

GUÍA EDUCATIVA CONTRA VIOLENCIA SEXUAL



DESARROLLADO POR:



FINANCIADO POR:



INDICE

1. JUSTIFICACIÓN.....	pág. 02
2. INTRODUCCIÓN.....	pág. 03
3. PROPUESTA DE PREVENCIÓN	pág. 04
👉 Objetivos, destinatarios, metodología.....	pág. 06
👉 Sesión 1.....	pág. 07
👉 Objetivos duración y contenidos	
👉 Desarrollo de la sesión	
👉 Sesión 2.....	pág.21
👉 Objetivos duración y contenidos	
👉 Desarrollo de la sesión	
4. BIBLIOGRAFÍA Y WEBGRAFÍA	pág. 27



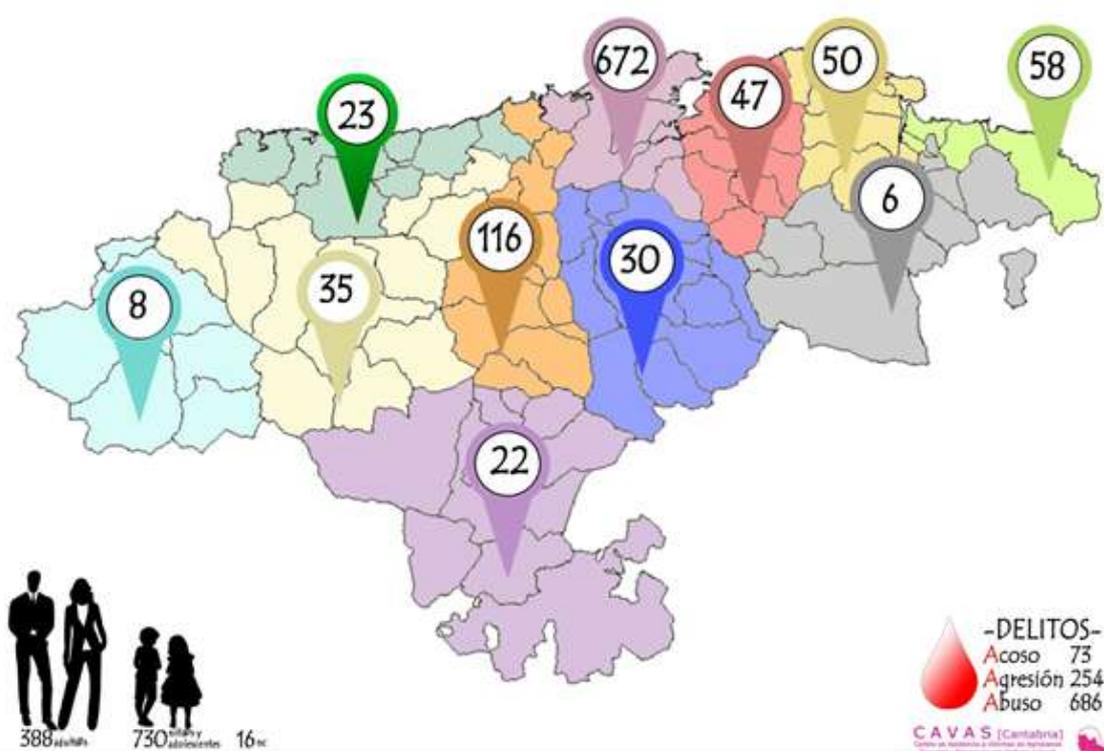
1. JUSTIFICACIÓN

CAVAS Cantabria es una entidad sin ánimo de lucro que actúa en la comunidad de Cantabria desde 1987. Su **finalidad** es la de proporcionar **apoyo terapéutico integral** (atención psicológica, sexológica, psiquiátrica, social), y asistencia jurídica a cualquier persona de cualquier edad **que pueda haber sufrido abuso o agresión sexual en su vida presente o pasada.**

Los servicios proporcionados por CAVAS, son altamente especializados, contando con profesionales formadas específicamente en el tema de la violencia sexual. Aun así, y a pesar del elevado coste, la asistencia a las víctimas de violencia sexual, conseguimos que no tengan que pagarla mediante diferentes subvenciones, convenios y ayudas facilitadas por instituciones públicas, entidades y por personas privadas.

La campaña contra la violencia sexual desarrollada por CAVAS, financiada por la Dirección General de la Mujer (Gobierno de Cantabria) en el marco del Pacto de Estado contra la Violencia de Género (Gobierno de España), en la que se enmarca esta propuesta educativa tiene como objetivo llegar a la población de nuestra comunidad autónoma, principalmente a las y los jóvenes para informar y sensibilizar en relación a la violencia sexual.

En nuestra comunidad autónoma, los datos recabados por CAVAS Cantabria desde el 2004 hasta el 2017, nos permiten tener una fotografía de la casuística de los abusos y agresiones sexuales sufridas en nuestra comunidad y atendidas en nuestro centro de asistencia.



Es importante reparar en que no son todos los casos sufridos en Cantabria, ni todos los casos denunciados en la comunidad, tan sólo los casos que han sido atendidos en la Asociación CAVAS Cantabria en un periodo de 13 años.



2. INTRODUCCIÓN

Prevenir la violencia sexual consiste en promover relaciones interpersonales sanas, basadas en el respeto de uno/a mismo/a y de la otra persona. El respeto tanto de límites como de deseos, por muy diferentes que sean a los propios.

Sería pretencioso esperar compartir disfrute y cariño con todas las personas que nos relacionamos, pues no con todas tenemos el mismo grado de cercanía o intimidad. No todas significan lo mismo ni nos calan igual. Pero sí es cierto que con todas somos igualmente dignas de respeto y seguridad, que son derechos universales independientemente del sexo, la edad, la procedencia o la forma de pensar. *El respeto al derecho ajeno es la paz*, decía Benito Juárez, cuando en 1867 se restauró la república en México, y creemos que no le faltaba razón.

Para respetar es necesario que haya una actitud abierta a ponerse en el lugar de las demás. Y en los encuentros eróticos, si bien no todo el mundo desea encuentros cariñosos y tiernos, sin duda, todo el mundo tiene derecho a tener encuentros acordados y consensuados, en los que se sumen posibilidades y se sientan satisfechas las personas que participen. En la cuestión sexual no cabe la lógica de gano yo a costa de perder tú, o pierdo yo para que ganes... En los encuentros eróticos todas las personas que participan ganan y si no es así, no será un encuentro satisfactorio. Por ello es imprescindible educar en una lógica no competitiva, cuestionar la violencia y no permitir que el individualismo contamine este ámbito de la vida.

Prevenir la violencia sexual consiste también en la aceptación del hecho sexual humano, para ello será imprescindible conocerlo y comprenderlo, entendiendo a cada sujeto sexuado como el resultado particular de las infinitas formas que existen de construirse en base a la biología peculiar de cada quien, la socialización de la persona y la interacción de estas variables. Por ello afirmamos que será necesaria la educación sexual a lo largo de la biografía.

Educar en educación sexual significa celebrar las diferencias también en la forma de sentir y vivir la sexualidad. Es decir:

- dar un marco de referencia a partir del cual poder entenderse y entender a las demás personas
- poder comprender y respetar la diversidad sexual (es decir, todas las formas de ser que tienen los seres sexuados, hombres y mujeres particulares e irrepetibles)
- aprender a valorar la diversidad gracias a la cual nos deseamos, anhelamos y producimos sinergias cuando nos juntamos.

Prevenir la violencia sexual por otro lado supone transmitir valores de convivencia y permitir a cada persona poder conocerse, aceptarse, respetarse, expresarse, encontrarse, compartirse y vivirse de forma positiva a sí misma y en la misma medida hacia los demás (Díaz Crujera, Juárez, Alonso, Fernández Alonso, Mayor, 2018). Prevenir es promover una identidad libre de estereotipos que nos menoscaban, dándonos permiso para poder disfrutar de lo que nos gusta y rechazar lo que no nos gusta y les hace sentir mal a las demás.

Ya que la educación sexual es una asignatura pendiente en nuestro sistema educativo, no podemos despreciar que la información sexual que se está recibiendo en la adolescencia está



vinculada a las familias (muchas de ellas con escasa información específica) y las TRICS (tecnologías de relación, información y comunicación).

Algunos estudios en el contexto europeo señalan cómo las TRICS e internet han modificado la forma de comunicarse y consumir, pudiendo accederse a nuevas experiencias, entre las que se encuentra el acceso a los contenidos pornográficos. En nuestro país, las cifras apuntan a que el 82% de jóvenes de entre 18 y 26 años visitan páginas pornográficas y en el 29% de los casos señalan que el inicio de estas visitas se sitúa entre los 11 y 15 años de edad (Labay Matías, Labay Guerrero y Labay Guerrero, 2011). Son datos alarmantes, más cuando comparamos la sobreprotección a la infancia que ejercen muchas personas adultas sobre este tema todavía tabú, la curiosidad que se tiene desde temprana edad, y el dato que publicaba Granada Hoy¹ este Septiembre «ya hay niños que consumen pornografía a la edad de 8 años, mientras que la práctica se generaliza al llegar a los 14»

Esta situación, en especial el ocultismo por parte de adultas y adultos, deja en situación de desprotección a las y los menores que tienen como única fuente *fiable y segura* aquello que encuentran en internet y preguntan en su entorno de amistades, igualmente desinformadas e/o infoxicadas.

¹https://www.gradahoy.com/granada/Ninos-8-anos-edad-empieza-consumo-pornografia_0_1395160697.html

Revista Pediatría de Atención Primaria• Vol. XIII. N.º 50. Abril/junio 2011, 13, 225-232



3. PROPUESTA DE PREVENCIÓN

Esta guía pretende dotar de herramientas a aquellas profesionales de educación implicadas en la prevención de la violencia sexual, para en el ámbito educativo de educación formal e informal que es atendida la población adolescente, pueda abordar el tema y sensibilizar a la población con la que interviene. No obstante, también podrá emplearse en asociaciones, colectivos o cualquier otro grupo que esté interesado.

Para abordar los objetivos que se persiguen, además de esta guía, se ponen a disposición los vídeos “PILDORAS DE SEXOCONSENTIDO”. Cuatro cápsulas informativas en formato audiovisual de unos tres minutos de duración que buscan captar la atención, conmovir con su mensaje y sensibilizar contra la violencia sexual. Y que además, pueden emplearse como catalizador de ideas y herramienta de reflexión para abordar los diversos contenidos del programa.

Puedes descargarlos en cavascan.org o consultarlos a través de YouTube:

LA FIESTA:



<https://www.youtube.com/watch?v=WTlpizlkcWA>

FALSOS MITOS:



<https://www.youtube.com/watch?v=87zuAbniVNY&t=57s>

INCIENSO:



<https://www.youtube.com/watch?v=Vw7iHAPv4lg>

REDES SOCIALES:



<https://www.youtube.com/watch?v=pzvw0lns3UY&t=53s>



Objetivos Generales de la Guía

- ✓ Visibilizar la problemática de la Violencia Sexual
- ✓ Promover la reflexión y concienciación en materia de Violencia Sexual
- ✓ Presentar los derechos sexuales que todas las personas tenemos
- ✓ Fomentar el pensamiento crítico y la asertividad sexual
- ✓ Promover una actitud activa de rechazo ante la violencia sexual generando un compromiso para su erradicación
- ✓ Favorecer las TRICs como herramienta de prevención contra la Violencia Sexual

Destinado a:

Chicas y chicos a partir de 15 años. Se difundirá especialmente entre el alumnado de 3º y 4º de la educación secundaria obligatoria así como de los ciclos formativos de FP.

Metodología

Se propone para el desarrollo de las sesiones la utilización de una metodología participativa y dialógica.

No se buscan clases magistrales con recetas morales establecidas desde la persona adulta de referencia. Los imperativos y sermones tienen más probabilidad de provocar rebeldía que de fomentar el pensamiento crítico, que es lo que queremos.

A través de una metodología socrática apoyada en preguntas abiertas al grupo, buscamos que surjan sus ideas, valores, reflexiones... Será la forma de conseguir aprendizajes verdaderamente significativos y ahondar en el conocimiento sobre este tema, además de promover el respeto a las diferentes opiniones.

Será necesario el arte de hacer preguntas idóneas que cuestionen las falsas creencias que se planteen en el grupo e intercalarlo con breves exposiciones teóricas que destierren mitos perjudiciales.



Sesión 1

OBJETIVOS:

1. Conocer y comprender la realidad de la violencia sexual.
2. Diferenciar entre una relación sana y una relación tóxica.
3. Reflexionar y adquirir conciencia crítica sobre la cultura de la violación
4. Reconocer lo que es agresión, abuso y acoso, promoviendo una actitud de rechazo a estas situaciones.
5. Aprender a respetar los límites de los demás, sin utilizar coacción ni chantaje
6. Adquirir habilidades comunicativas necesarias para saber cómo actuar en el caso de una agresión sexual, ya sea como víctima o como testigo.
7. Reflexionar sobre la responsabilidad y el cuidado mutuo a la hora de “salir de fiesta” y fomentar la empatía.

DURACIÓN

50 minutos aproximadamente

CONTENIDOS NECESARIOS PARA QUIEN DINAMIZA CON EL GRUPO



¿Qué es la violencia sexual?

«Todo acto sexual, la tentativa de consumar un acto sexual, los comentarios o insinuaciones sexuales no deseados, o las acciones para comercializar o utilizar de cualquier otro modo la sexualidad de una persona mediante coacción por otra persona, independientemente de la relación de ésta con la víctima, en cualquier ámbito, incluidos el hogar y el lugar de trabajo»

La Organización Mundial de la Salud



¿Qué es la coacción?

La coacción es la obligación a hacer algo sin desearlo y puede hacerse de muchas formas:



¿Qué es la agresión sexual?

La agresión sexual es una forma de violencia sexual en la que hay un uso de la **fuerza o de intimidación** hacia la persona. La intimidación es cuando la persona siente miedo, bien porque esa persona tiene un arma, le superan en número o muestran una actitud amenazante, es más común si quien agrede es una persona desconocida.

¿Qué es el abuso sexual?

El abuso sexual es otra forma de violencia sexual en la que quien abusa no utiliza la violencia, sino que abusa de una situación de poder o de confianza sobre la víctima por lo que es más común cuando quien lo hace es una persona cercana.

El poder en las relaciones puede ser inherente a las relaciones mismas, adquiriéndose de forma natural. En este caso, tienen poder aquellas personas con las que mantenemos relaciones afectivas, el amor, el afecto. Los vínculos afectivos nos otorgan y otorgan poder a las personas de forma natural.

También de forma natural el poder se adquiere cuando una persona tiene mayor fuerza física frente a otra.



El poder también puede ser adquirido por el rol de autoridad que socialmente se concede a determinadas personas frente a otras. Es el caso por ejemplo de la policía, los puestos directivos, docentes y otros profesionales educativos, deportivos, sanitario, etc.

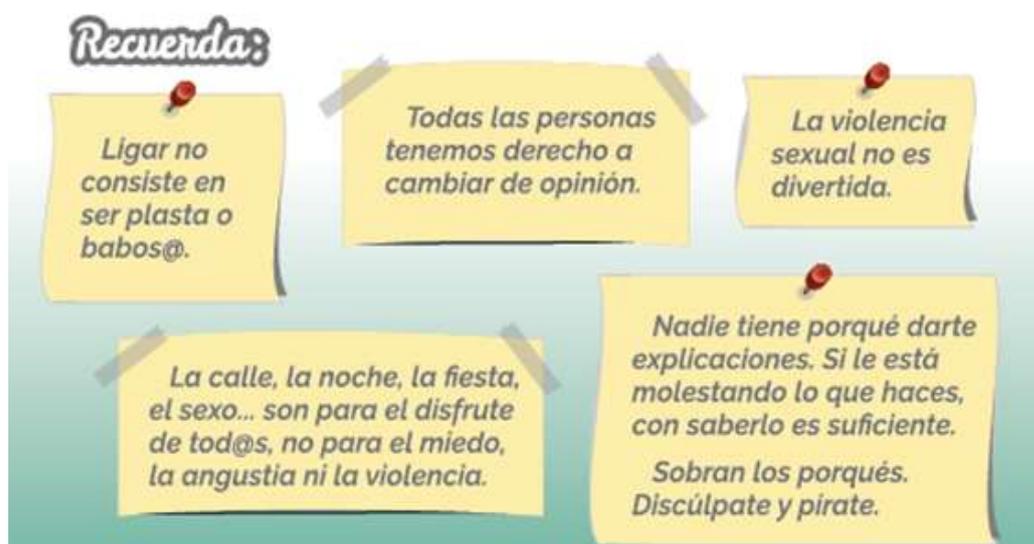
Por último, el poder se adquiere a través de la desigualdad social. La desigualdad genera vulnerabilidad en las personas: ser pobre, tener una discapacidad, pertenecer al colectivo LGTB, etc.

¿Y el acoso sexual?

Consiste en la utilización del poder, superioridad y el control para atentar contra la dignidad de la víctima, intimidarla, humillarla, creando un ambiente hostil e inseguro para conseguir conductas sexuales no deseadas por la persona acosada.

¿Qué es consentir en una relación?

El consentimiento es un acuerdo para participar en un determinado acto o estar expuest@ a una situación determinada. Obtener el consentimiento de otra persona para algo que apetezca no significa que se tenga para otras cosas que puede que no apetezcan. Cada actividad diferente requiere un consentimiento diferente. Presuponer o dar por hecho tiene sus riesgos.



La desigualdad en la relación (que una persona tenga más rango social, contextual o personal que la otra) puede marcar diferencias de poder que se utilicen para su propio interés y/o su ventaja. Ello puede alterar la capacidad de consentir.



Preferimos hablar de **CONSENSO** y no de **CONSENTIMIENTO**, porque el consenso depende de las personas que participen en igual medida, mientras el consentimiento presupone el deseo en una de las partes y el permiso por parte de la otra. Como tanto hombres como mujeres pueden ser deseantes y deseables, y todas las personas tenemos derecho a poner límites y la obligación de respetar los del otro o la otra, preferimos que se hable de **CONSENSUAR** las prácticas y no colaborar esbozando un imaginario donde los roles están repartidos según el género.

TEN EN CUENTA...

- *Que te permitan algo (un beso, una invitación, una caricia, un baile...) no significa que te hayan dado permiso para otra cosa diferente.*
- *Que os hayáis liado más veces, no significa que tenga que volver a suceder.*
- *Que no se defienda o se quede callad@, no significa que le esté apeteciendo.*
- *Que se haya liado con tus colegas, no significa que se tenga que liar contigo.*

- *Si vas vestid@ como si vas desnud@, da igual la ropa que lleves y cómo bailes, eso no da derecho a nada.*
- *Si sufres una agresión, tú nunca tienes la culpa.*
- *Si te has ido con alguien y se pasa de la raya, tú no tienes la culpa.*
- *Si has bebido o te has drogado y se aprovechan, tú no tienes la culpa.*



¡El mejor antídoto contra la violencia sexual son las buenas relaciones!

ALGUNAS CLAVES PARA EL DISFRUTE EN LAS RELACIONES SEXUALES:

✓ Ser tú mism@.

✓ Vivir libremente tu sexualidad, con quien quieras y cuando quieras, siempre que la otra persona quiera.

✓ Ser el hombre o la mujer que quieras ser, y no tratar de cumplir o encajar en las expectativas de l@s dem@s.

✓ Construir relaciones a partir del respeto, el cuidado y la comunicación, aunque sean relaciones de una noche.

✓ Dejar las etiquetas para los frascos. Pasar de las que te pongan y no ponerlas.



ENCENDER TU RADAR PARA CAPTAR LAS SEÑALES DE LA OTRA PERSONA, ¿CÓMO?:

- ✓ ESCUCHA EL LENGUAJE VERBAL Y NO VERBAL DE LA OTRA PERSONA.
- ✓ ESCUCHA SUS LÍMITES Y RESPÉTALOS.
- ✓ RECUERDA QUE HAY SEÑALES CONFUSAS, ANTE LA DUDA ES MEJOR PREGUNTAR.
- ✓ SI VES QUE LA OTRA PERSONA NO ESTÁ PASÁNDOLO BIEN, ES MOMENTO DE PARAR.

ACTIVAR TU BRÚJULA INTERNA, ¿CÓMO?:

- ✓ ESCUCHA QUÉ TE APETECE Y, SI QUIERES, PÍDELO.
- ✓ ESCUCHA QUÉ NO TE APETECE Y DILO.
- ✓ PERMÍTETE CAMBIAR DE OPINIÓN, PUEDE QUE ANTES TE APETECIERA Y AHORA YA NO.
- ✓ CONFÍA EN TU INTUICIÓN, SI TE DA MAL ROLLO ALÉJATE.



DESARROLLO DE LA SESIÓN

★ Actividad 1 LLUVIA DE IDEAS

Duración: 5 minutos aproximadamente

Descripción de la actividad

Se pide a los y las participantes que digan todos aquellos conceptos que estén relacionados con una agresión sexual.

Se escribirá en la pizarra haciendo un listado con todas las ideas que vayan surgiendo.

★ Actividad 2 VISUALIZACIÓN DEL VÍDEO “LA FIESTA”

Duración: 15-20 minutos aproximadamente

Descripción de la actividad

1. Se visualiza la píldora educativa (vídeo) “La fiesta”.
2. Se pide al grupo que señalen todo aquello que han visto en el vídeo que encaje con las ideas que surgieron previamente en la lluvia de ideas.

Se espera que muchas ideas que apunten coincidan con las señaladas previamente. Aquellas ideas que hayan pasado desapercibidas por lo normalizadas que están se subrayarán y se incidirá en ellas lo suficiente para conseguir que incorporen en su imaginario nuevos conceptos y situaciones.

Ideas clave para abordar en esta actividad



Desmontando los Mitos sobre los agresores y las víctimas

✗	✓
<i>Podemos reconocer a una persona que agrede por sus pintas.</i>	<i>No existe un perfil concreto ni de agresores ni de víctimas</i>
<i>Podemos reconocer a una persona que va a ser agredida por su actitud.</i>	<i>La violencia atraviesa todas las clases sociales y a todas las nacionalidades tiene que ver con el machismo y la desigualdad.</i>
<i>Las víctimas son elegidas por su ropa provocativa, por estar borrachas, por ir a casa solas...</i>	<i>El factor común entre los violadores es que abusan de su poder, no respetan los límites de la otra persona y violan sus derechos.</i>
<i>Los hombres no pueden reprimir sus</i>	<i>No podemos elegir lo que deseamos, pero</i>



<p>deseos. Si ha estado bailando, bebiendo o besando al agresor, es normal que acabe en violación.</p> <p>Sólo las mujeres pueden ser víctimas de una violación.</p>	<p><i>sí lo que hacemos.</i></p> <p><i>Cualquier persona puede ser víctima de una agresión sexual. La culpa la tiene siempre quien abusa y/o agrede nunca la víctima.</i></p>
--	---

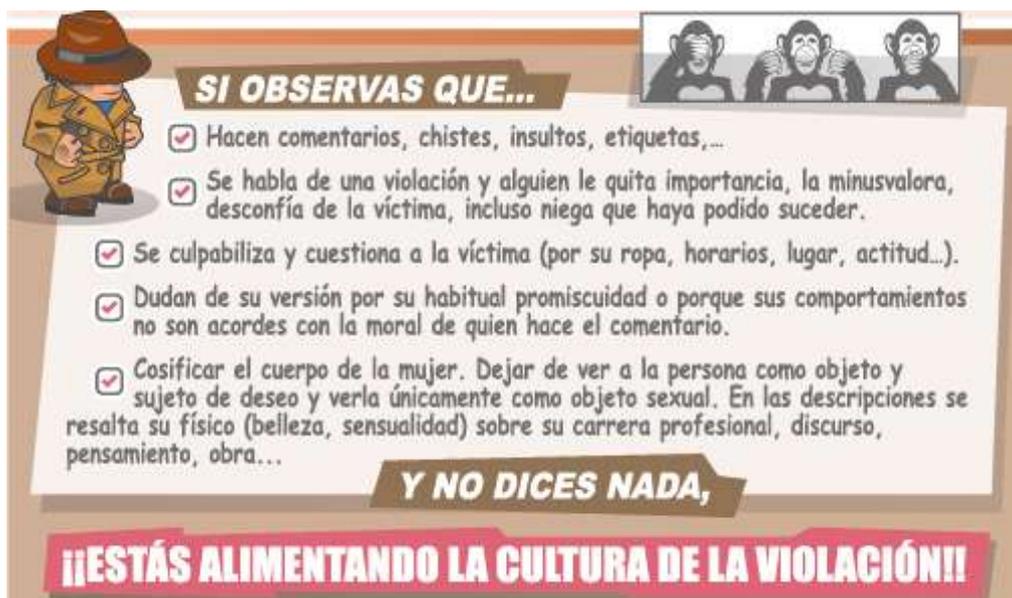


El papel del espectad@r

No actuar cuando se observan estas situaciones nos convierte en cómplices.

Cuestión de ética: Si veo a alguien que comercializa burundanga,

¿Qué puedo hacer? ¿Es lo mismo vender cocaína, porros, burundanga que speed? Recuerda que la burundanga inhibe la voluntad de la persona y su único fin es la coacción (ya sea para robar o violar, anular la voluntad de alguien no es lícito ni ético).



SI OBSERVAS QUE...

- Hacen comentarios, chistes, insultos, etiquetas,...
- Se habla de una violación y alguien le quita importancia, la minusvalora, desconfía de la víctima, incluso niega que haya podido suceder.
- Se culpabiliza y cuestiona a la víctima (por su ropa, horarios, lugar, actitud...).
- Dudan de su versión por su habitual promiscuidad o porque sus comportamientos no son acordes con la moral de quien hace el comentario.
- Cosificar el cuerpo de la mujer. Dejar de ver a la persona como objeto y sujeto de deseo y verla únicamente como objeto sexual. En las descripciones se resalta su físico (belleza, sensualidad) sobre su carrera profesional, discurso, pensamiento, obra...

Y NO DICES NADA,

¡¡ESTÁS ALIMENTANDO LA CULTURA DE LA VIOLACIÓN!!

El papel del espectad@r, al igual que en los casos de bullying, no debe ser pasivo, debe actuar para evitarlo/denunciarlo, bien de forma explícita y directa, bien pidiendo ayuda a través de teléfonos de emergencia.

Si la persona que abusa y/o agrede está en tu círculo de amistades, ¿Qué puedes hacer? ¿Cómo puedes ayudarla y a la vez ayudar a otras personas a las que se les está vulnerando sus derechos?

Buscar entre todos y todas diferentes posibilidades de actuar para prevenir la violencia sexual. Por ejemplo: denunciando si sabes de alguna agresión, juzgando severamente la conducta de



amig@s y/o conocid@s cuando tengan comportamientos machistas o cuando bromeen sobre las agresiones sexuales...

 **La cultura de la violación**

Se nos cuelean muchos pensamientos y comportamientos por tenerlos normalizados. Pasan desapercibidos y no paramos a cuestionarlos por cotidianos. Son la base de una cultura en la que hombres y mujeres asumimos la violencia sexual como un hecho inevitable, así sostenemos los abusos y las agresiones.

Si tus estrategias para follar son la presión, la coacción, la amenaza, la insistencia, el abuso de confianza, la indefensión de la otra persona por estar bajo los efectos del alcohol, otras sustancias o por cualquier otro motivo...
Recuerda: ESO NO ES FOLLAR, ES VIOLAR.

¿TE SUENAN ESTAS FRASES?

- NO TENÍA QUE HABER IDO POR ESA CALLE DE NOCHE...
- SI TE GRITAN DESDE EL COCHE ESO ES PORQUE GUSTAS, AGRADÉCELO.
- ...ES UNA MICROONDAS.
- ES QUE VESTIDA ASÍ, LO VAS PIDIENDO, HIJA.
- NORMAL QUE LE PUSIERA LOS CUERNOS. ELLA LO ESTUVO CALENTANDO, ¿CÓMO NO VA A CAER?
- SSSSH, RELÁJATE, DÉJAME, SI TE VA A GUSTAR...
- ME MANDÓ LA FOTO EN PELOTAS, AHORA QUE SE ATENGA A LAS CONSEQUENCIAS.
- ¿AHORA TE HACES LA ESTRECHA?
- ESA DE AHÍ ES UNA ZORRA.
- MÁNDAME ESA FOTO QUE TE ENVIÓ LA SUELTA ESA.
- NO ME DEJES ASÍ, NO SEAS CALIENTAPOLLAS, ME VAN A DOLER LOS HUEVOS!
- ¿TE FIJASTE EN SU ACTITUD? COMO BAILABA, VENGA PERREAR Y VENGA PALEAR TODA LA NOCHE, LA GUARRILLA DE ELLA.




Los procesos de comunicación en las relaciones

La comunicación verbal, la comunicación no verbal, el respeto a los límites que los demás nos señalan, hay muchas formas de decir NO.



NO SIEMPRE ES FÁCIL DE IDENTIFICAR, PERO SIEMPRE ES IMPRESCINDIBLE

Recuerda que lo importante no son los números (cuánto mide, cuánto pesa, cuánto dura, cuánto orgasma, cuántos centilitros eyacula...) **LO IMPORTANTE ES LA SATISFACCIÓN** de las personas que **DECIDEN** tener un encuentro erótico.

Relaciones sexuales



CLAVES

**RESPETO, ACUERDOS
COMUNICACION**

- ✓ Ante la complejidad y diversidad de los juegos eróticos encontramos tres variables comunes a todos los encuentros satisfactorios: el **respeto**, la **comunicación** y los **acuerdos**.
- ✓ Los acuerdos se van **revisando** y **cambiando** a cada momento, en función de las necesidades, deseos, gustos y apetencias de quienes participan.

SE TRATA DE CONSENSUAR LAS PRÁCTICAS PARA QUE TOD@S PODAMOS DISFRUTAR.

No siempre es fácil: Hay muchas formas de decir que sí y muchas formas de decir que no.

Cómo puede expresarse de forma verbal y no verbal, a veces trae confusiones.

Es importante saber entender y respetar los códigos verbales y los no verbales, más subjetivos y dados a la interpretación.

Las habilidades de comunicación son necesarias.

Si ves que tienes dudas con el mensaje que te está llegando, no presupongas y pregunta.

Si ves que no se está entendiendo tu mensaje, prueba a decirlo de diferentes maneras.

PARA EL ENTENDIMIENTO Y LOS ACUERDOS, UNAS BUENAS HERRAMIENTAS SON LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y LA ASERTIVIDAD. HERRAMIENTAS QUE NOS TOCA ENTRENAR.





La responsabilidad y el apoyo mutuo, el compañerismo, los cuidados

Ej; * No meter mano a alguien por estar borrach@. Tener en cuenta que bajo los efectos del alcohol su voluntad está alterada, así como su consciencia, y no debes aprovecharte de la situación. Asegúrate de que queréis lo mismo en plenas facultades.* Debatir sobre qué hacer si ves que alguien echa droga en la bebida a una chica o si sabes que algún amigo lo hace. *Evitar que recaiga la responsabilidad sobre las chicas (que vigile la copa, a ver con quién se va, que no beba, eso le pasó por ir sola a casa, etc. ya que refuerzan la idea de que es culpa suya)



Proponer un final alternativo

Ej.:*Al igual que los grupos de amig@s se organizan para que un@ no beba y pueda conducir cada fin de semana, proponer crear grupos de cuidados para asegurarse de que nadie se queda sol@ o tirad@ cuando salgan o que nadie se dedica a hacer cosas que puedan dañar, molestar, vulnerar a otra persona.



Actividad 3 VISUALIZACIÓN DEL VÍDEO “FALSOS MITOS”

Duración: 15-20 minutos aproximadamente

Descripción de la actividad

Se visualizará el vídeo “Falsos mitos”. Una vez visualizado se pedirá al grupo

1. Describe lo que has visto
2. Creéis que puede ser habitual esta situación
3. Pensamos en estas situaciones cuando se habla de agresiones sexuales.

Ideas clave para abordar en esta actividad



¿Diferencia entre agresión sexual y abuso?

Ver definiciones en páginas 7-8-9-10-11



Incidir de nuevo en los mitos existentes sobre el perfil de agresores y víctimas



Siempre tiene que haber violencia física y penetración:

Para que se considere que ha existido violencia sexual tiene que haber uso de la fuerza. Esto es falso, porque en muchos casos la víctima no opone resistencia por diversas razones: el pánico la paraliza, teme por su vida, etc. La realidad nos dice que la mayoría de los episodios de violencia sexual no implican el uso de la fuerza. Por eso es necesario entender que la violencia sexual se



puede dar en cualquier situación en la que se mantengan relaciones sexuales en las que no se respete la voluntad de la víctima, sin necesidad de que exista penetración, como los besos, tocamientos o la difusión de fotos o vídeos íntimos.



La mayoría de agresiones sexuales las cometen desconocidos.

Sin embargo, el 80% de las agresiones sexuales se producen en el entorno más cercano a la persona son amigos, familiares, compañeros de trabajo, rollos de una noche, parejas y exparejas. La gran mayoría de las agresiones sexuales tienen lugar en los propios hogares, lugares de trabajo, espacios de ocio o centros educativos y son cometidas por personas conocidas.



Los agresores son gente enferma, con algún problema psicológico o gente de otras culturas.

Las agresiones sexuales se dan en la mayoría de las culturas, no es algo de una cultura. No por ser de una cultura o etnia concreta vas a ser un violador en potencia, este argumento tan habitual forma parte de un **ideario racista y xenófobo**.

También es falsa la idea que patologiza a los agresores sexuales. En muy pocos casos los agresores sexuales tienen algún tipo de trastorno mental.



Las denuncias falsas:

Sigue muy extendido el mito sobre las denuncias falsas, tanto en casos de violencia machista como en las agresiones sexuales. Es habitual que se recurra a supuestos casos de chantaje, amenazas y denuncias como un modo de presionar y/o hacer daño a un ex. Por eso es importante rebatir este mito con datos reales que, según datos oficiales de diversos organismos, apuntan a que sólo un 15% de las agresiones sexuales llegan a denunciarse.



¿Qué es la cultura de la violación?

La "Cultura de la Violación" se denomina al conjunto de ideas que en nuestra cultura responsabiliza a la víctima de la agresión sufrida.

Ej. Sobre la ropa "provocativa", que si llevas escote o mini falda, es que "vas pidiendo guerra" y el *"estaba borracha y cuando se le pasó se arrepintió".

El único culpable de una agresión sexual es el agresor. No la tiene la forma de vestir de alguien ni si ha bebido alcohol o se ha drogado.





Análisis crítico de los roles de género e ideas falsas que sirven para justificar las agresiones sexuales

Analizar cómo estos se manifiestan a través del lenguaje y del comportamiento social: calientapollas, mira cómo va vestida, los chicos no se pueden controlar cuando están calientes, etc.



Desmontar la creencia irracional que dice “si empiezas algo...tienes que acabarlo”

Las personas podemos cambiar de opinión y los demás deben respetar dichos cambios.



Cuestionar el concepto del amor romántico

Analizar cómo nos influye generando desigualdad y machismo en las relaciones entre hombres y mujeres. Repasar los ejemplos que se ofrecen a través del cine, la publicidad, la literatura, los mensajes sociales, etc.

Algunas ideas sobre el amor romántico que se pueden abordar

El cómo se entiende el amor en cada sociedad y período histórico es una construcción cultural. No es lo mismo cómo entendemos el amor en occidente (amor romántico) o en china (amar es empleado sólo para definir las relaciones entre la madre y los hijos. El marido no ama a la mujer, “tiene afecto por ella”).

El amor romántico es un amor pasional de entrega total a la otra persona, que tiene su origen en el amor trovadoresco, generalmente era un amor imposible e idealizado. Se relacionaba el amor con el sufrimiento y la idea de que si no causa dolor no es amor. Actualmente se sigue perpetuando a través del cine, literatura, música... (ejemplos: Romeo y Julieta, saga crepúsculo, películas Disney...). Se van trasladando una serie de tópicos que se utilizan para juzgar qué es aceptable y normal en el enamoramiento o en la pareja y qué es previsible o deseable.

MITOS DEL AMOR ROMÁNTICO

“El amor todo lo puede”

- ✓ Falacia de cambio por amor
- ✓ Mito de la omnipotencia del amor
- ✓ Normalización del conflicto
- ✓ Creencia en que los polos opuestos se atraen y entienden mejor
- ✓ Mito de la compatibilidad del amor y el maltrato
- ✓ Creencia en que el amor “verdadero” lo perdona/aguanta todo



“El amor verdadero predestinado”

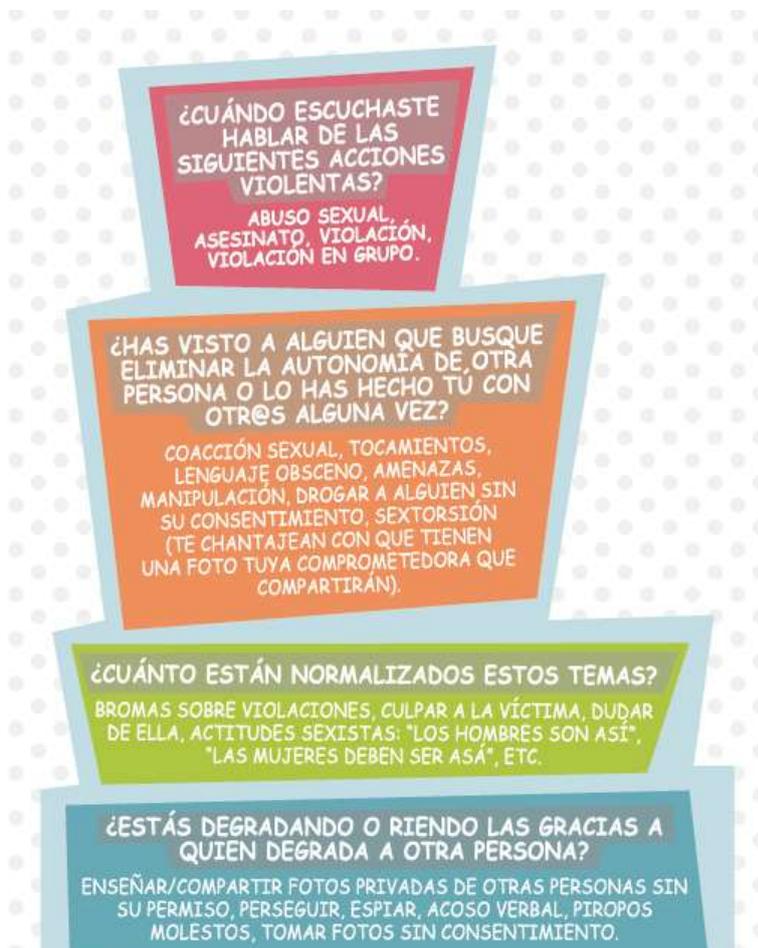
- ✓ Mito de la “media naranja”
- ✓ Mito de la complementariedad
- ✓ Razonamiento emocional
- ✓ Creencia en que sólo hay un amor “verdadero” en la vida
- ✓ Mito de la perdurabilidad, pasión eterna o equivalencia

“El amor es lo más importante y requiere entrega total”

- ✓ Falacia del emparejamiento y conversión del amor de pareja en el centro y la referencia de la existencia
- ✓ Atribución de la capacidad de dar la felicidad
- ✓ Falacia de la entrega total
- ✓ Creencia de entender el amor como despersonalización
- ✓ Creencia en que si se ama debe renunciarse a la intimidad

“El amor es posesión y exclusividad”

- ✓ Mito del matrimonio
- ✓ Mito de los celos
- ✓ Mito sexista de la fidelidad y de la exclusividad



★ Actividad 4 “ÁBRETE SÉSAMO”

Dinámica de grupo final de la sesión

Objetivos:

1. Aprender a respetar los límites sin hacer uso de la coacción.
2. Entender que cada persona tiene una parte que es de ella, sus tiempos, ritmos, espacios y que hay que respetarlos.

Duración: 10 minutos

Descripción de la actividad

Se pide cuatro personas voluntarias y se las divide en parejas. A parte, se le da unas consignas diferentes a cada una de ellas.

Primera pareja: A una de las personas de la pareja se le dirá que tiene que conseguir abrir el puño de la otra persona porque tiene algo que él/ella quiere. A la otra persona de la pareja se le dirá que tiene guardado dentro del puño algo importante para ella/él y que dependerá de su voluntad abrir el puño y compartirlo o no.

Segunda pareja: A una de las personas de la pareja se le dirá que tiene que intentar que su pareja quiera abrir el puño y enseñarle lo que guarda dentro pero que si no lo consigue no pasa nada. A la otra persona de la pareja se le dirá, igual que en el caso anterior, que tiene guardado dentro del puño algo importante para ella/él y que dependerá de su voluntad abrir el puño y compartirlo o no.

El resto de la clase observará y cuando pasen unos minutos estipulados, se debatirá sobre lo ocurrido.

Las reflexiones que deben realizarse con esta actividad están relacionadas con las siguientes ideas:

- ✓ ¿Quién ha hecho uso de la fuerza?
- ✓ ¿Quién ha tenido en cuenta únicamente sus necesidades, deseos y objetivos?
- ✓ ¿Qué tipos de comunicación han surgido?
- ✓ ¿Qué tipos de violencia identificáis?, si alguien ha hecho uso de la fuerza física, la coacción, el chantaje para lograr sus objetivos o si por el contrario ha habido acuerdos y consenso.

Es interesante que a modo de cierre se hagan propuestas para evitar estas situaciones.



Sesión 2

OBJETIVOS:

Objetivos de la sesión anterior que se van a trabajar de nuevo:

1. Conocer y comprender la realidad de la violencia sexual.
2. Diferenciar entre una relación sana y tóxica
3. Aprender a respetar los límites de los demás, sin utilizar coacción ni chantaje
4. Reflexionar sobre la responsabilidad y el cuidado mutuo a la hora de compartir fotos y/o vídeos íntimos de otras personas y fomentar la empatía.

Objetivos nuevos

1. Conocer y comprender la realidad de la violencia sexual.

DURACIÓN

50 minutos aproximadamente

CONTENIDOS NECESARIOS PARA QUIEN DINAMIZA CON EL GRUPO LA SESIÓN



Las redes sociales y su relación con la violencia sexual

Hay que aprender a hacer un uso responsable de las redes sociales, ya que aunque es un espacio que nos puede brindar múltiples herramientas, una gran conectividad social y acceso a un montón de información, también es un espacio con ciertos riesgos que es necesario tener en cuenta. En esta sesión se abordará el riesgo que puede conllevar el sexting (envío de imágenes y mensajes de contenido erótico y/o pornográfico a través de las redes sociales).

El sexting no tiene por qué ser una práctica de riesgo, se puede hacer sexting de forma segura, pero va a depender del uso que hagan las personas de los archivos. Si quieres practicar sexting, hazlo de forma segura teniendo en cuenta algunos consejos; que no se te reconozca en los vídeos o fotos, que no se reconozca el lugar donde te haces las fotos en el caso de que te las hagas en tu casa o habitación, pensarlo bien antes de compartirlo, ya que puede que esa persona traicione tu confianza y lo comparta. Otra opción es enseñarlo pero no enviarlo, para que ese contenido sólo permanezca en tu dispositivo.

También se abordará dos temas muy importantes; el consentimiento y el respeto de los límites y la “primera vez”.



Aunque la violencia sexual se vista de tecnología, violencia se queda.

GROOMING_
Consiste en las acciones de un **adulto** para contactar con **menores de edad** en **Internet**, ganarse la **confianza** de un (o una) menor fingiendo empatía, cariño, etc. con fines de satisfacción sexual (como mínimo, y casi siempre, obtener **imágenes** del/a menor desnudo/a o realizando **actos sexuales**).

CYBERFLASHING_
Recibir en tu **teléfono** y/o **redes sociales** **fotos** de penes de personas desconocidas.

SEXTORSIÓN_
Chantaje que sufre una persona con **fotografías** o **videos** de sí misma **desnuda** o captada en **relaciones íntimas**. Generalmente son **producidas/compartidas** previamente en un contexto **privado**, y después, con intención de **coaccionar**, se amenaza con hacerlos **públicos**.

SEXTING SEGURO_
Envío de contenidos eróticos o pornográficos en los que **no se te reconoce**.

SEXCASTING_
Intercambio de mensajes sexuales instantáneos.

Si quieres mandar una foto o video íntimo, recuerda que es más prudente que no se te reconozca. Puedes mandar fotos de partes de tu cuerpo para que no se te identifique. O sea, deja fuera de la imagen tu cara, tus tatuajes, tus lunares... cualquier cosa por la que se te pueda identificar. También es preferible que no la hagas en tu cuarto, tal vez ya hayas subido fotos de tu habitación a redes sociales, o hayas recibido visitas en tu casa que puedan reconocer el espacio.

¿Cómo reaccionas si te llega un video o foto comprometida de alguien que conoces?

a) Me río o reenvío.
b) Lo ignora o lo borro.
c) Empatizo con la persona a la que se está violando su intimidad y me posiciono.
d) Observo hacia quién van dirigidas las críticas, las moñas, los insultos... y digo que paren.

Resultado: si elegiste a) o b) colaboras con la violencia sexual. EL SILENCIO TE HACE CÓMPlice.

Protege las imágenes de esa persona, las comparte contigo, no con tus colegas. No reenvíes.

Informa. Compartir y/o publicar **imágenes íntimas** o privadas de personas desnudas o comprometedoras sin su consentimiento **ES UN DELITO SI NO TIENES SU CONSENTIMIENTO.**

SI COMPARTEN CONTIGO UNA IMAGEN DE SEXTING DE OTRA PERSONA,

SI RECIBES SEXTING,

Las relaciones cambian, pero eso no da permiso para compartir el material que se haya compartido en intimidad.

SI HACES SEXTING,

Los roles sexuales y estereotipos de género

Cada sociedad establece una serie de expectativas sobre cómo son las niñas y cómo son los niños. Estas expectativas se convierten en imposiciones: «los niños son y han de ser de una manera y las niñas de otra». Y de diferentes maneras se castiga a quienes no cumplen la norma. Estas imposiciones dificultan que cada quien pueda desarrollarse y generan sufrimiento.

Algunos tópicos sobre ellas...	Algunos tópicos sobre ellos...
<ul style="list-style-type: none"> La mujer como objeto del deseo masculino y no como sujeto autónomo deseante. Desconocimiento del cuerpo femenino, infravaloración de sus genitales y negativización de procesos específicos: menstruación, embarazo, parto, menopausia. Invisibilización de la sexualidad femenina. Se promueve un rol pasivo en las relaciones de pareja y en las relaciones eróticas: implicando prácticas de riesgo y relaciones de abuso. Se potencia el amor y el romanticismo, la entrega incondicional a la pareja como algo esencialmente femenino. Se erotiza la sumisión y la entrega en la mujer. Responsabilidad en la prevención de embarazos no deseados. 	<ul style="list-style-type: none"> El hombre como sujeto autónomo deseante. Se potencia el autoconocimiento de los genitales masculinos, se les dota de valor positivo. Los hombres son los protagonistas de una representación androcéntrica y falocéntrica de la experiencia erótica. Se promueve un rol activo en las relaciones de pareja y en las relaciones eróticas: acompañado de independencia, expresión, desafío, riesgo, dominio, seguridad, fuerza. Se les refuerza la búsqueda de los deseos propios y su proyección personal. En la pareja se les potencia un rol de autoridad y control. Se erotiza la agresividad y dominio en el hombre. Falta de responsabilidad frente al uso de medios anticonceptivos.





Se incidirá de nuevo en contenidos de la sesión anterior:

- ✓ El abuso y la agresión sexual (páginas 7-8-9-10-11)
- ✓ Las diferentes expectativas en las relaciones (Apartado “relaciones sexuales”, página 15)
- ✓ Los problemas de comunicación (ídem página15)



Actividad 1 VISUALIZACIÓN DEL VÍDEO “INCIENSO”

Duración: 15-20 minutos aproximadamente

Descripción de la actividad

Se comenzará visualizando el vídeo que transcurre en la casa de una chica que invita a un chico a estudiar a su casa. Una vez visualizado se pedirá al grupo que reflexione sobre si lo ocurrido en el vídeo puede ser habitual. Se les hace una serie de preguntas:

- ✓ ¿Qué creéis que ha pensado el chico cuando ella le ha invitado a estudiar a su casa?
- ✓ ¿Y ella?
- ✓ ¿Cómo se ha podido sentir él? ¿Y ella?
- ✓ ¿A qué creéis que se debe que ambos tuvieran diferentes expectativas sobre lo que iba a ocurrir?

Ideas clave para abordar en esta actividad



Mitos sobre “la primera vez”

- ✓ ¿Qué es realmente la primera vez?
- ✓ ¿Qué es realmente perder la virginidad?
- ✓ ¿De dónde viene esta idea?
- ✓ ¿Por qué tiene más peso esta idea arcaica sobre las mujeres?
- ✓ ¿Qué peso tiene sobre los hombres?
- ✓ ¿Por qué se acaba convirtiendo en un mero trámite por el que “hay que pasar”?
- ✓ ¿Lo seguimos reforzando entre todos?
- ✓ ¿Y el cine, la música, los medios de comunicación, la familia?



Mitos del amor romántico

(Ver contenidos en la páginas18, 19)



Estereotipos de género

El peso que tienen sobre todos nosotros y cómo nos moldean.





Mejor sexo consensuado

Debemos trabajar (nos): Me respeto, te respeto nos respetamos. Me entiendo, te entiendo, nos entendemos. Disfruto, disfrutas y disfrutamos. Me quiero, te quiero, nos queremos.

Posible propuesta a trabajar Pueden hacer un manual para gente patosa a la hora de ligar: “PATOS@ NO SEAS BABOS@” donde, por grupos, den claves y consignas para diferenciar cuándo alguien ya se está pasando de la raya. De esta forma pretendemos que dialoguen sobre el tema chicos y chicas, por lo que será necesario que sean grupos mixtos.



Actividad 2 VISUALIZACIÓN DEL VÍDEO “REDES SOCIALES”

Duración: 15-20 minutos aproximadamente

Descripción de la actividad

Se comenzará visualizando el vídeo sobre las Redes Sociales. Una vez visualizado se pedirá al grupo

1. Que reflexionen sobre si es habitual que se den estas situaciones.
 - ✓ ¿Por qué se incluye esta situación dentro de las agresiones sexuales?

Es un delito compartir estos materiales sin el consentimiento de la persona que aparece en las fotos o vídeos y aún más grave en el caso de que esta persona sea menor de edad.
2. Animar al alumnado a compartir casos que conozcan y que reflexionen sobre ello (*es una práctica muy habitual*).
3. Incidir en los temas de culpabilización de la víctima e invisibilización y exención de la persona que lo ha compartido sin su consentimiento. También en el papel necesario de los que comparten y no lo paran o afean/denuncian la conducta conducta de la persona que lo ha compartido. Es importante que se definan bien los papeles; víctima, agresor (en este caso quien traiciona la confianza y lo comparte) y los espectadores/cómplices (quienes lo comparten y aumentan la carga de sufrimiento sobre la víctima).

Ideas clave para abordar en esta actividad



Cómo actuar ante situaciones de este tipo.

Practicar sexting de forma segura como se explica en el apartado de contenidos. Conocer los riesgos que se asumen dado que una vez que compartes ese archivo, pierdes totalmente el control sobre el mismo. Si te llega algún archivo de este tipo; no compartirlo, afean la conducta a quien te lo ha enviado y denunciarlo para que se puedan tomar las medidas necesarias para pararlo. No culpabilizar a la persona que sale en esas fotos o vídeos.





El rol del espectad@r/cómplice

Hacer especial hincapié en la dificultad para empatizar a través de las redes sociales



¿Cómo pararlo?

- ✓ Cómo practicar sexting seguro y entender los riesgos de compartir fotos o vídeos por las redes sociales.
- ✓ No compartir los videos que nos lleguen
- ✓ Apoyando a la víctima
- ✓ Afear la conducta del agresor



Actividad 3 LA TÓMBOLA DE LAS RELACIONES

Se finalizará esta sesión realizándose la dinámica de la “Tómbola” para que sirva de apoyo a esta parte del taller.

Objetivos

1. Desmontar la idea de que hay un perfil concreto de agresor y de víctima de agresiones sexuales
2. Cuestionar y erradicar las ideas que mantienen la “cultura de la violación”.
3. Analizar cómo estas ideas coartan la libertad de las mujeres al poner el foco en las víctimas y no en los agresores ni en los orígenes de este tipo de violencia.

Descripción de la actividad

Se explica a los y las participantes que se va a jugar a la tómbola. Un número concreto de personas voluntarias tendrán que sacar un papelito de una bolsa y ver que papeleta les ha tocado. El número de voluntari@s dependerá del número de papeletas con situaciones diferentes que se quieran trabajar. Previamente, se habrán preparado unos papelitos y en cada uno se habrán escrito diferentes situaciones.

Situaciones que aparecerán

- ✓ Conocerás a una chica muy simpática e inteligente con la que compartirás un montón de inquietudes. ¡Un flechazo en toda regla!
- ✓ Conocerás a un chico muy guapo, majo y atento que estará pendiente de ti toda la noche. Se ofrecerá a llevarte a casa en su coche y por el camino te presionará para que tengas relaciones sexuales sin que tú quieras.
- ✓ Llevas dos meses con un chico por el que estás colada y te ha dicho que “cuando vais a dar un paso más allá”. Que él tiene sus necesidades y que sus amigos le preguntan que si ya lo habéis hecho. Le presionan y le dicen que si es un “maricón”, “que a qué espera”.



- ✓ Estás con tus amigos/as en una discoteca tomando algo y ves que unos chicos le están echando algo en la bebida a una chica que está bailando con sus amigas en el mismo bar.
- ✓ Lo has dejado con tu pareja hace un mes y has decidido subir “esos vídeos ” que este envió a instagram para que los vea todo el mundo y humillarla.
- ✓ Te llega por whatsapp una foto de una chica de tu instituto en tanga que alguien le ha sacado en el vestuario mientras se cambiaba.
- ✓ Acompañas a una amiga hasta su casa después de salir de fiesta y beber para que no tenga que volver sola. Te enfadas con ella porque esperabas “algo más”, no un “simple” gracias y hasta mañana.

Se debatirá cada situación expuesta poniendo el énfasis en lo cotidianas que pueden ser muchas de estas situaciones. Se hablarán de los diferentes tipos de violencias sexuales que hay y lo cotidianas que pueden ser, ya que están muy normalizadas en nuestras vidas. Se pueden abordar los diferentes papeles que hay; desde la víctima, hasta los agresores/abusadores, la complicidad social y la responsabilidad de todos para evitar que se repitan estas situaciones y el poder colectivo que tenemos para cambiarlas.



4. BIBLIOGRAFÍA Y WEBGRAFÍA RECOMENDADA



¿Quieres ampliar conocimientos?

- ✓ Blog de Diversidades: familiar y afectivo sexual. Recuperado de <http://diversidadafectivosexual.blogspot.com/>
- ✓ Colectivo Harimaguada (s/f). Colectivo de profesionales para el estudio y promoción de la educación afectivo sexual. Recuperado de <http://diversidadafectivosexual.blogspot.com/>
- ✓ Díaz Crujera y cols. (2017). Proyecto de educación sexual básica “Niñas y Niños”. Un proyecto sexológico basado en el libro “Niñas y niños” de Mayor y Monteagudo. Recuperado de <http://www.niñasyniños.com/>
- ✓ Guía para jóvenes prevención de la violencia sexual y de género. Recuperado de <https://ciudadano.gobex.es/documents/1062609/0/REVISTA+PARA+JOVENES++prevenci%C3%B3n+de+la+Violencia+Sexual.pdf/da471384-5b9f-46aa-a891-2a7432ed2de6>
- ✓ Guía sobre métodos anticonceptivos. Recuperado de http://www.cmpa.es/datos/2/SOISEX-Boletin5_V_AST_OK85.pdf
- ✓ Educación Sexual con arte. Recuperado de http://www.cmpa.es/datos/2/sexualidad_arte_29_9819.pdf
- ✓ Guía de mediación y educación sexual del cmpa. Recuperado de https://www.bienestaryproteccioninfantil.es/imagenes/tablaContenidos03SubSec/EDUCACI%C3%93N_SEXUAL_Y_MEDIACI%C3%93N_4135.pdf
- ✓ Guía para el profesorado con-sentido. Recuperado de http://www.cmpa.es/datos/2/GUIA_PARA_EL_PROFESORADO_CONSENTID49.pdf
- ✓ Grado, A. (dir.) (Junio 2019): Educación sexual para la convivencia positiva. Revista digital de la Asociación Convives. Recuperado de <http://convivesenlaescuela.blogspot.com/2019/06/convives-26-educacion-sexual-para-la.html>
- ✓ Sanchís, R. Blog de educación afectivo sexual. Karicies. Recuperado de <http://www.karicies.com/>
- ✓ Los colores de la sexualidad Recuperado de <https://egk.eus/wp-content/uploads/2017/03/Los-Colores-de-la-Sexualidad.pdf>
- ✓ Ni ogros ni princesas. Recuperado de https://www.educandoenigualdad.com/wp-content/uploads/2014/02/guia_no_ogros_ni_princesas1069.pdf
- ✓ Parejas jóvenes. Recuperado de <https://parejasjovenesblog.wordpress.com/>
- ✓ Por puro placer (s.f) n/a. Descargado de <https://www.porpuroplacer.es/>
- ✓ Pornoeskola. Recuperado de <http://salutsexual.sidastudi.org/resources/inmagic-img/DD45276.pdf>
- ✓ Sexting positivo. Recuperado de <http://www.pensamientocritico.org/sorcal1015.pdf>



CAVAS [Cantabria]

*Centro de Asistencia a Víctimas de Agresiones Sexuales y
Prevención del Maltrato Infantil*



CONTRA LA VIOLENCIA SEXUAL

#PARARESCOSA DE UN@
#SEGUIRESCOSA DE DOS