.5x2 metros. 2 paquetes de marcadores.
- Procedimiento
 - Dividir al grupo en un equipo de mujeres y uno de hombres. Será necesario que una persona facilitadora acompañe a cada equipo durante el desarrollo del ejercicio.
 - En el papel craft, se hará un mapa de asociación libre alrededor de las emociones. Para comenzar, se preguntará por algunas emociones que ubiquen, nombrando las básicas. A continuación, se invitará a los equipos a escribirlas e incluir más palabras (por asociación). Esto significa que se escribirá una emoción (Por ejemplo: tristeza) y alrededor de ella comenzarán a escribir palabras relacionadas al sentimiento de tristeza. (Por ejemplo: depresión, apatía, amargura..) y todas las que les vengan a la mente. En este ejercicio será importante hacer uso del espacio en el papel.
 - Es importante que las palabras no se repitan, por lo que deberán estar al pendiente de lo que escriben sus compañeras/compañeros y/o comunicarse al interior del equipo.
 - Una vez que hayan concluido de escribir las palabras. Se les indicará verlas con atención, y encerrar en un círculo o colocar una marca para distinguir las que en algún momento hayan sentido.
- El documento resultante del ejercicio será visto como una radiografía del sentir. A partir de esto, en los grupos, se harán las siguientes preguntas:
 - ¿Qué les llama la atención de la radiografía?
 - ¿Qué emociones son las que más han experimentado?
 - ¿Cuáles son las que menos registran?

- ¿Hay emociones más permitidas a las mujeres que a los hombres y viceversa? ¿Hay emociones que se les prohíban más a hombres que a mujeres y viceversa?
- ¿Qué tan fácil o difícil nos resulta darnos cuenta de cómo nos sentimos y nombrarlo?
- Al finalizar, en grupo, ambos equipos compartirán de forma breve su radiografía y las reflexiones a las que llegaron.

El viento sopla / Me han dicho.. Yo pienso

- Tiempo: 30 minutos
- Objetivo: Visibilizar saberes locales e individuales sobre las emociones.
- Material: 10 Papeletas con emociones escritas (de preferencia, extraídas de las radiografías).
- Procedimiento:
 - Reunir al grupo en círculo, sentados en sillas o bancas. Para el ejercicio, es necesario que el número de bancas y de participantes sea el mismo, es decir, que no sobre o haya lugares vacíos en el círculo.
 - La persona facilitadora, de pie, dará las indicaciones del juego "El viento sopla", que consisten en decir la frase y añadir una característica o condición (para quienes sopla el viento) y con esto, las personas que cumplan con esa característica deberán cambiar rápidamente de lugar. La persona facilitadora podrá hacer uso de uno de los lugares que queden libres durante el cambio y así, quien quede de pie, deberá continuar el juego. Sin embargo, antes de decir "el viento sopla", deberá tomar una papeleta, leer la emoción escrita dentro de ella, y completar la frase "Me han dicho que...; Yo pienso que...", agregando algo que alguna vez le hayan dicho sobre ella y algo que él o ella verdaderamente piense. Por ejemplo:
 - Si la palabra es "Preocupación", podría decir: "Me han dicho que yo no tengo razones para preocuparme. Pero yo pienso que todas las personas tenemos motivos legítimos para preocuparnos.
 - De considerarlo necesario, el equipo de facilitación puede ejemplificar el ejercicio completo y hacer un ensayo en grupo antes de comenzar.
 - Al finalizar, se hablará de la importancia de socializar los entendimientos que tenemos sobre las emociones, así como de legitimar nuestros sentires y los de otras personas.

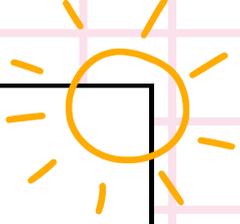
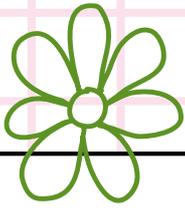
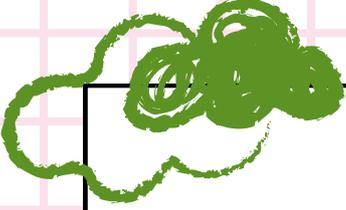
Mi relación con las emociones

- Tiempo: 20 minutos
- Objetivo: Identificar los procesos emocionales como parte de la vida cotidiana e introducir la idea de la conexión con las emociones versus la idea del control de las mismas.
- Material: Anexo "Tristeza: manual de usuario" de Eva Eland¹⁵, hojas, colores.
- Procedimiento
 - Invitar al grupo a tomar una posición cómoda en sus lugares y escuchar el cuento "Tristeza: manual de usuario".
 - Al finalizar, se puede preguntar cómo se sintieron y qué les invitó a pensar. Reflexionar con el grupo sobre cómo es relacionarse con ciertas emociones y cómo en muchas ocasiones queremos controlarlas o negarlas, sin escuchar lo que tienen para decirnos.
 - Entregar a cada persona una hoja y colores; a continuación, indicarles que recuerden alguna emoción con la que convivan y procedan a dibujar cómo quisieran relacionarse con esa emoción. Puede ser la tristeza, el enojo, el miedo u otra emoción que esté presente más continuamente en sus vidas.
 - Pedir que si alguien desea, comparta cómo se sintió haciendo el ejercicio y qué aprende de él.

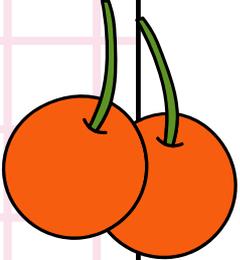
Cierre de la sesión

- Tiempo: 5 minutos
- Objetivo: Explorar de manera general el estado en el que las y los jóvenes concluyen la sesión.
- Material: Ninguno
- Procedimiento:
 - Se indica a los y las participantes del taller que regresen a sus lugares si la última actividad les movió de él, y se da por terminada la sesión agradeciendo el tiempo, las participaciones y el espacio. Posteriormente se les entregan las hojas impresas con la tarea 6 "Una carta para mí", se dan indicaciones para resolver dicha tarea y se resuelven dudas que puedan surgir.

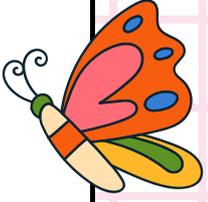
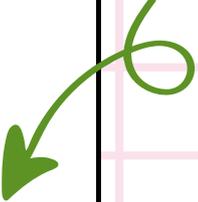
[15] Disponible en <https://conectateamiclase.com/wp-content/uploads/2020/05/Tristeza-manual-de-usuario.-Eva-land.pdf>. En el anexo se presentan imágenes del texto en caso de que en el aula no haya conexión a Internet.



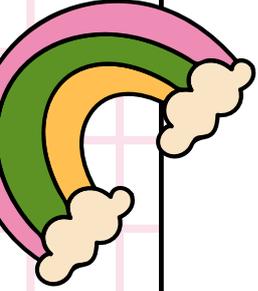
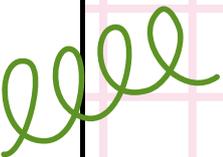
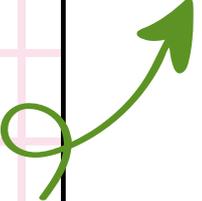
SESIÓN 8 LA COMUNIDAD QUE NOS SOSTIENE



Recapitulación

- Tiempo: 10 minutos
 - Objetivo: Recordar lo conversado y revisado de la sesión anterior y explorar cómo le fue al grupo con la tarea de la semana anterior.
 - Material: Ninguno
 - Procedimiento
 - Se da la bienvenida a las personas participantes, y se hace la siguiente pregunta: ¿Cómo se sintieron después de la sesión anterior? Se escucha y se trabaja las sensaciones o emociones que hayan sido mencionadas sobre la sesión anterior.
 - Terminada esta reflexión, se pregunta ¿Cómo les fue con la tarea? Se escucha y se aporta lo que se considere necesario para que los temas clave se reafirmen o para que las dudas sean aclaradas.
- 
- 

Búsqueda del tesoro

- Tiempo: 30 minutos
 - Objetivo: Reflexionar respecto a la normalización de la violencia en nuestras relaciones cotidianas con los otros y las otras. Ofrecer experiencias vinculadas con límites adecuados y buentrato
 - Material: Un tesoro pequeño (puede ser una caja que contenga dulces o algo simbólico)
 - Procedimiento:
 - Divida el grupo en 2 equipos. A uno de ellos se le pedirá que salga del salón unos minutos y las/los facilitadores se dividirán también entre los dos equipos.
 - Al equipo que se quede dentro del salón se le entregará el tesoro. Se les indicará esconderlo y no entregárselo a nadie del otro equipo a menos que alguien lo pida de manera clara y amable. A quienes salieron del salón se les dirá que el equipo dentro del salón tiene un tesoro escondido, y que su deber es encontrarlo en 5 minutos una vez entrando al salón.
 - Es necesario prestar atención a los métodos que el equipo que busca el tesoro emplea para obtenerlo. Es posible que en el camino haya eventos de abuso hacia el equipo que lo tiene escondido y que la situación se vu-
- 
- 
- 

elva tensa; sin embargo, hay que mantener la calma y cuidar que no haya enfrentamientos que desborden en actos de contundente abuso.

- Una vez concluido el tiempo, se reunirá al grupo en círculo para conversar sobre la experiencia para ambos equipos, sobre si se empleó violencia en la búsqueda, sobre qué pudieron haber hecho distinto y sobre cómo reaccionaron quienes resguardaban el tesoro.
- Procesamiento y cierre
 - Una vez analizado el tema, se guiará la conversación hacia generar estrategias colectivas respecto a cómo ser asertivos y sensibles al entorno cuando necesitamos algo de alguien. De igual manera, se planteará de qué forma podemos establecer límites claros cuando alguien está transgrediendo nuestra seguridad.

Me quiero, me cuido

- Tiempo: 35 minutos
- Objetivo: Reflexionar respecto a las prácticas cotidianas de autocuidado y buentrato hacia uno mismo.
- Material: Hojas, post-its de colores, marcadores, colores
- Procedimiento:
 - Entregar a cada participante una hoja, suficientes post-its (de preferencia que sean de distintos colores) y marcadores.
 - Indicar al grupo que en la hoja escribirán su nombre y harán un autorretrato lo más básico posible (puede ser sólo una silueta). Después, como lluvia de ideas, plasmarán en su dibujo aquello que les guste de sí mismos y les haga ser las personas que son hoy día.
 - Para continuar, haciendo uso de los post-its, escribirán en ellos y los insertarán en el documento, todo aquello que venga a su mente para completar la frase "yo me quiero cuando..."
 - Por último, usando post-its de otro color, escribirán en ellos todo lo que venga a su mente para completar la frase "yo me cuido cuando..."
 - Al finalizar, se les invitará a pegar sus documentos alrededor del salón, como si montaran una galería de arte y se dará un espacio para que puedan recorrer las paredes y ver los trabajos del resto del grupo. Cuando hayan visto la mayoría de los documentos, volverán a su lugar para la plenaria.
- Preguntas generadoras
 - ¿Qué les llamó la atención de los trabajos de sus demás compañeras y compañeros?
 - ¿Qué es lo que más hacen por cuidarse?
 - ¿Qué es lo que más hacen para demostrar que se quieren?

- ¿Hay relación entre querer algo o alguien y cuidarlo?
- ¿Qué lugar tienen los cuidados en nuestra vida? ¿Es algo importante, o no tanto? ¿Por qué?
- Procesamiento y cierre
 - Este ejercicio concluye con una reflexión colectiva sobre la importancia de los cuidados como forma de poner la vida propia y la vida de otras personas al centro, y cómo éstos se tejen desde las acciones cotidianas.

La roña cariñosa¹⁶

- Tiempo: 20 minutos
- Objetivo: Posicionar el cuidado y el buentrato como parte de las relaciones humanas.
- Material: Pelota de goma u otro objeto colorido, por ejemplo, un paliacate.
- Procedimiento:
 - Se instruye al grupo que en esta técnica se trata de evitar que te toque la persona que "trae la roña" y te "la pegue", pero el cambio en este juego es que la "base" se hace abrazando a otra persona -si alguna persona se siente incómoda con el contacto físico podrá apartarse y permanecer como observadora.
 - Se comienza la actividad tratando de atrapar a alguien usando una pelota o un objeto colorido; se "atrapa" cuando se toca a la persona -no se puede aventar el objeto-, y el juego continúa cuando logra atrapar a otra persona, que será a su vez, quien persiga a las demás
 - La "base", como ya se dijo, se hace abrazando a otra persona más. Si llega una tercera persona, abraza a quien esté próxima y la que no es abrazada tendrá que correr, pues no está haciendo "base", hasta formar una nueva base. Se puede salir de la base en cualquier momento. Si las parejas se quedan mucho tiempo sin moverse, la persona que trae la "roña", es decir, quien persigue a las demás, puede "quemar la base" acercándose a una pareja y contar hasta tres para disolverla.
- Preguntas:
 - Como parte del procesamiento se puede preguntar a las y los jóvenes cómo se sintieron en la actividad, qué les gustó y si les pareció complicado el abrazar a otras personas. Mientras se sostiene esa conversación, se puede resaltar la normalización de la cultura del maltrato en la convivencia diaria y la invitación al cuidado mutuo y al contacto afectuoso como parte de las interacciones cotidianas.

[16] Tomado de (Beristain & Cascón, 1986)

Planeación de acciones comunitarias I

- Tiempo: 15 minutos
- Objetivo: Desarrollar una acción que, basada en los contenidos y valores de la Escuela de Buentrato, tenga un efecto en los entornos inmediatos de las y los jóvenes.
- Material: Hojas, plumas, marcadores para pizarrón.
- Procedimiento:
 - Indicar a las y los participantes que el ejercicio tiene como objetivo el que ellos puedan incidir en sus entornos inmediatos, llevando a cabo alguna acción de réplica de contenidos de la Escuela de Buentrato.
 - Así mismo, las actividades que realicen serán trabajadas a lo largo de 2 sesiones, antes de que las lleven a cabo y presenten sus resultados ante el grupo durante la sesión de cierre del proyecto.
 - Una vez dichas estas indicaciones, se procede a que formen equipos, mismos que pueden ser de tamaño libre según las y los participantes prefieran, o limitados si el equipo de facilitación lo considera necesario. Es necesario que todas las personas cuenten con un equipo y éstos se registren en papel.
 - Los equipos ya conformados contarán con 10 minutos para elegir entre uno de los siguientes temas, pues éste será el eje sobre el cual desarrollen su acción comunitaria:
 - Igualdad de género y/o eliminación de violencia contra las mujeres y las niñas.
 - Promoción de masculinidades alternativas basadas en el respeto, la equidad y la no-violencia.
 - Bienestar emocional, autocuidado y cuidado de otras personas.
 - La selección del tema también deberá quedar registrada en las hojas de los equipos. Al finalizar, se pide al grupo no olvidar lo trabajado en ese primer paso de la planeación y se comparte que en la sesión siguiente profundizarán en el desarrollo de su acción comunitaria.

Cierre de la sesión

- Tiempo: 5 minutos
- Objetivo: Explorar de manera general el estado en el que las y los jóvenes concluyen la sesión.
- Material: Ninguno
- Procedimiento
 - Se indica a los y las participantes del taller que regresen a sus lugares si la última actividad les movió de él, y se da por terminada la sesión agradeciendo el tiempo, las participaciones y el espacio. Posteriormente se les entregan las hojas impresas con la tarea 7 "Los héroes y

las heroínas de hoy”, se dan indicaciones para resolver dicha tarea y se resuelven dudas que puedan surgir.

MÓDULO V PROYECTO DE VIDA Y TRANSFORMACION SOCIAL

Este módulo, al ser el último de la metodología, invita a revisar el camino recorrido con la Escuela de Buentrato. Recordando que la metodología no busca necesariamente transmitir contenidos, sino construir espacios de buentrato que fortalezcan la capacidad de las y los jóvenes de tejer relaciones libres de violencia con otras personas y con ellos mismos, ellas mismas. Por ello, por un lado, la intención es mapear los aprendizajes y experiencias valiosas a lo largo de las sesiones anteriores, y por otro, colocar la pregunta: eso que aprendimos, ¿qué diferencia hace o puede hacer?

La segunda parte del módulo consiste en reflexionar sobre los planes de vida que tienen quienes participan, así como reconocer la necesidad de apoyar a otras personas y de recibir apoyo que contemple el autocuidado y el cuidado de otros y que pueda desafiar la cultura de género en cuanto a roles, estereotipos y jerarquías relacionales.

Toma en cuenta :

- En la actividad **"Proyecto de vida"**, es importante considerar que la actividad no busca el trazado de un plan de vida, sino invitar a pensar en sueños, planes, valores y esperanzas para un futuro que resulte cercano. Es común que, en los grupos, en un inicio conecten con ideas dominantes sobre cómo deben verse sus vidas en la edad adulta (tener una casa, una familia, hijos, un trabajo, etc), las cuáles, si bien pueden representar esperanzas importantes, no siempre conectan con sus contextos y con la sensación de agencia sobre su presente. Por ello, la actividad implica pensar en metas, sueños o planes para los siguientes 3 años, que en muchos casos consisten en mejorar calificaciones, terminar la escuela secundaria, conseguir un empleo, o acciones que tengan que ver con su familia, como mejorar la relación con su mamá o sus hermanos y hermanas, mantener a sus amigos cerca, tener un novio o novia, entre otras cosas. Durante las aplicaciones de este ejercicio y como una respuesta a los contextos en los que esta guía se desarrolló, llamó la atención del equipo que muchos chicos y chicas se plantean como meta conseguir un empleo con el propósito de ayudar a sus mamás con los gastos, o de conseguir empleo en las fuerzas armadas del país, lo que supone una esperanza frente a la precarización.
- Por último, el proyecto busca que las y los jóvenes puedan enunciar desde su mirada necesidades y posibilidades de cambio en los espacios que habitan y compartir lo aprendido con otras personas, reconociendo su capacidad de influir en su entorno.

- Esto puede suponer un reto que varíe en función del grupo y de las condiciones en las que esta actividad se desarrolle. Desde la metodología proponemos 3 líneas temáticas para ubicar las actividades; sin embargo, invitamos a que estos criterios puedan flexibilizarse lo más posible con el propósito de que las y los jóvenes encuentren un camino viable para llevar a cabo su acción comunitaria. Lo importante es mantener como brújula el compartir y concienciar a otras personas sobre algo que hayan aprendido en la Escuela de Buentrato y que sea relevante para quienes lo hacen. Para ello, es fundamental reconocer el valor y potencial de las ideas de las y los adolescentes con quienes trabajamos. En los años de aplicación de la metodología han surgido como proyectos: hacer y colocar carteles en la escuela diciendo NO a la violencia; obras de teatro; monografías sobre masculinidades; proyectos de podcast sobre sexualidad; campañas de recaudación de firmas comprometidas con la igualdad de género. Sin embargo, en algunos años pensar en alguna actividad fue más abrumador que inspirador. En esos casos, promovimos ejercicios de investigación sobre fenómenos en la comunidad escolar que pudieran responder a una pregunta que surgiera del grupo. En esa ocasión vimos emerger dos investigaciones centradas en el estrés de las y los jóvenes por la vida escolar.

Bibliografía sugerida:

Federicci, Silvia (2020). Reencantar el mundo. El Feminismo y la Política de los Comunes. Madrid: Traficantes de Sueños. Consultar el capítulo "De la crisis a los comunes. El trabajo reproductivo, la tecnología y el trabajo afectivo y la transformación de la vida cotidiana" (pp. 251-266).

Magistris, Gabriela; Morales, Santiago (2021) Mañana será tarde en Magistris, Gabriela; Morales, Santiago (comp.) Educar Hasta la Ternura Siempre. Del Adultocentrismo al Protagonismo de las Niñeces. Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Chirimbote y Ternura Revelde.

Sesión 9
¿Hacia dónde vamos?

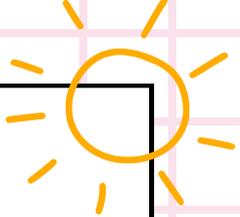
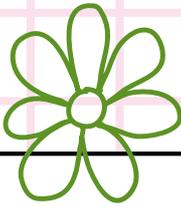
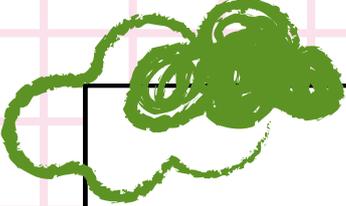
TEMA	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DURACIÓN
Inicio	Recapitulación	Recordar lo conversado y revisado de la sesión anterior y explorar cómo le fue al grupo con la tarea de la semana anterior.	15 min.
Proyecto de vida	Mapa de viaje	Elaborar un mapa colectivo que recupere las experiencias y aprendizajes de las 8 sesiones previas	40 minutos
Proyecto de vida	El futuro es un logro colectivo	Reflexionar sobre los planes de vida que las y los jóvenes tienen desde una visión de apoyo comunitario.	30 minutos
Liderazgo y agencia para el cambio	Planeación de actividad comunitaria II	Desarrollar una acción que, basada en los contenidos y valores de la Escuela de Buentrato, tenga un efecto en los entornos inmediatos de las y los jóvenes.	40 minutos
Conexiones preferidas con las emociones	"Tristeza: manual de usuario"	Identificar los procesos emocionales como parte de la vida cotidiana e introducir la idea de la conexión con las emociones versus la idea del control de las mismas.	20 min
Conclusión	Cierre de la sesión	Explorar de manera general el estado en el que las y los jóvenes concluyen la sesión.	5 min.

Tarea 8
Nuestra pizca de arena

TEMA	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DURACIÓN
Liderazgo y agencia para el cambio	Acciones comunitarias	Llevar a cabo alguna acción para la promoción del autocuidado, el buentrato, la igualdad de género y/o la salud mental en un entorno inmediato de las y los jóvenes.	60 min.

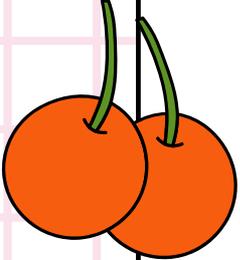
Sesión 10
No es necesario cambiar el mundo para cambiar el mundo

TEMA	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DURACIÓN
Inicio	Recapitulación	Recordar lo conversado y revisado de la sesión anterior y explorar cómo le fue al grupo con la tarea de la semana anterior.	15 min.
Liderazgo y agencia para el cambio	Presentación de acciones comunitarias	Compartir la experiencia que las y los jóvenes tuvieron al llevar a cabo sus acciones comunitarias.	40 minutos
Evaluación	Evaluación final	Recoger información sobre el nivel de sensibilización y sobre las habilidades con las que las y los jóvenes cuentan al finalizar la Escuela de Buentrato.	60 minutos
Conclusión	Cierre de la Escuela de Buentrato	Reconocer la trayectoria del grupo y el esfuerzo vertido en la Escuela de Buentrato.	10 minutos

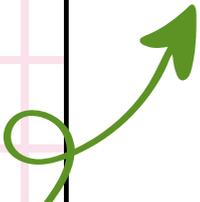
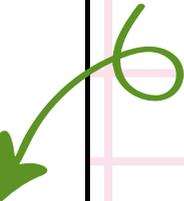
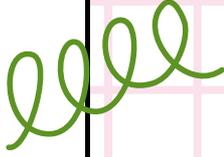


SESIÓN 9 ¿HACIA DÓNDE VAMOS?

Recapitulación

- 
- 
- Tiempo: 10 minutos
 - Objetivo: Recordar lo conversado y revisado de la sesión anterior y explorar cómo le fue al grupo con la tarea de la semana anterior.
 - Material: Ninguno
 - Procedimiento
 - Se da la bienvenida a las personas participantes, y se hace la siguiente pregunta: ¿Cómo se sintieron después de la sesión anterior? Se escucha y se trabaja las sensaciones o emociones que hayan sido mencionadas sobre la sesión anterior.
 - Terminada esta reflexión, se pregunta ¿Cómo les fue con la tarea? Se escucha y se aporta lo que se considere necesario para que los temas centrales se reafirmen o las dudas sean aclaradas.

Mapa de viaje

- 
- 
- 
- 
- 
- Tiempo: 40 minutos
 - Objetivo: Elaborar un mapa colectivo que recupere la experiencia y aprendizaje grupal de las 8 sesiones
 - Material: Papel craft (aproximadamente 3 metros) u hojas de rotafolio, marcadores, colores, post its.
 - Procedimiento:
 - Se divide el papel con marcador en 3 secciones, que separen el proceso del viaje que se emprendió 8 sesiones atrás.
 - Se comenta con el grupo que se va a trazar la ruta del viaje vivido desde el inicio, con las expectativas, las dificultades, los conocimientos adquiridos, las fortalezas encontradas, los vínculos creados y todo lo que compuso el viaje.
 - Se recapitulará de manera breve cada sesión en la que las y los participantes vayan describiendo su experiencia y a su vez se irá plasmando en el papel con ayuda de las hojas de colores y los marcadores, a manera de ruta.
 - La primera sección ilustra el territorio previo a los talleres. Para escribir o dibujar en él, se pueden hacer las siguientes preguntas: ¿Qué estaba pasando antes de comenzar con los talleres? ¿Qué personas estaban

presentes? ¿Cómo era la vida en la escuela? ¿Qué retos había por resolver? ¿Qué ideas estaban presentes con respecto al tipo de grupo que eran?

- En la segunda sección, se hablará a detalle sobre el proceso de los talleres, con apoyo de las siguientes preguntas: ¿qué momentos son los que más recuerdan en los talleres? ¿Qué les gustó? ¿Qué no les gustó? ¿Cómo se fue moviendo la dinámica del grupo? ¿Qué otras cosas estaban pasando? ¿Qué aprendizajes sobre el grupo se hicieron presentes? ¿Qué retos se presentaron? ¿Qué contenidos o situaciones generaron movimiento a nivel individual y a nivel grupal?
- En la tercera sección, se hablará sobre la etapa que sigue, que puede incluir, por ejemplo, lo que resta del ciclo escolar y en donde ya no habrá talleres. Las preguntas que pueden apoyar son: ¿Qué ideas o aprendizajes les acompañan como grupo? ¿Cómo podrían sostenerlas de aquí en adelante? ¿Qué les gustaría que pasara? ¿A qué retos podrían enfrentarse y cómo harán para responder a ellos?
- Al finalizar, se reflexionará respecto al camino recorrido y la migración de identidad grupal que implicó el proceso. También se invitará a pensar qué nuevos viajes se quieren emprender, en donde sean útiles las habilidades y conocimientos adquiridos durante este viaje.

El futuro es un logro colectivo

- Tiempo: 30 minutos
- Objetivo: Reflexionar sobre los planes de vida que las y los jóvenes tienen en un periodo de 3 años desde una visión de apoyo comunitario.
- Material: Anexo "Proyecto de Vida", bolígrafos.
- Procedimiento:
 - Reunir al grupo en círculo e iniciar una conversación sobre qué piensan de su futuro. Se puede comenzar con la pregunta ¿Cómo se ven en 3 años?
 - Escuchando al grupo y generando un espacio de resonancia, se pueden realizar las siguientes preguntas: ¿Qué les gustaría estar haciendo? ¿Qué les gustaría haber logrado para ese momento? ¿Con qué personas se ven, o quiénes les gustaría que estuvieran presentes? ¿Cómo se imaginan la relación con su familia o con otras personas? Dentro de la conversación, es importante nombrar que los planes y sueños que tenemos pueden ser ubicados en distintos ámbitos de nuestra vida, como el ámbito personal, familiar, social, académico, etc. Si es necesario, se invita al grupo a definir de forma general cada uno.

- Con esa conversación en mente, se les entregarán los formatos (Anexo “El Futuro es un Logro Colectivo”) y bolígrafos para que puedan escribir.
- El formato no contiene indicaciones, por lo que el equipo de facilitación será responsable de decirlas al grupo. Se sugiere que después de cada indicación se dé el tiempo sugerido para su cumplimiento, antes de dar las demás.
 - Cometas: Escribir entre 2 y 4 planes o metas que tengan en función del ámbito que corresponda.
 - Cuaderno: Escribir entre 2 y 3 aprendizajes dentro de la Escuela de Buentrato que pueden ser útiles o valiosos para nutrir o cumplir los planes previamente mencionados.
 - Foco: Contestar la siguiente pregunta: ¿Cómo pueden acompañarme los aprendizajes que se nombraron en el apartado anterior? Quizás puede ser recordando algo, poniendo en práctica una acción en especial o complementando los planes de alguna forma particular.
 - Una vez completados los 4 ámbitos que el formato nombra siguiendo las indicaciones mencionadas, en el arcoiris responderán a la siguiente pregunta: ¿Qué necesito de las personas que me rodean para poder cumplir mis metas y planes? Se invitará a las y los jóvenes a responder esta pregunta tomando en cuenta las redes de apoyo que tienen identificadas.
- Al finalizar, nuevamente se dará la palabra para quienes deseen compartir sobre sus proyectos de vida y las reflexiones que el ejercicio les dejó.
- Procesamiento y cierre:
 - En esta actividad, podemos recalcar que cuando pensamos desde una visión de comunidad, el logro de una persona suele ser el logro de toda una comunidad (por ejemplo, cuando por primera vez un hijo o nieto estudia una licenciatura, es un logro familiar, porque probablemente muchas personas contribuyeron a que eso ocurriera). Eso significa que la identidad de las personas y los logros o metas que pueda cumplir, serán un logro de muchas personas en la medida en que contribuyamos a que eso ocurra.

Planeación de actividad comunitaria II

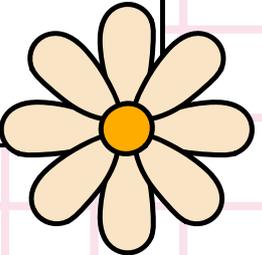
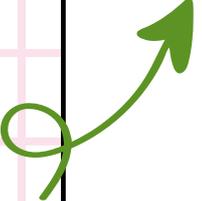
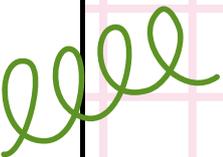
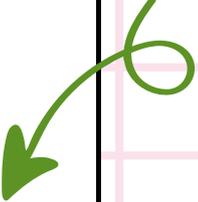
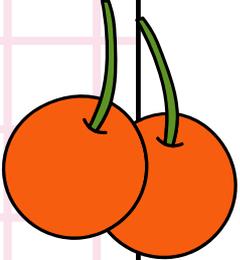
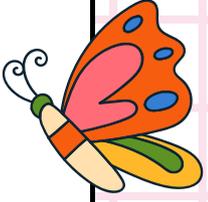
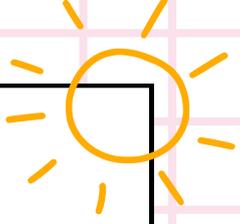
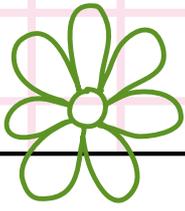
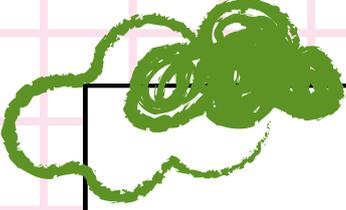
- Tiempo: 40 minutos
- Objetivo: Desarrollar una acción que, basada en los contenidos y valores de la Escuela de Buentrato, tenga un efecto en los entornos inmediatos de las y los jóvenes.
- Material: Hojas de rotafolio, hojas blancas o de color, marcadores, plumas, cinta adhesiva.

- Procedimiento:
 - Integrar al grupo en los equipos que conformaron en Planeación de actividad comunitaria I. Una vez hecho esto, y tomando en cuenta el eje que eligieron durante la sesión anterior, procederán a planear la acción que quieran llevar a cabo.
 - Para ello, en equipo contarán con 15 minutos para responder las siguientes preguntas:
 - ¿Qué eje de trabajo elegimos? ¿Por qué lo elegimos?
 - ¿Cuáles son los temas o ejercicios que hemos revisado en las sesiones, que más nos han gustado o que más han llamado nuestra atención?
 - ¿Cómo conectan todos o alguno de esos temas con el eje que elegimos?
 - ¿Qué nos gustaría compartir al respecto?
 - ¿Qué nos gustaría lograr con nuestra acción comunitaria? (queremos informar, hacer que las personas reflexionen, ofrecer algo a alguien...)
 - ¿Cómo podemos hacerlo?
 - Las preguntas serán respondidas en colaboración con el equipo de facilitación, quienes visitarán a los equipos de trabajo para apoyar en la resolución de dudas y en brindar la guía necesaria. En este sentido, es importante que el equipo se asegure de que las propuestas de acción de las y los jóvenes sean consistentes con los valores promovidos por la Escuela de Buentrato. Así mismo, es necesario que las acciones puedan ser llevadas a cabo fácilmente y en poco tiempo, sin poner en riesgo a quienes las desarrollen y de preferencia, sin que impliquen costos económicos.
 - Una vez que las hayan respondido, en las hojas de rotafolio escribirán en 15 minutos un Plan de Trabajo, para llevar a cabo su acción comunitaria, incluyendo lo siguiente:
 - ¿Qué vamos a hacer?
 - ¿Cómo lo vamos a hacer?
 - ¿Con qué personas y en qué espacio?
 - ¿Qué hará cada integrante del equipo?
 - ¿Qué esperamos lograr?
 - Como cierre sugerido, las y los jóvenes pueden presentar ante el resto del grupo su plan de trabajo, con el fin de que todo el grupo conozca y pueda ofrecer retroalimentación a sus compañeras y compañeros sobre su trabajo.
 - Recordar al grupo que deberán poner su plan en marcha como tarea de esa sesión, y presentar sus resultados en el cierre del proyecto; es decir, en la sesión siguiente.

Cierre de la sesión

- Tiempo: 5 minutos
- Objetivo: Explorar de manera general el estado en el que las y los jóvenes concluyen la sesión.
- Material: Ninguno

- Procedimiento
 - Se indica a los y las participantes del taller que regresen a sus lugares si la última actividad les movió de él, y se da por terminada la sesión agradeciendo el tiempo, las participaciones y el espacio. Posteriormente se les entregan las hojas impresas con la tarea 8 "Nuestra pizca de arena", se dan indicaciones para resolver dicha tarea y se resuelven dudas que puedan surgir.



SESIÓN 10

NO ES NECESARIO CAMBIAR EL MUNDO PARA CAMBIAR EL MUNDO

Recapitulación

- Tiempo: 10 minutos
- Objetivo: Recordar lo conversado y revisado de la sesión anterior y explorar cómo le fue al grupo con la tarea de la semana anterior.
- Material: Ninguno
- Procedimiento
 - Se da la bienvenida a las personas participantes, y se hace la siguiente pregunta: ¿Cómo se sintieron después de la sesión anterior? Se escucha y se trabaja las sensaciones o emociones que hayan sido mencionadas sobre la sesión anterior.
 - Terminada esta reflexión, se pregunta ¿Cómo les fue con la tarea? Se escucha y se aporta lo que se considere necesario para que los temas antes vistos se reafirmen o para que las dudas sean aclaradas.

Presentación de acciones comunitarias

- Tiempo: 40 minutos
- Objetivo: Compartir la experiencia que las y los jóvenes tuvieron al llevar a cabo sus acciones comunitarias
- Material: Ninguno
- Procedimiento:
 - Cada equipo contará con 10 minutos para compartir al grupo la acción comunitaria que eligieron y cómo les fue al ponerla en práctica.
 - El grupo podrá hacerles preguntas al respecto si así lo desean.
 - Es importante reconocer el trabajo que cada equipo haya realizado; y si el tiempo y las condiciones del espacio lo permiten, pueden salir a probar sus acciones comunitarias con la población escolar disponible.
 - Para el cierre, se puede resaltar la importancia y las posibilidades que tenemos de compartir información en los espacios que habitamos, con las personas con quienes convivimos, desde la familia, compañeros y compañeras de la escuela, etc.

Evaluación final

- Tiempo: 60 minutos
- Objetivo: Recoger información sobre el nivel de sensibilización y sobre las habilidades con las que las y los jóvenes cuentan al finalizar la Escuela de Buentrato.
- Material: Es necesario contar con los ejercicios incluidos en el apartado "Instrumentos de evaluación" del capítulo "Evaluación" y que ya fueron utilizados para el pre-test.
- Procedimiento:
 - Indicar a las y los jóvenes que como parte de la evaluación que este proyecto requiere, se realizarán los 5 ejercicios que llevaron a cabo en la primera sesión.
 - Enfatizar que los resultados de los ejercicios no se evalúan en términos de "correcto o incorrecto" o "bueno o malo", por lo que no deben sentirse presionados si no están seguros sobre algo que se les pregunte.

Cierre de la Escuela de Buentrato

- Tiempo: 10 minutos
- Objetivo: Reconocer la trayectoria del grupo y el esfuerzo vertido en la Escuela de Buentrato
- Material: Diplomas para cada participante de la Escuela de Buentrato.
- Procedimiento
 - Con el grupo reunido en círculo, se hará entrega de cada uno de los reconocimientos por haber cursado la Escuela de Buentrato. Se promoverá un reconocimiento grupal hacia cada persona, en forma de aplauso o de felicitación.
 - Cuando se hayan entregado todos los diplomas, se dará oportunidad de que quien desee tome la palabra para despedirse del proyecto. Así mismo, el equipo de facilitación agradecerá al grupo y a las autoridades correspondientes por el espacio otorgado para la puesta en marcha de los talleres y dará por concluido el proceso con las y los jóvenes.

EVALUACIÓN

DESCRIPCIÓN GENERAL

A continuación, se presenta el esquema general de evaluación para cada módulo, de manera que se tenga una idea clara de lo que se está tratando de medir y las indicaciones generales para ello.

Módulo I.

- Para el módulo inicial se incluye un instrumento único que evalúa el aumento de conocimientos de las y los participantes frente a los roles y estereotipos de género y sus impactos, así como un posicionamiento crítico al respecto (esta última, esperada en la evaluación post). El instrumento es un formato con dos siluetas, una para hablar de lo que sucede con las mujeres y otra, para mencionar lo que pasa con los varones. Es importante recordar que todos y todas deben responder ambas partes.
- El tiempo aproximado de aplicación es de 10 minutos.

Toma en cuenta :

- Sugerimos acompañar al grupo leyendo cada una de las 4 fases que el ejercicio compone (2 por silueta) y asignar un tiempo de 2 minutos antes de leer la siguiente. Puede ser que la indicación de escribir aquello que han visto o escuchado sobre cómo deben ser las mujeres resulte difícil de comprender en algunos casos, así que una opción para aclarar la indicación es: "Cuando dices las frases "las mujeres deben ser...", ¿en qué piensas? ¿qué viene a tu mente?"

Rúbrica de evaluación:

Al ser un instrumento que recoge información cualitativa, sugerimos el siguiente método de análisis por puntaje:

Silueta 1 (mujeres):

- +1 punto por identificación de roles y estereotipos de género dirigidos a las mujeres
- +1 punto por identificación de efectos de los roles y estereotipos
- +1 punto por dar cuenta de una postura crítica ante la cultura de género

Silueta 2 (hombres):

- +1 punto por identificación de roles y estereotipos de género dirigidos a los hombres
- +1 punto por identificación de efectos de los roles y estereotipos
- + 1 punto por dar cuenta de una postura crítica ante la cultura de género.

Puntaje máximo: 6

Módulo II.

- El segundo módulo consta de un instrumento que evalúa el aumento de conocimiento en materia de prevención de la violencia de género en las y los adolescentes.
- Se compone de una historia que se le presenta al grupo a modo de representación (ya sea con muñecas o títeres), y un formato que se les entrega posterior a la historia, para que contesten basándose en lo que percibieron del relato. Las preguntas son referentes a elementos preventivos de la situación de violencia abordada en la historia.
- El tiempo aproximado de aplicación es de 10 minutos (5 minutos para la representación de la historia y 5 minutos para contestar el instrumento).

Toma en cuenta :

De acuerdo con las observaciones, notamos que resulta más difícil en la mayoría de los casos identificar las cosas que el hombre puede hacer distinto a la situación de violencia que él ejerce. Si bien, la mayoría de las y los jóvenes identifica la violencia, muchos de ellos y ellas atribuyen más responsabilidad a la mujer de detenerla, a pesar de ser ella quien la sufre, por lo que uno de los aspectos a evaluar en la aplicación del post, es que más jóvenes puedan nombrar acciones que los varones pueden hacer para detener ejercicios de violencia

Rúbrica de evaluación:

Al ser un instrumento que recoge información cualitativa, sugerimos el siguiente método de análisis por puntaje:

- +1 punto por identificación de violencia dentro de la historia
- +1 punto por identificación de cosas que Mario/Bruno pudieron hacer diferentes que denoten el ejercicio de una masculinidad alternativa.
- +1 punto por identificación de cosas que Julia/Gaby pudieron hacer diferente en la historia que les permitiera protegerse de la violencia, sin necesidad de detenerla.
- + 1 punto por identificación de cosas que Julia/Gaby pudieron hacer diferente en la historia que les permitiera protegerse de la violencia a partir de buscar apoyo.
- +1 punto por dar cuenta de una postura crítica ante la violencia.

Puntaje máximo: 5

Módulo III.

- El módulo tres se compone de un instrumento que evalúa el aumento de conocimientos sobre el cuidado de la salud sexual y reproductiva. Se compone de 8 oraciones: 4 falsas y 4 verdaderas sobre la sexualidad. Debe entregarse el formato de llenado y leer las oraciones al grupo para que puedan contestar como verdadera o falsa la afirmación.
- El tiempo aproximado de aplicación es de 10 minutos.

Toma en cuenta :

El instrumento contempla el uso de estampas de colores para responder en términos de Falso o Verdadero; sin embargo, esto puede señalarse de otras formas, con colores o con letras. Si bien, al hablar en esos términos se infiere que hay respuestas correctas o incorrectas, es necesario cuidar que eso no se traduzca en una presión hacia las y los jóvenes por responder "correctamente" el ejercicio, o en un señalamiento por parte del grupo hacia personas que no respondan de forma esperada. Reiterar, si es necesario, que lo más importante es expresar lo que piensan sobre las ideas que se plantean.

Rúbrica de evaluación:

En el formato para personas facilitadoras se incluye entre paréntesis **(V)/(F)** la respuesta a las afirmaciones que el instrumento presenta. Las respuestas correctas deben ser contadas por cada participante.

Puntaje máximo: 8

Módulo IV.

- Para el módulo de redes de apoyo, autocuidado y salud mental se incluye una escala de 3 puntos que explora el estado emocional de las y los participantes durante el último año. Para contestarla, se leerán 5 frases al grupo, que responderán haciendo uso de la escala impresa.
- El tiempo aproximado de aplicación es de 10 minutos.

Toma en cuenta :

En este ejercicio, más que en otros, adquiere relevancia el responderlo de forma privada. En su aplicación, escuchar y responder a las frases que se plantean suele generar silencio en el grupo, en donde se puede notar que están pensando en sus respuestas a partir de conectar con su experiencia de vida y con sus herramientas emocionales.

Rúbrica de evaluación:

El puntaje va de 1 a 3 puntos por cada afirmación del instrumento. Sugerimos prestar atención especialmente a la variación entre puntajes por frase en el análisis del post test.

Puntaje máximo: 15

Módulo transversal.

- El módulo de “habilidades para la vida y la convivencia”, si bien cuenta con actividades específicas dentro de las sesiones 7 y 8, se trabaja a lo largo de toda la metodología, por lo que lo enunciamos como un módulo cuya aplicación, y por lo tanto evaluación, es transversal.
- Proponemos un instrumento de aplicación grupal que evalúa actitudes dirigidas hacia la construcción de vínculos basados en el respeto, la equidad y el cuidado. Consta de un formato que el equipo de facilitación llena conforme a la opinión que las y los participantes tienen respecto a 6 oraciones.
- El tiempo aproximado de aplicación es de 10 minutos.

Toma en cuenta :

Aunque este ejercicio se lleva a cabo en formato grupal, es relevante señalar que las respuestas son individuales; es decir, que cada persona debe posicionarse en función de lo que piense de las frases que se leen, y no de hacia dónde dicte la idea de una “respuesta correcta”. Nuevamente, es importante cuidar la presión que el impulso de agruparse pueda ejercer sobre las y los participantes a favor de un posicionamiento u otro. En este sentido, hay alternativas que se pueden considerar, como vendar los ojos de las y los jóvenes y dar pasos a derecha o izquierda para tomar postura, o poder alzar la mano desde sus asientos. Aunque el instrumento no lo contempla, puede añadir información cualitativa interesante al pedir a 2 o 3 jóvenes que expliquen brevemente la razón de su posicionamiento.

Rúbrica de evaluación:

En el formato para personas facilitadoras se incluye entre paréntesis **(DES)/(D.A)** la respuesta “esperada”, que de cuenta de lo que la metodología persigue en sus objetivos. Al ser una evaluación grupal, se espera que al finalizar la metodología más jóvenes se posicionen en la respuesta deseada. sugerimos prestar atención a la variación por afirmación para considerar el aumento.

En la siguiente sección se incluyen los instrumentos y los formatos necesarios para llevar a cabo el esquema de evaluación presentado. Cada uno de los instrumentos debe ser aplicado con suficiente presencia del equipo de facilitación a fin de evitar distractores y dispersión del grupo. Así mismo, se necesitará cronometrar cada ejercicio.

Módulo I. Igualdad de género y masculinidades

FORMATO ÚNICO PARA PARTICIPANTES

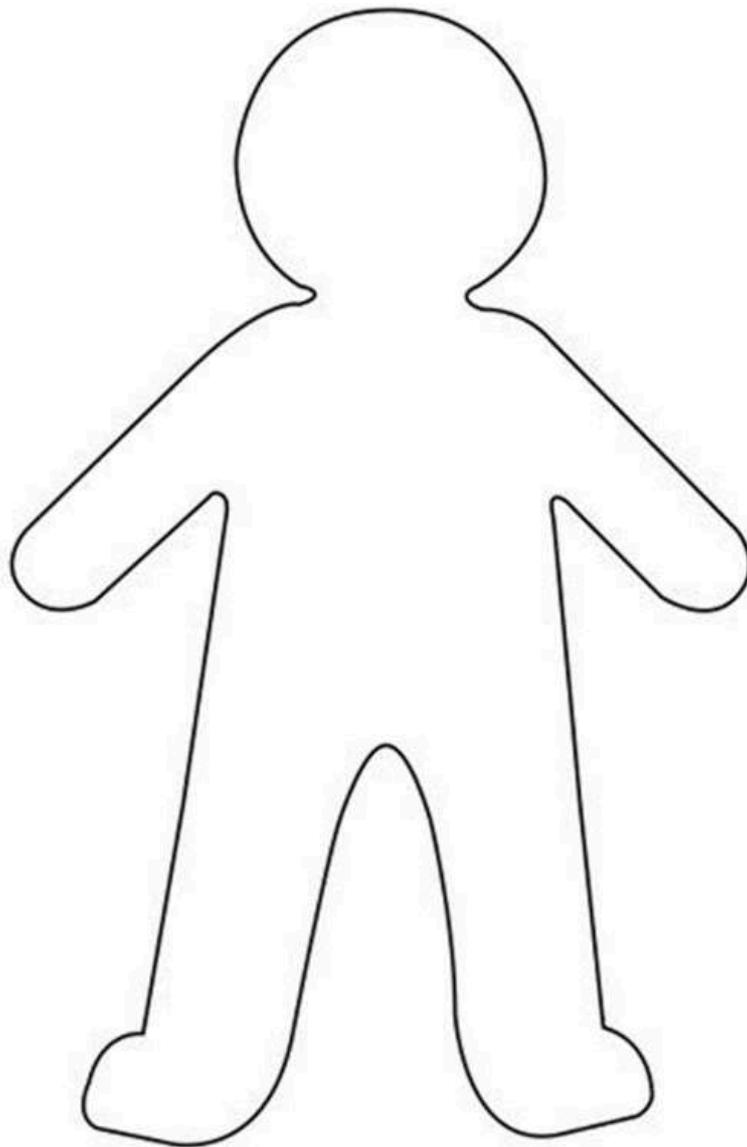
Nombre: _____

Grupo: _____ Sexo: H/M

Indicaciones:

Afuera de la silueta, escribe, ¿cómo te han dicho que debe ser una mujer?

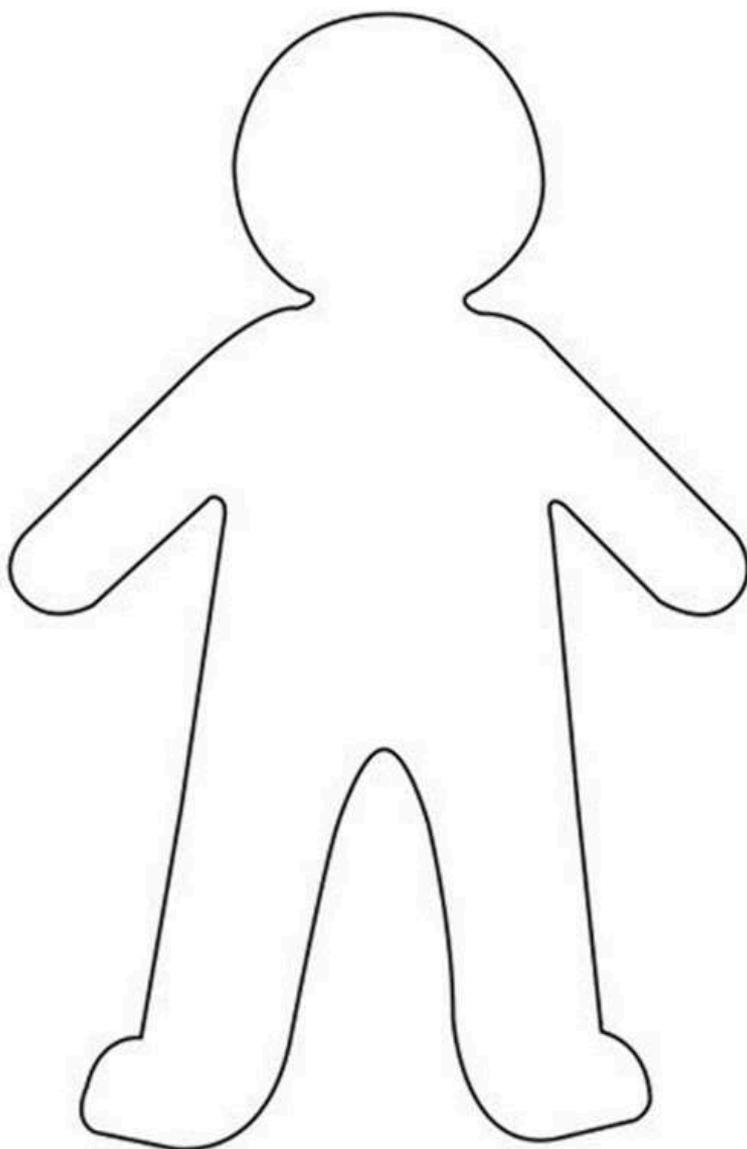
Dentro de la silueta, escribe, ¿cómo afecta a las mujeres tener que cumplir con estas ideas?



Indicaciones:

Afuera de la silueta, escribe, ¿cómo te han dicho que debe ser un hombre?

Dentro de la silueta, escribe, ¿cómo afecta a los hombres tener que cumplir con estas ideas?



Módulo II. Relaciones de pareja.

INSTRUCCIONES PARA EQUIPO DE FACILITACIÓN (PRE TEST)

En la evaluación inicial, el equipo de facilitación representará con juguetes la historia que se presenta a continuación.

"Historia de Julia y Mario" (Pre):

Narrador/a: Julia y Mario son pareja desde hace un año. Hace un par de meses, Mario se molestó con ella, porque Julia quería ir de fiesta con sus amigos. Ese día, iban caminando por la calle abrazados, y Julia decidió comentarle algo a Mario, pero sabía que podría disgustarse, así que comenzó diciendo...

- Julia: "Amor, ¿te digo algo y no te enojas?"
- Mario: "Depende" (Mario acaricia a Julia).
- Julia: "Este fin, mis amigos van a una fiesta..."
(Mario sintió que su cuerpo empezó a ponerse tenso)
- Mario: "A una fiesta en dónde".
(Julia dejó de verlo y desvió su mirada porque sintió un poco de miedo)
- Julia: "En la casa de Rafita".
(Mario guardó silencio y apretó un poco el puño para contenerse)
- Julia: "Y pues estaba pensado en ir. ¿Está bien?"
(Mario guardó silencio, pensó por un momento y después, suelto lo que quería decir)
- Mario: "Tus amigos no me caen bien y lo sabes".
- Julia: "Pero son mis amigos, no es justo que tú sí veas a los tuyos".
- Mario: "Yo no le gusto a mis compas, en cambio, ese Rafita anda detrás tuyo todo el tiempo".
- Julia: "Es sólo mi amigo" (Julia exhala exasperada).
- Mario: "¿Por qué haces ese sonido?"
- Julia: "Porque no confías en mí".
- Mario: "Confío en ti, pero no en el tal Rafita, siempre le está dando like a todas tus publicaciones, se ve que le gustas y tú bien que te dejas" (por el enojo, Mario hablaba cada vez más alto).
- Julia: "Sólo somos amigos, ya no te enojas" (se alejó de él por miedo, pero la siguió).
- Mario: "¡Ni sé por qué te cae bien! ¡Está todo wey!" (sujeta a Julia del brazo y la jala hacia él)
- Julia: "Cálmate, no te enojas" (Julia habla bajito y se va encorvando frente a Mario).
- Mario: "¡No quiero que salgas con él! ¡Eso es todo lo que te pido!" (dice sujetándola)
- Julia: "Ok, ok, pero ya tranquilo".
- Mario: "¿Qué no me amas? Porque yo a ti sí, sólo a ti, no ando pelando a otras chavas por ti" (Mario suelta a Julia).
- Julia: "Ya entendí, no grites".
- Mario: "Grito porque te amo y no me da pena que me escuchen decirlo".
- Julia: "Yo también te amo" (casi susurrando y tomando a Mario de la mano para recuperarlo).
- Mario: "No te quiero perder" (Mario la abraza muy fuerte y Julia, aunque se sentía un poco incómoda solo dijo...).
- Julia: "No vas a perderme" ... "Voy a ver si falto por esta vez".
- Mario: "¿Segura?" (la aparta mirándola a los ojos)
(Julia mira hacia el suelo mientras dice).
- Julia: "Sí, con tal de que no te enojas"
- Mario: "Sabes que te amo, ¿verdad?"
- Julia: "Sí, yo también te amo".

Para terminar, Mario besa a Julia y ella le responde sintiéndose un tanto incómoda.

Módulo II. Relaciones de pareja.

FORMATO PARA PARTICIPANTES (PRE TEST)

Nombre: _____

Grupo: ____ Sexo: H/M

Indicaciones:

A partir de la historia contada, responde las siguientes preguntas según tu opinión.

1. ¿Identificas violencia en la historia de Julia y Mario?

Sí () No ()

Si respondiste afirmativamente, responde a lo siguiente:

2. Escribe entre 1 y 3 acciones que crees que Mario pudo haber hecho diferente para no llegar a esa situación de violencia.

3. Escribe entre 1 y 3 acciones que crees que Julia pudo haber hecho diferente para no llegar a esa situación de violencia.

Módulo II.

Relaciones de pareja.

INSTRUCCIONES PARA EQUIPO DE FACILITACIÓN (POST TEST)

En la evaluación final, el equipo de facilitación representará con juguetes la historia que se presenta a continuación.

Historia de Gaby y Bruno

Narrador/a: Gaby y Bruno son pareja desde hace un año. Hace un par de meses, Bruno se molestó con ella, porque Gaby quería ir al cine con sus amigos. Ese día, iban caminando por la calle tomados de la mano, y Gaby decidió comentarle algo a Bruno, pero sabía que podría molestarle, así que comenzó diciendo...

- Gaby: "Amor, ¿te digo algo y no te enojas?"
- Bruno: "Depende" (Bruno abraza a Gaby).
- Gaby: "Este fin, me invitaron al cine..."
(Bruno sintió que su cuerpo empezó a ponerse tenso)
- Bruno: "¿Quién te invitó?"
(Gaby dejó de verlo y desvió su mirada porque sintió un poco de miedo)
- Gaby: "Pues Hugo y algunos amigos".
(Bruno guardó silencio y respiró profundamente para contenerse)
- Gaby: "Estaba pensando que debería ir con ellos. ¿Está bien?"
(Bruno guardó silencio, pensó por un momento y después, soltó lo que quería decir)
- Bruno: "Esos amigos tuyos no me caen bien y lo sabes".
- Gaby: "Pero son mis amigos, no es justo que tú sí veas a los tuyos y yo no".
- Bruno: "Yo no le gusto a mis compas, en cambio, ese Hugo siempre te anda echando los perros".
- Gaby: "Es sólo mi amigo" (Gaby exhala exasperada).
- Bruno: "¿Por qué haces ese sonido?"
- Gaby: "Porque no confías en mí".
- Bruno: "Confío en ti, pero no en ese Hugo, siempre le está dando like a todas tus publicaciones, te comenta y te manda whats, se ve que le gustas y tú bien que te dejas" (por el enojo, Bruno manoteaba).
- Gaby: "Sólo somos amigos, ya no te enojas" (se alejó de él por miedo, pero la siguió).
- Bruno: "¡Ni sé por qué te cae bien! ¡Está todo wey!" (alzando la voz)
- Gaby: "Cálmate, no te enojas" (Gaby habla bajito y se va encorvando frente a Bruno).
- Bruno: "¡No quiero que lo veas a él! ¡Eso es todo lo que te pido!" (la toma de los brazos y la aprieta fuerte)
- Gaby: "Ok, ok, pero ya tranquilo".
- Bruno: "¿Qué no me amas? Porque yo a ti sí, sólo a ti, no ando pelando a otras chavas por ti" (Bruno suelta a Gaby y aprieta los puños mientras le grita).
- Gaby: "Ya entendí, no grites".
- Bruno: "Grito porque te amo, porque me importas y no me da pena que me escuchen decirlo".
- Gaby: "Yo también te amo" (casi susurrando y tomando a Bruno de la mano para que ya no se enojara).
- Bruno: "No te quiero perder" (Bruno la abraza muy fuerte y Gaby, aunque se sentía un poco incomoda solo dijo...).
- Gaby: "No vas a perderme" ... "Les diré que tengo que hacer otras cosas y salimos tú y yo".
- Bruno: "¿Segura?" (la aparta mirándola a los ojos)
(Gaby mira hacia el suelo mientras dice...).
- Gaby: "Sí, yo no quiero tener problemas contigo"
- Bruno: "Sabes que te amo, ¿verdad?"
- Gaby: "Sí, yo también te amo".

Para terminar, Bruno besa a Gaby y ella le responde un poco temerosa.

Módulo II. Relaciones de pareja.

FORMATO PARA PARTICIPANTES (POST TEST)

Nombre: _____

Grupo: ____ Sexo: H/M

Indicaciones:

A partir de la historia contada, responde las siguientes preguntas según tu opinión.

1. ¿Identificas violencia en la historia de Gaby y Bruno?
Sí () No ()

Si respondiste afirmativamente, responde a lo siguiente:

2. Escribe entre 1 y 3 acciones que crees que Bruno pudo haber hecho diferente para no llegar a esa situación de violencia.

3. Escribe entre 1 y 3 acciones que crees que Gaby pudo haber hecho diferente para no llegar a esa situación de violencia.

Módulo III. Educación Sexual.

IIISTRUCCIONES PARA EQUIPO DE FACILITACIÓN

Leer los siguientes enunciados para que las y los participantes contesten el formato de evaluación.

- 1.Las y los adolescentes son capaces de tomar decisiones sobre su cuerpo y su sexualidad (V)
- 2.Las mujeres que no han tenido relaciones sexuales valen más que las que ya las tuvieron. (F)
- 3.La sexualidad consiste en un tema más amplio que sólo hablar de sexo (V)
- 4.Las mujeres necesitan conocer su cuerpo para poder buscar su placer sexual (V)
- 5.Las mujeres, al ser quienes se embarazan, deben ser más responsables que los hombres en prevenirlo (F)
- 6.Los hombres jóvenes deben tener actividad sexual para poder "hacerse hombres". (F)
- 7.Las relaciones sexuales son la única manera en que mujeres y hombres pueden obtener placer (F)
- 8.Los hombres también tienen dudas e inquietudes sobre el sexo (V)

Módulo III. Educación Sexual.

FORMATO ÚNICO PARA PARTICIPANTES

Nombre: _____

Grupo: ____ Sexo: H/M

Indicaciones:

A continuación, se leerán 8 oraciones sobre sexualidad.

Deberás colocar en el recuadro con el número que corresponda al enunciado, una estampa de color verde si crees que es "Verdadero" o una estampa de color rojo si crees que es "Falso".

Al finalizar entrega tu hoja de respuestas al equipo de facilitación.

1	2
3	4
5	6
7	8

Módulo IV.

Autocuidado, redes de apoyo y salud mental.

IIISTRUCCIONES PARA EQUIPO DE FACILITACIÓN (PRE TEST)

Cuando cada participante tenga el formato para llenar, se les leerá en voz alta cada una de las siguientes frases, dando espacio para que las contesten asignando el número de estrellas que refleje su respuesta en función del siguiente criterio:

1 estrella: Poco o nada

2 estrellas: Algunas veces o más o menos

3 estrellas: La mayoría de veces o siempre

Frases para leer:

- 1.- Durante el último año he tenido a quien acudir cuando algo malo me sucede
- 2.- Durante el último año, he sabido qué hacer cuando me siento triste, confundido o enojado
- 3.- Durante el último año, he sentido que mi voz y mi opinión han sido tomadas en cuenta
- 4.- Durante el último año, he podido cuidar de mí y de otra persona
- 5.- Durante el último año, otra u otras personas han cuidado de mí.

Tiempo de aplicación del instrumento: 10 minutos

Módulo IV.

Autocuidado, redes de apoyo y salud mental.

IIINSTRUCCIONES PARA EQUIPO DE FACILITACIÓN (POST TEST)

Cuando cada participante tenga el formato para llenar, se les leerá en voz alta cada una de las siguientes frases, dando espacio para que las contesten asignando el número de estrellas que refleje su respuesta en función del siguiente criterio:

1 estrella: Poco o nada

2 estrellas: Algunas veces o más o menos

3 estrellas: La mayoría de veces o siempre

Frases para leer:

- 1.- Actualmente, puedo identificar personas a quienes acudir si algo malo me sucede.
- 2.- Actualmente, sé qué puedo hacer si me siento triste, confundido o enojado.
- 3.- Actualmente, identifico situaciones, lugares o personas en donde mi voz y mi opinión sean tomadas en cuenta.
- 4.- Actualmente, puedo identificar acciones para cuidar cuidar de mí y de otra persona.
- 5.- Actualmente, puedo identificar acciones que otras personas han hecho para cuidar de mí.

Tiempo de aplicación del instrumento: 10 minutos

Módulo IV.

Autocuidado, redes de apoyo y salud mental.

FORMATO ÚNICO PARA PARTICIPANTES

Nombre: _____

Grupo: ____ Sexo: H/M

Indicaciones:

A continuación, se te leerán 5 frases.

Responde a cada una de ellas asignando el número de estrellas que corresponda a lo que sientes.

1 estrella: Poco o nada



2 estrellas: Algunas veces o más o menos



3 estrellas: La mayoría de veces o siempre



1	
2	
3	
4	
5	

Módulo transversal. Habilidades para la vida.

IIINSTRUCCIONES PARA EQUIPO DE FACILITACIÓN

En el salón se colocan 2 carteles en contraposición. Uno debe decir "De Acuerdo" y otro "En Desacuerdo".

Se pedirá a las y los participantes ponerse de pie y colocarse al centro del salón. La indicación consiste en que les leerán un total de 6 enunciados, y a cada uno responderán agrupándose en el cartel que indique si están de acuerdo o no con la frase en cuestión. Conforme se agrupan, el equipo de facilitación registrará el número de hombres y mujeres que están de acuerdo. Al finalizar el registro, el grupo vuelve a la posición inicial.

Total de hombres: _____

Total de mujeres: _____

* H: hombres. M: mujeres.

ENUNCIADO	DE ACUERDO	
	H	M
1- Los hombres deben ser rudos entre ellos para demostrarse aprecio (DES)		
2- Todas las personas necesitan sentirse queridas y aceptadas (D.A)		
3- Para tratar bien a las personas, es necesario que me caigan bien. (DES)		
4- Los hombres son capaces de cuidar de otras personas (D.A)		
5- Si nos sentimos tristes o enojados, es mejor fingir que no pasa nada. (DES)		
6- Reconocer nuestras emociones ayudar a comunicarnos con otras personas. (D.A)		

TAREAS

DESAFIANDO LOS ESTEREOTIPOS

Nombre: _____

Grado: ____ Grupo: ____ Sexo: H/M

 60 minutos aprox.

 lápiz o pluma.

 ¿Recuerdas el cuento "La mitad de Juan"? Es la historia del niño que perdió la mitad de sí mismo -al renunciar a aquello que le decían que "era cosa de niñas"- hasta que el Hada Menta le ayudó a recuperarlas. ¿Alguna vez te has sentido como Juan? Para esta tarea, te pedimos recordar tu experiencia con los estereotipos y roles asignados a hombres y a mujeres y contestar las siguientes preguntas:

1.- ¿Alguna vez te han dicho que no puedes hacer algo, por ser "cosa de niñas" o "cosa de niños"? ¿Quién o quiénes te lo han dicho?

2.- ¿A qué cosas, actividades o gustos has renunciado por tratarse de algo que "no es para ti"?

3.- ¿Cómo fue para ti o cómo te sentiste al renunciar a eso?

Muchas personas hemos pasado por lo mismo y hoy día, sabemos que los pasatiempos, los oficios, las profesiones y lo demás en la vida no se divide en cosas de hombres y de mujeres. Todas las personas tenemos derecho a desarrollar nuestra personalidad de forma libre.

Por lo anterior, queremos que elijas una actividad que normalmente no harías por tratarse de una actividad que no corresponde a tu sexo. Debe ser algo pequeño, que puedas hacer de forma sencilla. Llévala a cabo (de preferencia, en presencia de otras personas) y observa las reacciones de quienes te acompañan. Cuando haya pasado, responde las siguientes preguntas:

1.- ¿Qué actividad elegiste? ¿Por qué la elegiste?

2.- ¿Cómo te fue con la actividad?

3.- ¿Qué pensaste o sentiste mientras la hacías?

4.- ¿Cómo reaccionaron las personas a tu alrededor? ¿Te dijeron algo al respecto?

5.- ¿Qué opinas sobre romper con los estereotipos de género?

AL OTRO LADO DE LA PANTALLA

Nombre: _____

Grado: ____ Grupo: ____ Sexo: H/M

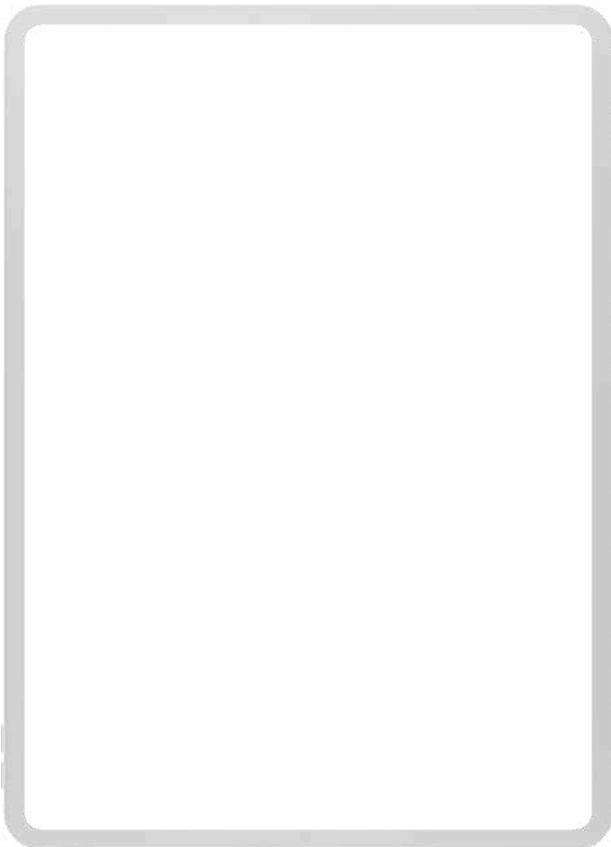
 60 minutos aprox.

 Lápiz o pluma, computadora, teléfono o el dispositivo a través del cual accedas a redes sociales virtuales (facebook, tik tok, instagram, etc)

 Las redes sociales virtuales son parte de nuestra vida. Crecimos con ellas y han evolucionado la forma en que nos informamos y comunicamos. Han traído consigo inmediatez en la comunicación, nuevas formas de transmitir mensajes y generar contenidos y facilidad para conectar con personas sin importar la distancia física. Al mismo tiempo, el contexto cibernético ha favorecido algunos factores de riesgo, incluyendo el llevar la discriminación y la violencia a un espacio que funciona de forma distinta a nuestra vida presencial.

En esta tarea, queremos reflexionar sobre los beneficios y los riesgos que las redes sociales virtuales pueden tener en nuestras vidas. Para ello, te pedimos identificar un momento en el que una red social te haya proporcionado bienestar y seguridad.

Representalo en el cuadro y escribe los detalles necesarios:



Red social: _____

Describe la situación:

¿Qué ayudó a que sintieras bienestar y seguridad en ese momento?

Ahora, identifica un momento o situación en donde hayas identificado malestar y riesgo mientras usabas una red social. Puede ser una experiencia que te haya afectado directamente o algo que hayas presenciado o atestiguado virtualmente. Representalo en el cuadro y escribe los detalles necesarios:



Red social: _____

Describe la situación:

¿Qué contribuyó a que sintieras malestar o riesgo?

¿Identificas tipos de violencia en esta situación? ¿Cuáles?

Preguntas para reflexión:

1. ¿Qué ventajas encuentras tú en usar las redes sociales virtuales?

2. ¿Qué factores de riesgo puedes detectar en su uso?

3. ¿Cómo puedes protegerte de la violencia en el espacio cibernético?

REGALOS PARA TODAS Y PARA TODOS

Nombre: _____

Grado: ____ Grupo: ____ Sexo: H/M

 60 minutos aprox.

 Lápiz o pluma para responder las preguntas y tu creatividad para pensar en los regalos que darás.

 ¿Qué es un regalo? Normalmente, es algo que hace sentir queridas a las personas y que proporciona bienestar. Hay muchos tipos de regalos, como los materiales o simbólicos. ¿Alguna vez te has dado un regalo a ti mismo/a? A veces, darnos un regalo es una forma de tratarnos bien, con cariño y cuidado. Un regalo para uno mismo puede ser algo pequeño, como regalarnos un espacio para escuchar nuestra canción favorita o ver el programa de TV preferido. Tal vez puede ser algo más grande como mi postre favorito o, si es posible, una ida al cine.

Pensando en esto, la tarea de este día consiste en que pienses qué te gustaría regalarte a ti misma/o, sin que esto tenga necesariamente un costo económico, pero que te de bienestar en un día común. Una vez que hayas elegido cuál será tu regalo, te invitamos a hacer lo mismo, pero pensando en una persona especial a la que te gustaría regalar algo pequeño, que al igual que en el caso anterior, no represente un costo económico (puede ser un dibujo, un abrazo, un "te quiero", un dulce, etc.).

Una vez que hayas dado los regalos (la idea es que se lo des antes de tener nuestra siguiente sesión), responde las siguientes preguntas:

1.- ¿Qué decidiste regalarte a ti misma/o?

2.- ¿Por qué elegiste eso?

3.- ¿Cómo te sentiste o cómo fue para ti darte este regalo?

4.- ¿A quién elegiste para regalarle algo?

5.- ¿Por qué elegiste a esa persona?

6.- ¿Qué le regalaste a esa persona?

7.- ¿Por qué elegiste ese regalo?

8.- ¿Cómo crees que se sintió esa persona?

9.- ¿Qué te llevas de esta actividad?

MI CUERPO, MI TERRITORIO

Nombre: _____

Grado: ____ Grupo: ____ Sexo: H/M

 60 minutos aprox.

 Lápiz o pluma, un cuaderno que puedas llevar contigo fácilmente o un dispositivo móvil (por ejemplo, teléfono) en donde puedas tomar notas.

 ¿Alguna vez has prestado atención a lo que hueles, a lo que ves, a lo que escuchas, a lo que sientes y a lo que saboreas a lo largo del día? Los seres humanos somos capaces de percibir mucho de lo que pasa a nuestro alrededor gracias a nuestros sentidos, mismos que nos permiten identificar lo que nos gusta comer, oler, beber o sentir, por ejemplo; o eso que no nos gusta (como la música que nunca nos ha gustado escuchar).

Para esta actividad, te pedimos que durante esta semana, prestes atención a lo que tus 5 sentidos perciben desde que te despiertas hasta que te vas a dormir y puedas registrar percepciones sensoriales que te gusten y que te desagraden. No te preocupes si no puedes registrar absolutamente todo. Queremos que te des la oportunidad de intentarlo y registrar tanto como te sea posible, o bien, lo más característico que recuerdes de tus días.

A continuación, enlista, según el sentido que corresponda, 3 ejemplos de percepciones que te gustaron y ejemplos de percepciones que no te gustaron:



1	
2	
3	



1	
2	
3	



1	
2	
3	



1	
2	
3	



1	
2	
3	



1	
2	
3	



1	
2	
3	



1	
2	
3	



1	
2	
3	



1	
2	
3	

Una vez que hayas concluido tu registro, por favor contesta las siguientes preguntas:

1.- ¿Cómo fue esta tarea para ti? ¿Fue fácil, difícil, interesante, confusa...? ¿Por qué?

2.- ¿Qué sentido te fue más fácil registrar? ¿Por qué crees que haya sido así?

3.- ¿Qué sentido te costó más trabajo registrar? ¿Por qué crees que haya sido así?

4.- ¿Qué aprendiste sobre ti con este ejercicio?

LA RESPONSABILIDAD ES COMPARTIDA

Nombre: _____

Grado: ____ Grupo: ____ Sexo: H/M

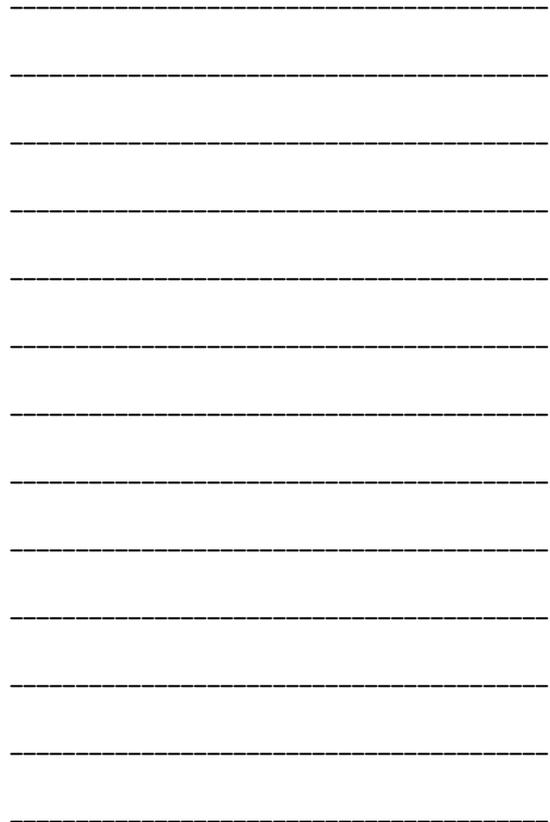
 60 minutos aprox.

 Lápiz o pluma, colores.

 ¿Has estado alguna vez en una relación de pareja? ¿Te has preguntado qué es lo que quieres y esperas de ella? ¿Has pensado por qué es importante hablar de lo que sentimos y poder escuchar lo que siente la otra persona? Poder saber lo que estamos sintiendo y por qué, nos ayuda a situarnos, a reconocer lo que queremos y lo que no, lo que nos lastima y lo que nos sana, nos permite responder ante nuestros actos y hacernos responsables de ellos. Al hablarlo podemos conectar con el otro/a, saber cómo nuestros actos y sentires impactan en los demás y cómo es que los demás impactan en nosotros. Hablar en pareja sobre lo que sienten, piensan, actúan, y hacerse responsable de ello, contribuye a conformar una relación en la cual podemos sentir tranquilidad, seguridad y comprensión.

En un espacio seguro, en donde puedas tomarte el tiempo para reflexionar, responde de la forma más sincera, las siguientes preguntas:

1. ¿Cómo me gustaría que fuera la persona con quien quiero tener una relación? (sexo, edad, valores, gustos, ideas...). Realiza un dibujo de esa persona en el recuadro y en las líneas describe a la persona.



2. ¿Qué tipo de relación me gustaría tener? Descríbela (noviazgo, relación abierta, etc.)

3. ¿En este momento quisieras tener una relación de pareja?

4. ¿Qué significa para ti ser responsable?

5. A partir de lo que respondiste en la pregunta anterior ¿Qué implica ser responsable en una relación de pareja?

6. En la relación de pareja que te gustaría tener -o que ya tienes-: ¿De qué forma puedes ser responsable tanto con tu pareja como con la relación? ¿Qué acciones darían cuenta de esa responsabilidad?

7. ¿Cómo esperas que tu pareja sea responsable con la relación y contigo? ¿Qué acciones de su parte te harían sentir en una relación donde la responsabilidad es compartida?

8. ¿Qué te llevas de este ejercicio?

UNA CARTA PARA MI

Nombre: _____

Grado: ____ Grupo: ____ Sexo: H/M

 60 minutos aprox.

 Papel y pluma.

 ¿Alguna vez has recibido una carta? Si bien, es una de las formas de comunicación que aprendemos en nuestras clases de Español, es un medio que cada vez utilizamos con menos frecuencia, a menos que sea para ofrecer un detalle especial a alguien, como una carta a una amiga, un amigo o alguien a quien queremos mucho. Por ello, en esta ocasión, la tarea consiste en escribir una carta dirigida a ti.

Escribirte es una oportunidad para mirar con ternura el camino que has recorrido hasta ahora, en ocasiones, a pesar de los momentos difíciles que has atravesado. También puede ser un espacio para agradecer(te) aquello que has hecho por ti, hablar de las esperanzas que tienes para ti en el futuro y reconciliarte contigo y con tus emociones.

Una vez que te sientas listo para escribir y te encuentres en un momento y espacio seguro para ti, puedes comenzar. Recuerda que esta carta será únicamente para ti, así que una vez que la termines, léela nuevamente y guárdala en un lugar seguro para que puedas volver a leerla cuando lo necesites.

Al terminar el ejercicio, responde de forma amplia las siguientes 4 preguntas:

1. ¿Cómo fue hacer este ejercicio para ti? ¿Por qué crees que haya sido así?

2. ¿Qué fue lo más importante que pudiste escribirte a ti misma/mismo?

3. ¿Cómo te sentiste al volver a leer la carta?

4. ¿Con qué te gustaría quedarte de esta experiencia?

HÉROES Y HEROÍNAS DE HOY

Nombre: _____

Grado: ____ Grupo: ____ Sexo: H/M

 60 minutos aprox.

 Papel, pluma, lápiz, colores o dispositivo móvil para grabar video.

 ¿En qué piensas cuando escuchas la palabra “cuidados”? Tal vez piensas en eso que recibes cuando te enfermas, o en algo que es necesario para evitar riesgos, como mirar hacia los lados antes de cruzar una avenida. En efecto, los cuidados son el conjunto de actividades y el uso de recursos que garantizan que la vida de cada persona esté basada en el acceso a sus derechos. Sin embargo, no sólo las personas necesitamos cuidados. Los animales o las plantas, también los necesitan. Nuestro planeta, por ejemplo, también necesita ser cuidado. Podemos decir que los cuidados sostienen la vida, en tanto todo ser vivo requiere de ellos para poder vivir.

Si bien históricamente las mujeres han realizado la mayor parte de las tareas de cuidados, es necesario -y urgente- que tanto hombres como mujeres tengamos una participación activa e igualitaria en estas tareas, en el hogar y en todos nuestros espacios.

Queremos pedirte que para esta tarea, elijas a dos personas: una mujer y un hombre, que sean cercanos a ti (parte de tu familia, amigos, vecinos, etc.) y en quienes puedas ubicar prácticas de cuidado que tengan para sí mismos/as o para otras personas. Pueden ser prácticas sencillas o elaboradas, según prefieras. Puede ser una persona que presta especial atención a las medidas sanitarias que son necesarias para protegernos; alguien que se asegura de que sus seres queridos se alimenten todos los días; alguien que escuche y apapache cuando las circunstancias lo ameritan. Quizás, mientras pienses en esta tarea, descubras que hay más de una forma de cuidar.

Realiza un reportaje contándonos sobre las personas que elegiste. Puedes guiarte con las siguientes preguntas:

1. ¿Quiénes son estas personas?
2. ¿Qué acciones de cuidado identificas que tienen para consigo mismos?
3. ¿Qué acciones de cuidado tienen con otras personas?
4. ¿Qué efecto tienen en otras personas sus acciones de cuidado?
5. ¿Por qué consideras estas acciones valiosas para ti?

El formato del reportaje es libre. Te sugerimos las siguientes opciones:

- Video (grabado con celular) de máximo 2 min.
- Escrito de máximo 2 hojas
- Evidencia visual (pueden ser dibujos realizados por ti o fotografías) con explicación.

En el momento de dejar la tarea deberá haberse definido si “el reportaje” se compartirá por correo electrónico u otro medio, -en este caso, enviarlo a más tardar un día antes de la siguiente sesión, incluyendo nombre completo, grado y grupo en el cuerpo del correo. También se puede entregar o mostrar de forma física.

NUESTRA PIZCA DE ARENA

Nombre: _____

Grado: ____ Grupo: ____ Sexo: H/M

 60 minutos aprox.

 Papel y pluma.

Atención: esta tarea sólo puede llevarse a cabo una vez que hayan realizado el proyecto por equipos que presentarán en la sesión final de la Escuela de Buentrato.

Esta tarea (¡la última!) consiste en una reflexión individual sobre los trabajos que en equipo hayan realizado. Por favor, responde de forma amplia las siguientes preguntas:

1. Eje de trabajo que eligieron en equipo:

- Igualdad de género y/o eliminación de violencia contra las mujeres y las niñas.
- Promoción de masculinidades alternativas basadas en el respeto, la equidad y la no-violencia.
- Bienestar emocional, autocuidado y cuidado de otras personas.

2. En lo individual, ¿Qué importancia tiene ese eje para ti? ¿Por qué te llama la atención?

3. ¿Qué actividad eligieron hacer en equipo?

4. ¿Cómo fue para ti llevarlo a cabo? (fácil, difícil, arriesgado, interesante, etc...) ¿Por qué?

5. ¿Qué habilidades consideras que pusiste en práctica para poder hacer la actividad?

6. ¿De qué otra forma podrías, o te gustaría contribuir a la causa que representa el eje que eligieron, en un futuro? Dicho en otras palabras, ¿cómo podrías continuar poniendo tu granito de arena? (por ejemplo, a la causa de la igualdad de género, si es que es la que eligieron en tu equipo)

7. ¿Qué aprendizajes te llevas de esta actividad?

BIBLIOGRAFÍA

Aguayo, Francisco; Ibarra Casals, Darío; Píriz, Patricia (2015). Prevención de la violencia sexual con varones. Manual para el trabajo grupal con adolescentes y jóvenes. Montevideo: Centro de Estudios sobre Masculinidades y Género A.C. y Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA). Obtenido de <https://uruguay.unfpa.org/es/publications/prevenci%C3%B3n-de-la-violencia-sexual-con-varones>.

Ahmed, Sarah (2015). La política cultural de las emociones. Ciudad de México: Programa Universitario de Estudios de Género - Universidad Nacional Autónoma de México. Obtenido de https://www.puees.unam.mx/curso2021/materiales/Sesion14/Ahmed2015_LaPoliticaCulturalDeLasEmociones.pdf.

Alfageme, Erika; Cantos, Raquel; Martínez, Marta (2003). De la participación al protagonismo infantil. Propuestas para la acción. Madrid: Plataforma de Organizaciones de Infancia. Obtenido de <https://www.plataformadeinfancia.org/wp-content/uploads/2010/07/de-la-participacion-al-protagonismo-nov-2003.pdf>.

Arfuch, Leonor (2016). El "giro afectivo". Emociones, subjetividad y política. DeSignis (24), 245-254. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/6060/606066848013.pdf>.

Arranz Beltrán, Emilio (2008). Juegos Cooperativos con Paracaídas. Madrid: N/e. Obtenido de https://www.educacionfisicaenprimaria.es/uploads/4/2/1/3/4213158/___juegos_cooperativos_con_paracaidas.pdf.

Basaglia, Franca (1985). Mujer, locura y sociedad. Puebla de Zaragoza: Universidad Autónoma de Puebla.

Bastida Aguilar, Leonardo (S/f). Educación sexual ayer y hoy. El sistema educativo tiene una deuda con las y los menores de edad. Letra S, Versión electrónica. Obtenido de <https://letraese.org.mx/educacion-sexual-ayer-y-hoy/>.

Beristain, Carlos Martín; Cascón, Paco (1986). La alternativa del juego en la educación para la paz y los derechos humanos. Barcelona: Seminario de Educación para la Paz (Asociación pro Derechos Humanos).

Bonino Méndez, Luis (2004). Masculinidad, salud y sistema sanitario. En Ruiz-Jarabo Quemada, Consuelo; Blanco Prieto, Pilar (Dir.), La violencia contra las mujeres. Prevención y detección (págs. 71-80). Madrid: Díaz de Santos.

Brauneis, Masako N. (2019). The Effects of peace education on children's prosocial behavior in an early childhood classroom. Obtenido de Sophia, the St. Catherine University repository: <https://sophia.stkate.edu/maed/342/>.

Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). (2022). Panorama Social de América Latina, 2021. Santiago: Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL) - Organización de las Naciones Unidas. Obtenido de <https://hdl.handle.net/11362/47718>.

Comisión Nacional de Derechos Humanos (CNDH). (2016). Cartilla de derechos sexuales y reproductivos de adolescentes y jóvenes. Ciudad de México: Comisión Nacional de Derechos Humanos (CNDH). Obtenido de <https://www.cndh.org.mx/sites/all/doc/Programas/VIH/Divulgacion/cartillas/Cartilla-Derechos-Sexuales-Adolescentes-Jovenes.pdf>.

Connell, Raewyn; Messerschmidt, James (2021). Masculinidad Hegemónica. Repensando el concepto. Revista del laboratorio Iberoamericano para el estudio sociohistórico de las masculinidades (6), 32-62. doi: <https://doi.org/10.46661/relies.6364>.

Cussiánovich Villarán, Alejandro (2010). Paradigma del protagonismo. Lima: Instituto de Formación de Educadores de Jóvenes, Adolescentes y Niños Trabajadores de América Latina y El Caribe (IFEJANT).

Duarte Quapper, Claudio (2015). El adultocentrismo como paradigma y sistema de dominio. Análisis de la reproducción de imaginarios en la investigación social chilena sobre lo juvenil. Barcelona: Tesis doctoral. Universidad Autónoma de Barcelona. Obtenido de https://ddd.uab.cat/pub/tesis/2016/hdl_10803_377434/cdq1de1.pdf.

Eme Vázquez, Alejandra (2019). Su cuerpo dejarán. Ciudad de México: Enjambre Literario/El Periódico de las Señoras. Obtenido de https://www.academia.edu/39468392/Su_cuerpo_dejara_n_Alejandra_Eme_V%C3%A1zquez.

GENDES. (2012). Amores Chidos. Guía para docentes: sensibilización, prevención y atención básica de la violencia en el noviazgo con las y los jóvenes. Ciudad de México: GENDES. Obtenido de <https://epctd97yr4j.exactdn.com/wp-content/uploads/2022/11/AMORESCHIDOS.pdf>.

González Núñez, Beatriz Susana; López Pérez, René (2024). Cuidados, masculinidades y espacio público: dimensiones por explorar para la sostenibilidad de la vida. Encuentro internacional "cuidados, desarrollo y justicia social: políticas, enfoques, actores y buenas prácticas" (pág. N/d). La Habana: Facultad de Filosofía, Historia y Sociología-Universidad de La Habana. Obtenido de <https://epctd97yr4j.exactdn.com/wp-content/uploads/2024/06/cuidados-masculinidades-y-espacio-publico-jun-2024.pdf>.

Grupo de Información en Reproducción Elegida (GIRE). (6 de septiembre de 2023). Corte despenaliza el aborto a nivel federal. Obtenido de Blog: <https://gire.org.mx/blog/corte-despenaliza-el-aborto-a-nivel-federal/>.

Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). (23 de noviembre de 2023). Estadísticas a propósito del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer. Obtenido de Comunicado de prensa número 706: https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2023/EAP_VCM_23.pdf.

Jiménez Jiménez, William Alejandro (2019). La justicia social como constructo para una política sanitaria mental desde los determinantes sociales de la salud. Tesis Psicológica, 14(1), 66-79. doi: <https://doi.org/10.37511/tesis.v14n1a4>.

Kaufman, Michael (1989). Hombres: placer, poder y cambio. Santo Domingo: Centro de Investigación para la Acción Femenina (Cipaf).

Lagarde, Marcela (1996). Género y feminismo. Desarrollo humano y democracia. Madrid: Horas y Horas.

Lagarde, Marcela (2008). Antropología, feminismo y política: violencia feminicida y derechos humanos de las mujeres. En Bullen, Margaret Louise; Díez Mintegui, María Carmen (Coord.), Retos teóricos y nuevas prácticas (págs. 209-239). San Sebastián: Ankulegi.

Lillo Espinosa, José Luis (2004). Crecimiento y comportamiento en la adolescencia. Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría (90), Versión electrónica. Obtenido de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0211-57352004000200005&lng=es&tlng=es.

Luisi Frinco, Verónica (2018). Sexualidad, género y educación sexual. Extramuros: Revista de la Universidad Metropolitana de Ciencias de la Educación (17), 97-107. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7862367>.

Magistris, Gabriela; Morales, Santiago (2021). Hacia un Paradigma Otro: Niñxs como sujetxs políticxs co-protagonistas de la transformación social. En Morales, Santiago; Magistris, Gabriela (Comp.), Niñez en Movimiento: Del Adultocentrismo a la Emancipación (págs. 23-47). Buenos Aires: Chirimbote / El Colectivo / Ternura Revelde.

ONU Mujeres. (8 de noviembre de 2022). La sociedad del cuidado: horizonte para una recuperación sostenible con igualdad de género. Obtenido de ONU Mujeres. América Latina y El Caribe. Artículos: <https://lac.unwomen.org/es/stories/noticia/2022/11/la-sociedad-del-cuidado-horizonte-para-una-recuperacion-sostenible-con-igualdad-de-genero>.

Organización Mundial de la Salud (OMS). (2018). La salud sexual y su relación con la salud reproductiva: un enfoque operativo. Ginebra: Organización Mundial de la Salud (OMS). Obtenido de <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/274656/9789243512884-spa.pdf>.

Organización Mundial de la Salud (OMS). (17 de junio de 2022). Salud mental: fortalecer nuestra respuesta. Obtenido de Centro de prensa: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>.

Organización Mundial de la Salud (OMS). (N/e). Salud del adolescente. Obtenido de Temas de salud: https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1.

Organización Mundial de la Salud (OMS). (9 de marzo de 2021). La violencia contra la mujer es omnipresente y devastadora: la sufren una de cada tres mujeres. La OMS advierte de que las mujeres jóvenes se encuentran entre las que más riesgo corren. Obtenido de Comunicados de prensa: <https://www.who.int/es/news/item/09-03-2021-devastatingly-pervasive-1-in-3-women-globally-experience-violence>.

Organización Panamericana de la Salud (OPS). (2000). Promoción de la salud sexual. Recomendaciones para la acción. Actas de una Reunión de Consulta convocada por: Organización Panamericana de la Salud (OPS), Organización Mundial de la Salud (OMS), en colaboración con la Asociación Mundial de Sexología (WAS). Antigua: Organización Panamericana de la Salud (OPS). Obtenido de <https://iris.paho.org/handle/10665.2/51672>.

Organización Panamericana de la Salud (OPS). (s/f). Salud sexual y reproductiva. Obtenido de Temas: <https://www.paho.org/es/temas/salud-sexual-reproductiva>.

- Pavez Soto, Iskra (2012). Sociología de la Infancia: las niñas y los niños como actores sociales. *Revista De Sociología* (27), 81-102. doi: <https://doi.org/10.5354/0719-529X.2012.27479>.
- Pinilla Muñoz, David (2017). Masculinidades emergentes en México: Un acercamiento a los grupos de hombres y activistas por la diversidad sexual y contra la violencia de género. Ciudad de México: GENDES, A.C. Obtenido de <https://epctd97yr4j.exactdn.com/wp-content/uploads/2022/11/MasculinidadesEmergentes.pdf>.
- Rea, Daniela; Carrión, Lydiette; Salmerón, Cristina (7 de marzo de 2024). Las huellas de los feminicidios en CDMX. Obtenido de ONU Mujeres - América Latina y el Caribe. Artículos: <https://lac.unwomen.org/es/stories/noticia/2024/03/las-huellas-de-los-femicidios-en-cdmx#:~:text=Cada%20d%C3%ADa%2C%20en%20promedio%20entre,ocurre%20despu%C3%A9s%20de%20una%20noticia>.
- Red por los Derechos de la Infancia en México (REDIM). (20 de febrero de 2024). Feminicidio de niñas y adolescentes en México (a enero de 2024). Obtenido de Blog de datos e incidencia política de REDIM: <https://blog.derechosinfancia.org.mx/2024/02/20/femicidio-de-ninas-y-adolescentes-en-mexico-a-enero-de-2024/>.
- Romero Torrealba, Yonis Eduardo (2016). Habilidades sociales para el desarrollo de una cultura de paz. *Educare*, 20(1), 132-152. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5870564>.
- Sánchez Ugalde, Camila; Ocampo Bernasconi, Ismael Germán; López Pérez, René (s.f.). Reflexiones sobre el poder desde el feminismo [Manuscrito inédito].
- Sanz, Fina (2016). El buentrato como proyecto de vida. Barcelona: Kairós.
- Secretaría de Servicios Parlamentarios de la Secretaría General. (26 de enero de 2024). Sumarios de reformas a la Constitución y leyes federales vigentes. Obtenido de Cámara de Diputados LXV Legislatura. Leyes federales vigentes: <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/sumario.htm>.
- Suárez Barros, Astrid Sofía; Alarcón Vásquez, Yolima; Reyes Ruiz, Lizeth (2018). Proyecto de vida: ¿Proceso, fin o medio en la terapia psicológica y en la intervención psicosocial? *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 37(5), 505-513. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55963207012>.
- Sztajnszrajber, Darío (2021). De preguntas y provocaciones: cruces posibles entre infancia y educación. En Magistris, Gabriela; Morales, Santiago (Comp.), *Educación Hasta la Ternura Siempre: Del Adultocentrismo al Protagonismo de las Niñeces* (págs. 33-47). Buenos Aires: Chirimbote.
- Tena Guerrero, Olivia (2014). Incorporación del trabajo con hombres en la agenda feminista. En Rocha Sánchez, Tania Esmeralda; Lozano Verduzco, Ignacio (Comp.), *Debates y reflexiones en torno a las masculinidades: analizando los caminos hacia la igualdad de género* (págs. 21-40). Ciudad de México: Facultad de Psicología - Universidad Nacional Autónoma de México.
- World Health Organization. Division of Mental Health. (1994). Life skills education for children and adolescents in schools. Pt. 1, Introduction to life skills for psychosocial competence. Pt. 2, Guidelines to facilitate the development and implementation of life skills programmes, 2nd rev. Geneva: World Health Organization. Obtenido de <https://iris.who.int/handle/10665/63552>.

ANEXOS

EL HONOR MASCULINO

Historias de tensión entre jóvenes hombres:

1. Mario y Carlos discutieron en uno de los recreos por un trabajo que debían realizar para la escuela. La discusión fue subiendo de tono hasta que Mario le dijo a Carlos que lo iba a esperar afuera para que solucionaran el problema. Muchos de sus compañeros escucharon la discusión y a la salida de clases...
2. Un grupo de amigos y amigas salieron a bailar. Mientras bailaban, uno de ellos, Francisco, vio que estaban mirando insistentemente a su novia. Francisco se acercó al chico que miraba a su novia y...
3. En un partido de fútbol, Alex estaba a punto de meter un gol, y un jugador del equipo contrario le hizo un foul. Alex, muy adolorido, se paró sin decir nada, mientras sus compañeros de equipo le gritaban que se defendiera. Ante esto, Alex...
4. Dentro del salón de clases, un grupo comenzó a molestar a un compañero por la forma en que se había expresado para contar una historia. Le gritaban: "pareces vieja"... "eres toda una nenita"...De pronto el compañero no aguantó más y.

LA MITAD DE JUAN

La mitad de Juan

Gemma Lineas y África Fanlo. Ed. La Galera



Juan está harto. En casa, todo el mundo le riñe para que no haga nada de lo que hacen las niñas.

- Juan, por qué pintas el árbol de color plata? Así los pintan las niñas...

- Juan, ¿estás llorando? Vamos, sécate las lágrimas, que los niños no lloran.

- Juan, ¿estáis jugando a marineros? Pues tú tienes que ser el capitán.

En el colegio se ríen si hace lo mismo que las niñas.

- Juan es una niña porque ni juega al fútbol.

- ¡Juan! ¿Dónde vas con esa camiseta rosa? ¡Pareces una niña!

Juan está más que harto.

Ha decidido que, para ser un niño, tiene que deshacerse de todo lo que sea de niña. Así que coge una caja de cartón vacía y mete en ella la camiseta rosa, el cuento de princesas que le gusta más que la pelota y el rotulador de color plata. Antes de cerrarla, aún guarda dentro tres lágrimas



que, sin querer, le caen de los ojos.

Después entierra la caja en un rincón del jardín.

- ¡Ahora ya soy un niño!- dice.

Y juega al fútbol, y pega puñetazos cuando se enfada, y se ríe de las niñas porque llevan bambas blancas y rosas, y cuando tiene ganas de llorar, se aguanta. Lo pasa muy mal y se aburre mucho, pero ahora ya es un niño.

Eso es lo que tú te crees, dice el hada Menta.

- Entonces- pregunta Juan-, si no soy un niño, ¿qué soy? ¿Un gusano? ¿Un cocodrilo?

El hada Menta se parte de risa.

- Frío, frío- le dice-. Seguro que no lo adivinas.

- ¿Una patata? ¿Un buñuelo?

El hada Menta dice que no.

Juan está preocupado. Él quería ser un niño. Ha hecho todo lo necesario y ahora resulta que no lo es.

El hada Menta no ha aparecido para dar la lata a Juan, sino

para ayudarlo.

- Acompáñame- le dice.

Y juntos van hasta el espejo del baño. Como queda muy alto, el hada Menta acerca un taburete para que Juan se suba. Juan lo hace y se mira en el espejo.

- ¿Qué ves?- pregunta el hada Menta.

Juan se ha quedado tan parado que casi no puede hablar. Ve...

- Sólo veo medio Juan.

¡Y sí! En el espejo sólo hay un ojo y una oreja y un agujero de la nariz y la mitad del pelo y un trozo de la cara y la mano derecha y la pierna derecha...

- Sólo eres la mitad de Juan- dice el hada.

De la sorpresa, Juan está a punto de perder el equilibrio.

-¡Ea! Baja o te caerás.

Desde el suelo, Juan mira al hada sin entenderla.

- ¿Es que no te dabas cuenta?

Juan mueve la cabeza de un lado a otro para decir que no.

- A ver- dice el hada Menta- ¿Cómo te lo has pasados estos últimos días: bien o mal?

- Mal- dice Juan.

- ¿Has estado contento o triste?

- Triste.

- Quizá te falta algo...

- ¿Qué?- pregunta Juan.



- Piensa- dice el hada Menta.

Juan se rasca la nariz porque así puede pensar mejor. Y de golpe se le ocurre.

- ¡Ya lo sé! Me faltan las cosas que enterré en la caja de cartón.

-¡Exacto!- grita el hada Menta.

Juan y el hada Menta corren al jardín a desenterrar la caja. Juan saca la camiseta rosa y se la pone. Coge el rotulador de plata y se dibuja una pulsera en la muñeca. Y se coloca el cuento bajo el brazo porque quiere irse a la cama a mirarlo enseguida.

Y con mucho cuidado, recoge las tres lágrimas y se las guarda para cuando tenga ganas de llorar.

Y ahora Juan se siente tan contento como en el día de Reyes.

- ¿Sabes por qué te sientes feliz, Juan?

Porque ahora ya no eres medio niño, sino un niño entero.

Juan se toca la oreja y el ojo. Sí, está todo en su sitio.

-Claro, hombre. No hagas caso a nadie que te diga que te saques de encima todo lo que es de niña.

- Pero, entonces, ¿seré una niña?

- ¡No! Serás un niño entero.

- ¿Aunque haga cosas de niña?

El hada Menta ríe mientras da vueltas muy veloz y se aleja.

Mientras la sigue con la mirada, Juan piensa que Menta parece una bengala. El hada Menta frena en seco, guiña el ojo a Juan y le señala a una niña.

- Es Mar. Ahora verás qué hace.

Mar se acerca a un árbol y, de un agujero del tronco, saca un bulto. Lo desenvuelve.

- ¡Jolín!- dice Juan- ¡Bambas con tacos y rodilleras para jugar al fútbol! Pero si es un juego de niños...

- Juan, no hay juegos de niño y juegos de niña. Sólo hay juegos de personas, como jugar a pelota y saltar a la cuerda, y jugar a coches y a cocinitas, y subirse a árboles y hacer dormir a los muñecos...

- ¿Vale todo si eres persona?

- Vale todo lo que te gusta.

Y sólo tú sabes lo que te gusta; los demás no tienen que decírtelo.

Entonces Juan oye un silbido. Es Mar.- ¡Eh! ¿Quieres jugar conmigo al fútbol?- le pregunta ella.

Juan se va corriendo a jugar un partido con Mar, vestido con su camiseta rosa y la pulsera de plata pintada en la



muñeca.

FIN

CÓMO SE VE LA VIOLENCIA

Tipos de violencia:

Violencia Psicológica

Es cualquier acto u omisión que dañe la estabilidad psicológica, que puede consistir en: abandono, descuido reiterado, celos enfermizos, insultos, humillaciones, devaluación, marginación, indiferencia, infidelidad, comparaciones destructivas, rechazo, restricción a la autodeterminación y amenazas, las cuales conllevan a la víctima a la depresión, al aislamiento, a la devaluación de su autoestima e incluso al suicidio.

Violencia Física

Es cualquier acto que inflige daño no accidental, usando la fuerza física o algún tipo de arma u objeto que pueda provocar o no lesiones ya sean internas, externas, o ambas.

Violencia Patrimonial

Es cualquier acto u omisión que afecta la supervivencia de la víctima. Se manifiesta en: la transformación, robo, destrucción, retención o distracción de objetos, documentos personales, bienes y valores, derechos patrimoniales o recursos económicos destinados a satisfacer sus necesidades y puede abarcar los daños a los bienes comunes o propios de la víctima.

Violencia Sexual

Es cualquier acto que degrada o daña el cuerpo y/o la sexualidad de la Víctima y que por tanto atenta contra su libertad, dignidad e integridad física. Es una expresión de abuso de poder que implica la supremacía masculina sobre la mujer, al concebirla como objeto.

Violencia Económica

Es toda acción u omisión del Agresor que afecta la supervivencia económica de la víctima. Se manifiesta a través de limitaciones encaminadas a controlar el ingreso de sus percepciones económicas, así como la percepción de un salario menor por igual trabajo dentro de un mismo centro laboral.

Modalidades de violencia:

Cibernética

Toda acción dolosa realizada mediante el uso de tecnologías de la información y la comunicación, por la que se exponga, distribuya, difunda, exhiba, transmita, comercialice, oferte, intercambie o comparta imágenes, audios o videos reales o simulados de contenido íntimo sexual de una persona sin su consentimiento, sin su aprobación o sin su autorización y que le cause daño psicológico, emocional, en cualquier ámbito de su vida privada o en su imagen propia.

Familiar y de pareja

Es el acto abusivo de poder u omisión intencional, dirigido a dominar, someter, controlar, o agredir de manera física, verbal, psicológica, patrimonial, económica y sexual a las mujeres, dentro o fuera del domicilio familiar, cuyo agresor tenga o haya tenido relación de parentesco por consanguinidad o afinidad, de matrimonio, concubinato o mantengan o hayan mantenido una relación de hecho.

Laboral y docente

Se ejerce por las personas que tienen un vínculo laboral, docente o análogo con la víctima, independientemente de la relación jerárquica, consistente en un acto o una omisión en abuso de poder que daña la autoestima, salud, integridad, libertad y seguridad de la víctima, e impide su desarrollo y atenta contra la igualdad. Puede consistir en un solo evento dañino o en una serie de eventos cuya suma produce el daño. También incluye el acoso o el hostigamiento sexual.

Comunitaria

Son los actos individuales o colectivos que transgreden derechos fundamentales de las mujeres y propician su denigración, discriminación, marginación o exclusión en el ámbito público.

Institucional

Son los actos u omisiones de las y los servidores públicos de cualquier orden de gobierno que discriminen o tengan como fin dilatar, obstaculizar o impedir el goce y ejercicio de los derechos humanos de las mujeres así como su acceso al disfrute de políticas públicas destinadas a prevenir, atender, investigar, sancionar y erradicar los diferentes tipos de violencia.

SOLUCIONES A HISTORIAS COTIDIANAS

Recursos para quienes facilitan

Historias y sus soluciones.

1. Se trata de una pareja joven que decide tener relaciones sexuales por primera vez en la vida de ambos. La pareja conversa acerca de usar condones para protegerse del VIH o de un embarazo, pero ambos acuerdan que si estuvieran enfermos lo sabrían y que durante la primera relación sexual no es posible embarazarse.

Solución: Una idea más realista sobre el riesgo de contraer VIH y embarazo

2. Una joven de 16 años tiene dudas sobre su sexualidad. No tiene ni ha tenido pareja antes; sin embargo, le gustaría por sí misma conocer su cuerpo, experimentar con él y descubrir qué le gusta. Buscando en internet encontró un libro sobre placer femenino, que quiso compartir con sus amigas, pero al hacerlo, todas le dijeron que eso la hacía parecer "fácil" ante los hombres, o alguien que no se respetaba a sí misma.

Solución: Información científica, laica y libre de mandatos de género sobre el ejercicio de la sexualidad

3.- Una joven de 17 años de edad tiene una relación de noviazgo con un hombre de 25, quien le da regalos y algunas veces dinero para ayudarla con sus gastos. Cuando tienen relaciones sexuales, él normalmente usa condones, pero en una ocasión él no dijo no tener. Ella piensa que deberían esperar y tener relaciones en otro momento, pero él promete que no habrá problema sin usar condón. Ella ya recibió dinero de él esta semana, por lo que siente que no puede rehusarse, así que accede a tener relaciones sin protección.

Solución: Mayor igualdad y poder compartido entre el hombre y la mujer.

4. Una joven y un joven, después de ser amigos durante varios años, decidieron comenzar un noviazgo. Al inicio todo salió muy bien; sin embargo, poco a poco el joven se dio cuenta de que cuando eran amigos, la relación era más sencilla. Ahora tenía pensamientos que antes no, como molestarse cuando ella prefería estar con sus amigas que con él, o cuando notaba que ella no quería compartir cosas con él que antes sí. Se sentía confundido y preocupado, pero no quería decírselo a ella. Sin embargo, con el paso del tiempo comenzó a mostrarse celoso y controlador con ella.

Solución: Mejores habilidades para contactar con las emociones y poder expresarlas.

5.- Un niño de 12 años está con su grupo de amigos, quienes hablan sobre qué niñas les gustan. A él no le gusta ninguna y de hecho, nunca se ha sentido atraído por ellas. Hay un actor de una serie de moda que le parece guapo, pero no se atreve a decirlo en voz alta, ni con sus amigos, ni con su familia, ni con él mismo. El sabe que existen personas gays, pero no sabe si él es una de ellas y si eso sería algo malo para él.

Solución: Un lugar seguro en donde compartir preocupaciones y dudas sobre sexualidad.

6.- Una chica de 14 años tiene un novio de 17 desde hace medio año. Cuando su noviazgo comenzó, esto la hizo ganar popularidad entre sus amigas; aunque con el paso de los meses se alejó de ellas para pasar más tiempo con él. De igual forma, ellas, al ver que su novio ocupaba la mayor parte de su atención, decidieron tomar distancia. Su noviazgo va bien y le ha dado ratos felices; sin embargo, ella a veces tiene dudas sobre si le gustaría seguir en la relación y siente que no tiene con quien compartirlas.

Solución: Una red de apoyo a la cual acudir en caso de necesitarlo.

Material para las y los participantes

Historias de parejas.

Instrucción: En equipo lean las historias y decidan cuáles son las soluciones (contenidas en las tarjetas) que mejor aplican para cada caso.

1. Se trata de una pareja joven que decide tener relaciones sexuales por primera vez en la vida de ambos. La pareja conversa acerca de usar condones para protegerse del VIH o de un embarazo, pero ambos acuerdan que si estuvieran enfermos lo sabrían y que durante la primera relación sexual no es posible embarazarse.

2. Una joven de 16 años tiene dudas sobre su sexualidad. No tiene ni ha tenido pareja antes; sin embargo, le gustaría por sí misma conocer su cuerpo, experimentar con él y descubrir qué le gusta. Buscando en internet encontró un libro sobre placer femenino, que quiso compartir con sus amigas, pero al hacerlo, todas le dijeron que eso la hacía parecer "fácil" ante los hombres, o alguien que no se respetaba a sí misma.

3.- Una joven de 17 años de edad tiene una relación de noviazgo con un hombre de 25, quien le da regalos y algunas veces dinero para ayudarla con sus gastos. Cuando tienen relaciones sexuales, él normalmente usa condones, pero en una ocasión él no dijo no tener. Ella piensa que deberían esperar y tener relaciones en otro momento, pero él promete que no habrá problema sin usar condón. Ella ya recibió dinero de él esta semana, por lo que siente que no puede rehusarse, así que accede a tener relaciones sin protección.

4. Una joven y un joven, después de ser amigos durante varios años, decidieron comenzar un noviazgo. Al inicio todo salió muy bien; sin embargo, poco a poco el joven se dio cuenta de que cuando eran amigos, la relación era más sencilla. Ahora tenía pensamientos que antes no, como molestarse cuando ella prefería estar con sus amigas que con él, o cuando notaba que ella no quería compartir cosas con él que antes sí. Se sentía confundido y preocupado, pero no quería decírselo a ella. Sin embargo, con el paso del tiempo comenzó a mostrarse celoso y controlador con ella.

5.- Un niño de 12 años está con su grupo de amigos, quienes hablan sobre qué niñas les gustan. A él no le gusta ninguna y de hecho, nunca se ha sentido atraído por ellas. Hay un actor de una serie de moda que le parece guapo, pero no se atreve a decirlo en voz alta, ni con sus amigos, ni con su familia, ni con él mismo. Él sabe que existen personas gays, pero no sabe si él es una de ellas y si eso sería algo malo para él.

6.- Una chica de 14 años tiene un novio de 17 desde hace medio año. Cuando su noviazgo comenzó, esto la hizo ganar popularidad entre sus amigas; aunque con el paso de los meses se alejó de ellas para pasar más tiempo con él. De igual forma, ellas, al ver que su novio ocupaba la mayor parte de su atención, decidieron tomar distancia. Su noviazgo va bien y le ha dado ratos felices; sin embargo, ella a veces tiene dudas sobre si le gustaría seguir en la relación y siente que no tiene con quien compartirlas.

Tarjetas de soluciones:

**Mayor igualdad y poder compartido
entre el hombre y la mujer**

**Mejores habilidades para contactar con las
emociones y poder expresarlas**

**Información científica, laica y libre de mandatos de
género sobre el ejercicio de la sexualidad**

**Información científica, laica y libre de mandatos de
género sobre el ejercicio de la sexualidad**

**Un lugar seguro en donde compartir
preocupaciones y dudas sobre sexualidad**

**Una red de apoyo a la cual
acudir en caso de necesitarlo**

**Una idea más realista sobre el riesgo de
contraer una ITS o un embarazo no deseado**

JUEGOS COOPERATIVOS EN PARACAÍDAS

Ejercicios para conocer el paracaídas. (5 min)

1.- Fábrica de viento: agitar el paracaídas fuerte hasta generar viento y para familiarizarse con él. Se puede incluso saltar mientras se sujeta para generar más corriente.

2.- Tierra, agua, aire: Agarramos por los bordes y estiramos la tela al completo. Hacemos un corro muy grande. Podemos agitar la tela del paracaídas a ras de suelo cuando decimos TIERRA. Agitamos el paracaídas a la altura de la cintura cuando se dice la palabra AGUA. Removemos la tela a la altura de los hombros cada vez que se dice AIRE. Y lo repetimos varias veces.

3.- Vamos de excursión: Todas las niñas y niños agarran la tela con la mano derecha fuera. Giramos en sentido contrario a las manillas del reloj. Ahora hacia el otro lado.

Ejercicios de cooperación. PT 1(5 min)

1.- Paraguas gigante: Cuando el paracaídas está estirado en el suelo, pide a todas que se repartan alrededor y lo agarren. A una señal se ponen de pie elevando sus brazos lo más alto posible y dejando que el paracaídas se llene de aire por dentro. Parecerá un paraguas gigante, pero no siempre se consigue a la primera. Hace falta cooperar y eso se tiene que aprender. Deja luego que el paracaídas vaya cayendo por su propio peso hasta que esté plano en el suelo otra vez y se pueda repetir el juego de nuevo.

2.- Burbuja: Todos elevan el paracaídas a la vez con fuerza desde el suelo. Cuando está arriba todos vamos hacia el centro sin soltarle.

Ejercicios de conocimiento (5 min)

1.- Equilibrio: Nos ponemos entorno a la tela. La sujetamos a la altura de la cintura. Agarramos fuerte con las dos manos. Ponemos los pies juntos un poco hacia delante y los hombros algo hacia atrás. Sentimos el equilibrio colectivo. Lo repetimos, pero en esta ocasión cada niño y niña cruza sus brazos y sujeta la tela con los brazos cruzados. A partir de la postura inicial, pasamos los pies ligeramente hacia atrás. Elevamos un pie hacia atrás lo más alto posible mientras hacemos fuerza hacia atrás. Nos damos la vuelta. Todas miramos hacia fuera. Echamos los pies algo hacia el interior y los hombros hacia el exterior. Sentimos el equilibrio colectivo.

2.- Intercambio: Con el paracaídas elevado a la altura de la cintura, alguien dice una característica (los que tengan algo rojo, los que lleven gafas, los que...). Acto seguido, todos elevan el paracaídas por encima de sus cabezas y quienes cubren la característica nombrada cambian de lugar rápidamente por debajo del paracaídas.

Ejercicios de cooperación. PT 2 (8 min)

1.- Botar el balón: Estamos de pie sujetas a la tela estirada. Ponemos un balón encima y agitamos la tela para que se mueva, se eleve a lo alto sin colarse por el agujero del centro o sin caerse.

2.- El pueblo dice: Nos agarramos al paracaídas sujetándolo a la altura de la cintura. Un niño o niña indica lo que vamos haciendo: "El pueblo dice que levantamos los brazos". "El pueblo dice que los bajamos". "El pueblo dice que levantamos un pie". "Lo bajamos". "Saltamos sobre un pie" Si la frase no va precedida de "El pueblo dice", no se hace lo indicado.

3.- Bajarse en marcha: Agarramos con la mano izquierda todas del paracaídas estirando hacia a fuera. Nos numeramos consecutivamente del uno al tres. Imitamos el movimiento de una rueda como en el juego de la excursión y le hacemos girar no muy deprisa. Cuando la monitora diga: Dos, los doses se sueltan y se quedan sitios en el lugar en que están en ese momento volviendo a engancharse a la tela en el momento en que pasen sus compañeros agarrando en el mismo lugar y siguiendo el ejercicio. Haremos lo mismo con los otros números.

4.- La carpa: Se eleva la tela por encima de la cabeza , por detrás de la espalda, detrás de las rodillas . . . Siempre estirando hacia atrás. Por fin nos sentamos pillando su borde por el interior. Todas quedamos dentro de la carpa y podemos hacer muchas cosas en su interior: contar chistes, contar historias, cambiarnos de sitio, asomarnos por la ventana, cantar, pasarnos una pelota. Se puede utilizar para sondear cómo está el grupo y dar por concluida la actividad.

EJERCICIOS DE COOPERACIÓN PT. 3

1. Niebla en lo alto: Todos elevan el paracaídas y a la de tres se suelta hacia arriba. Habremos de intentar que se eleve suelto en vertical. Este ejercicio exige mucha atención y concentración. Todas deben moverse con perfecta sincronía. Es más fácil si no hay viento o estamos en el interior de un gimnasio. Probablemente no salga bien la primera vez.

2.- Acrobacia con el paracaídas: Estirando todos a la vez, van bajando hasta sentarse en el suelo sin tocarle con las manos. Se repite igual para levantarse. Queda bien hacerlo a cámara lenta.

3.- Esculturas: Nos agarramos todas las personas alrededor de la tela y nos numeramos alternativamente del uno al cuatro. Realizamos el ejercicio colchoneta de aire y cuando la tela está en lo alto, entran al interior todas las personas que tienen el número cuatro. En sucesivas ocasiones se entrarán quienes tienen los números tres, dos, uno. Mientras contamos desde fuera del 10 al uno (10, 9, 8, ...), al llegar al cero elevamos la tela y las personas que pasaron km al interior aparecerán formando una escultura colectiva.

4.- Vela en lo alto: Solamente se puede realizar en un parque amplio o en el patio de un colegio. Es un juego más fácil de realizar si hay personas adultas y niñas. Las personas más altas sujetan la vela por la parte superior. Las personas más bajas la sujetan por la parte inferior. Así que todas sujetamos al paracaídas estando en una misma fila recta. Queda encogido y vamos a caminar cada vez más de prisa en contra de la dirección del viento mientras las personas altas elevan sus brazos lo máximo posible. El aire irá entrando entre la tela que se irá inflando.

LA HISTORIA DE KEVIN Y DANIELA

Parte 1

Kevin es un joven de 16 años que vive en la Ciudad de México. Como muchos jóvenes, Kevin estudia, le gusta salir con sus amigos, mirar a las mujeres e ir a bailar. En un baile conoció a Daniela, una joven de 15 años de Cuernavaca que estaba en Ciudad de México de vacaciones. A Kevin le gustó Daniela inmediatamente porque era distinta a las mujeres que había conocido. Ella era interesante, atractiva y sensual. Salieron los días siguientes y Kevin estaba loco por ella, Daniela le provocaba sensaciones que nunca había sentido y solo pensaba en ella. Kevin sintió que había encontrado el amor de su vida.

Preguntas:

- ¿Qué siente un joven cuando está enamorado?
- ¿Qué espera él que pase cuando se vean las próximas veces?
- ¿Creen que Daniela siente y espera lo mismo de Kevin?
- ¿Cómo creen que sigue esta historia?

Parte 2

Kevin y Daniela se veían casi todos los días y cuando no estaban juntos se llamaban por teléfono. Un día, la mamá de Kevin, con quien él vivía, tuvo que ir a cuidar a una tía enferma a Naucalpan. Kevin pensó que era la oportunidad para invitar a Daniela a su casa. ¡En una de esas pasa algo!, pensó para sí. Daniela llegó más linda que nunca. Conversaron un rato, comenzaron a besarse, y las caricias fueron cada vez más apasionadas..

Preguntas:

- ¿Quién tiene que pensar en la anticoncepción? ¿Daniela o Kevin?
- ¿Y en la prevención del SIDA o de infecciones de transmisión sexual?
- ¿Ustedes creen que se protegieron? ¿Por qué?
- ¿Cómo creen que sigue la historia?

Parte 3

Daniela y Kevin hicieron el amor. Fue muy placentero para ambos y no usaron ninguna protección. Cuando Daniela iba de vuelta a donde estaba alojada, pensó que en unos días más tendría que volver a Cuernavaca y que echaría mucho de menos a Kevin. A su vez, Kevin también quedó muy triste. Nunca en su vida había sentido una pasión tan fuerte. La despedida fue triste, pero prometieron escribirse todos los días y llamarse una vez a la semana.

Dos meses después, Daniela llamó a Kevin diciéndole que estaba embarazada y que no sabía qué hacer...

Preguntas:

- ¿Por qué creen que ellos tuvieron sexo sin usar condón, o algún método anticonceptivo?
- ¿Qué habrá sentido Kevin al saber que Daniela estaba embarazada?
- ¿Qué puede pensar o sentir un varón adolescente cuando sabe que su novia está embarazada?
- ¿Qué opciones tienen?

MI RUTA DE CUIDADO EN LA SEXUALIDAD

MI RUTA DE CUIDADO EN LA SEXUALIDAD



Resulta riesgoso y poco o nada confiable
Ofrece ciertas ventajas, pero no sé qué tan seguro y confiable es
Me hace sentir seguro y me da confianza



Hospitales,
clínicas y centros
de salud pública:

Clínicas
especializadas:



en sexualidad y derechos reproductivos:



Recursos digitales:





Farmacias:





Hoteles, moteles:



Colectivos y
organizaciones
sociales
especializadas

Condonerías y
sex shops:



¿QUÉ HACE FALTA?

Historias para leer en los grupos:

A continuación, aparecen diferentes historias y la respuesta correspondiente. A los equipos sólo deberán entregárseles las historias que trabajarán para que en forma colectiva decidan qué aspecto está faltando en la relación (las tarjetas correspondientes aparecen más adelante).

1. Un joven y una joven se encuentran solos en casa de él. Llevan tiempo saliendo y han hablado antes de tener relaciones sexuales como algo que ambos han expresado querer hacer cuando se dé la ocasión. En un momento, él piensa que debería tomar la iniciativa, se aproxima a ella y le dice que ese es el mejor momento para hacerlo. Tienen relaciones sexuales, pero el joven se queda con la sensación de que le faltó hacer algo.

Qué falta en la historia: Consentimiento.

2. Un joven ha planeado una salida con sus amigos y amigas desde hace tiempo, han acordado que sería el sábado, cuando llega el día todos afirman que asistirán, él confirma también, pero sabe que quisiera quedarse en casa ese día.

Qué falta en la historia: Deseo.

3.- Una joven y un joven han sido pareja a distancia durante la pandemia, no se habían visto en persona, pero llegó el día de encontrarse. Habían hablado sobre besarse, ella expresó que sí quisiera hacerlo, pero después de haber salido unas cuantas veces; acuerdan no hacerlo en esa ocasión. Cuando se encuentran la jala y le da un beso en la boca.

Qué falta en la historia: Consentimiento.

4. Un joven le comparte a su pareja, con quien lleva saliendo poco tiempo, que le empezará a presentar como su pareja ante otras personas. Ambos quieren ser reconocidos como pareja, y aceptan presentarse mutuamente así. Después de un tiempo su pareja le expresa que le habría gustado que lo conversaran y planearan un poco más.

Qué falta en la historia: Acuerdos.

5.- Hoy es el cumpleaños de Sandra, y ella acordó con sus amigas y amigos, tener una fiesta en su casa, hay quienes ya son mayores de edad y consintieron traer un poco de alcohol. Llegada la hora del perreo, el alcohol empieza a fluir por todas las personas, Sandra bebe, aunque siente un poco de estrés y ansiedad por cuidar de la casa, que sabe que descuidará si sigue bebiendo, pero sus amistades insisten, y ella recuerda que es lo que quería cuando estaban planeando la fiesta. Finalmente logra embriagarse por primera vez, pero se siente rara, y no es la cruda...

¿Qué falta en la historia? Deseo.

6.- Él y ella llevan 2 años de noviazgo, empezaron cuando estaban en prepa, y ahora se esfuerzan por continuar mientras asisten a diferentes universidades. Se consideran una pareja moderna y quieren explorar conjuntamente distintas expresiones de relacionarse, y así llegan a hablar sobre "abrir la relación", buscan videos en YouTube y artículos que argumenten a favor y en contra, y deciden que eventualmente es algo que les interesaría probar, aunque saben que tienen que tener una comunicación abierta y honesta. Llega la oportunidad para que él experimente por fuera de su relación, y la aprovecha, pero...

¿Qué falta en la historia? Acuerdos.

Tarjetas para entregar a los equipos:

Deseo

Consentimiento

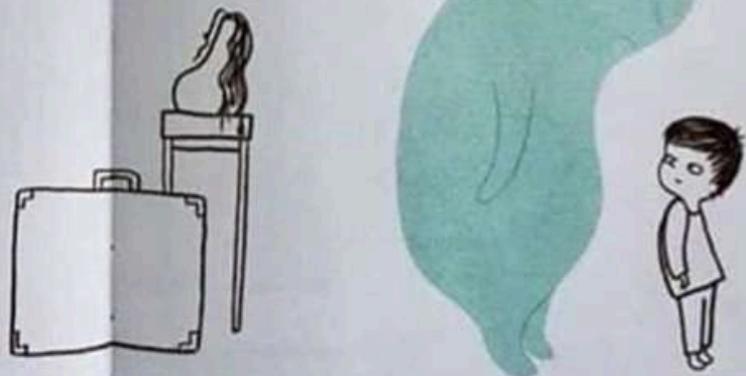
Acuerdos

TRISTEZA: MANUAL DE USUARIO

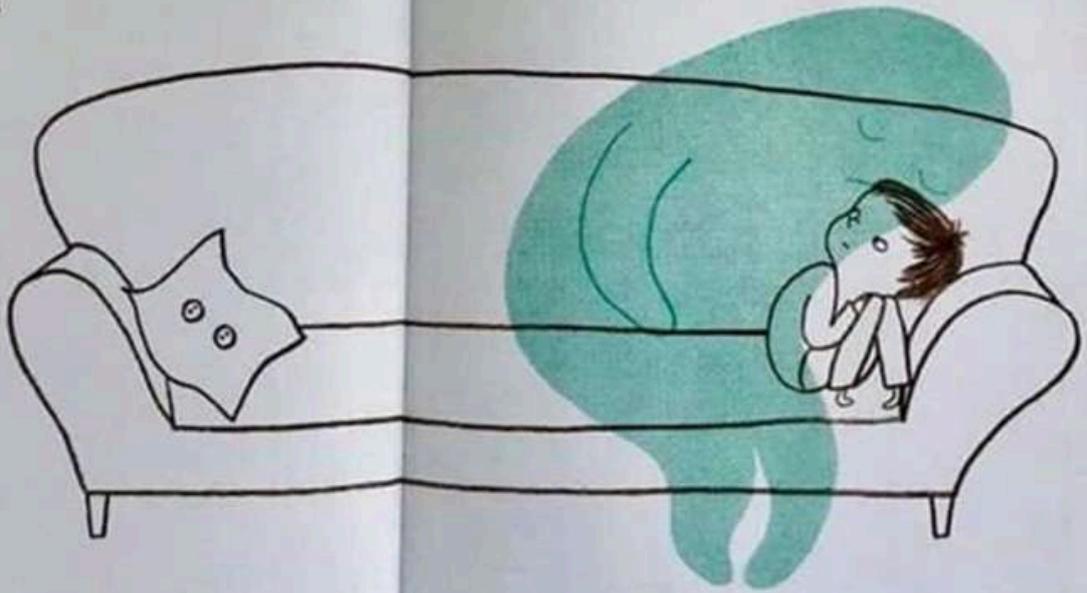
A veces la tristeza
llega inesperadamente.



Te sigue dondequiera que vayas...



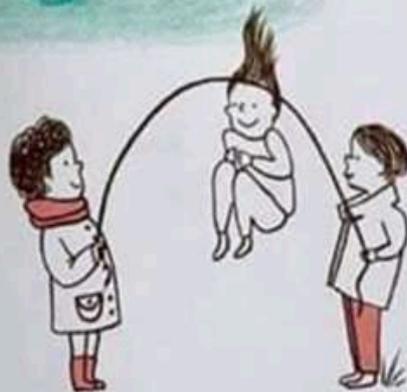
Y se sienta
tan cerca de ti
que no te deja
respirar.



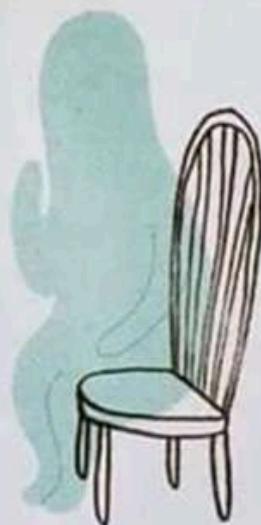
Puedes intentar esconderla.



Pero es como si tú mismo
te hubieses convertido en la tristeza.



Intenta no tener miedo
de la tristeza:
dale un nombre.



Escúchala. Pregúntale de dónde viene
y qué es lo que necesita.



Si no os comprendéis,
sentaos juntos y estad quietos
durante un rato.



Encontrad algo de lo
que ambos podáis
disfrutar, como
dibujar...



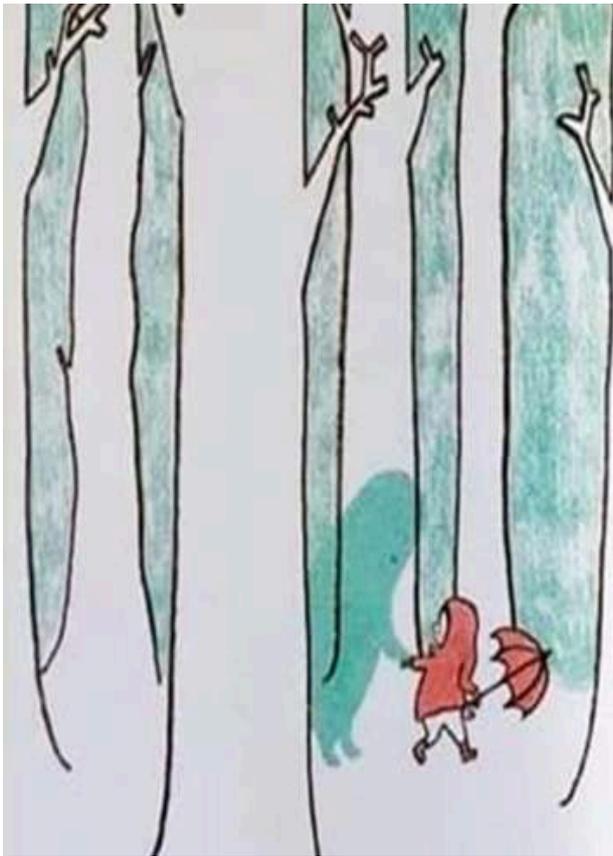
Escuchar música...

O tomar chocolate
caliente.



A la tristeza no le gusta
estar siempre
en el interior.

Trata de dejarla salir.



Dad un paseo
entre los árboles.

Cuanto más largo, mejor.



Quizá lo único que necesita saber
es que es bienvenida.



Y dormir junto
a un amigo.



Comenzará un nuevo día para ambos.

EL FUTURO ES UN LOGRO COLECTIVO

PROYECTO DE VIDA

Nombre: _____

Sexo: M / H Grado: ___ Grupo: ___



¿CÓMO ME VEO EN 3 AÑOS?

ÁMBITO PERSONAL



1. _____
2. _____
3. _____
4. _____



1. _____
2. _____
3. _____



- _____
- _____
- _____

ÁMBITO FAMILIAR



1. _____
2. _____
3. _____
4. _____



1. _____
2. _____
3. _____



- _____
- _____
- _____



ÁMBITO SOCIAL (AMISTADES Y PAREJA)



1. _____
2. _____
3. _____
4. _____



1. _____
2. _____
3. _____



- _____
- _____
- _____

ÁMBITO ACADÉMICO Y LABORAL



1. _____
2. _____
3. _____
4. _____



1. _____
2. _____
3. _____



- _____
- _____
- _____

POR ÚLTIMO...



- _____
- _____
- _____
- _____



EQUIPO GENDES

RICARDO ENRIQUE AYLLÓN GONZÁLEZ
Director General

GABRIEL MORALES HERNÁNDEZ
Coordinador de Desarrollo Institucional

BEATRIZ SUSANA GONZÁLEZ NÚÑEZ
Coordinadora de Posicionamiento Público

TOMÁS ARMANDO LLAMAS ÚGUEZ
Coordinador de Metodología

EDUARDO GONZÁLEZ VÁZQUEZ
Coordinador de Gestión de Recursos

JORGE ZETINA VÉLEZ
Responsable de Capacitación

HUGO BARBOSA SANTAMARIA
Responsable de Atención

MA TERESA GÓMEZ VELARDE
Responsable de Administración

GUILLERMO JIMÉNEZ DURÓN
Responsable de Comunicación Estratégica

RENÉ LÓPEZ PÉREZ
Responsable de Investigación

SAMUEL IVÁN EVARISTO OLIVARES
Analista de Administración

SERGIO ABRAHAM REYES PANTOJA
Implementación de Proyectos

SABRINA AURORA DURÁN GUTIÉRREZ
Implementación de proyectos

CÉSAR CORIA MERCADO
Implementación de proyectos

JUAN ANTONIO ORNELAS VÁZQUEZ
Analista de Atención y Facilitador de Grupos

ARTURO ASCENCIÓN SOSA
Facilitador de Grupos

RUBÉN GUZMÁN LÓPEZ
Facilitador de Grupos

LUIS ANTONIO ISLAS SALINAS
Facilitador de Grupos

SILVINA BALTAZAR CHÁVEZ
Auxiliar de Servicios Generales

CONSEJO CONSULTIVO

MAURICIO ARIZA BARILE
Presidente del Consejo

ANA EUGENIA LÓPEZ RICOY
Consejera

ÁNGELA GUERRERO ALCÁNTARA
Consejera

AXEL RODRIGO BAUTISTA PÉREZ
Consejero

MARTA TORRES FALCÓN
Consejera

PATRICIA CARRILLO COLLARD
Consejera

ESCUELA DE BUENTRATO

ACOMPañAMIENTO PARA LA PREVENCIÓN DE VIOLENCIA BASADA EN EL GÉNERO Y LA PROMOCIÓN DE RELACIONES DE BUENTRATO CON JÓVENES ADOLESCENTES EN MÉXICO.



GENDES
género y desarrollo a.c.