

**ESPECIALIZACIÓN *GÉNERO EN*
*EDUCACIÓN***

Una vivencia para prevenir la violencia en el noviazgo
(Taller de sensibilización para ser aplicado por facilitadores)

T E S I N A
QUE PARA OBTENER EL DIPLOMA COMO
ESPECIALISTA EN GÉNERO EN EDUCACIÓN

P R E S E N T A

ROSALIA MEJIA MEJÍA

DIRECTORA: MTRA. PAULA ROJAS MUNGUIA

Noviembre 2010

Agradecimientos

A la Maestra Paula Rojas Munguía por sus valiosas aportaciones a lo largo de la realización de mi trabajo que gracias a sus acertados comentarios éste llegó a su fin.

A las Maestras Ma. del Pilar Cruz Pérez y Pilar Miguez por ser las lectoras de mi trabajo que con su experiencia y sugerencias enriquecieron el presente.

ÍNDICE

Introducción	5
CAPÍTULO 1: Noviazgo y violencia	13
1.1 Jóvenes y relaciones de noviazgo	13
1.2 Ser hombre y ser mujer	17
1.3 ¿Qué es la violencia?	19
1.3.1 Tipos de violencia.....	22
1.3.2 Ciclo de la violencia.....	24
CAPÍTULO 2: La prevención, una opción	25
2.1 La violencia un comportamiento aprendido	25
2.2 Importancia de prevenir la violencia en el noviazgo	26
2.3 Comportamientos y actitudes	27
2.3.1 Género.....	29
2.3.2 Empoderamiento	32
2.3.3 Autoestima.....	33
2.3.4 Toma de decisiones.....	37
2.3.5 Proyecto de vida	38
2.3.6 Resolución no violenta de conflictos	39
CAPÍTULO 3: La propuesta, una alternativa para el cambio	43
3.1 Definición de taller	43
3.2 Características del taller de sensibilización	44
3.3 Quién es el facilitador	46
3.4 Técnicas vivenciales.....	47
CAPITULO 4: AGENDA DE TRABAJO Y PLANEACIÓN DIDÁCTICA	49
4.1 Agenda de trabajo:	49
4.1.1 Sesión propedéutica para facilitadores	50
4.1.2 Primera sesión: Aprender a ser mujeres y a ser hombres.....	52
4.1.3 Segunda sesión: Lo que quiero ser	54
4.1.4 Tercera sesión: Me acepto y decido mi vida.....	56
4.1.5 Cuarta sesión: Un proyecto de vida sin violencia	58
4.2 Planeación didáctica.....	60
4.2.1 Sesión propedéutica para facilitadores.....	60
4.2.2 Primera sesión: Aprender a ser mujeres y a ser hombres.....	64
4.2.3 Segunda sesión: Lo que quiero ser	69
4.2.4 Tercera sesión: Me acepto y decido mi vida.....	72
4.2.5 Cuarta sesión: Un proyecto de vida sin violencia	78
CONCLUSIONES	85

BIBLIOGRAFÍA	88
A N E X O S	92
Anexo no. 1	93
Anexo no. 2	94
Anexo no. 3	97
Anexo no. 4	99
Anexo no. 5	101
Anexo no. 6	103
Anexo no. 7	107
Anexo no. 8	111
Anexo no. 9	125
Anexo no. 10	126
Anexo no. 11	128
Anexo no. 12	132
Anexo no. 13	135

Introducción

La investigación científica sobre violencia de pareja contra las mujeres apenas ha iniciado en nuestro país (Castro, 2004: 2). Las encuestas con representatividad nacional son pocas, y aún menos los estudios focalizados como es el caso en los y las adolescentes (Rivera, 2006: 2). Por tanto, la violencia en el noviazgo es un tema poco tratado y estudiado a diferencia de la violencia hacia la mujer dentro del ámbito familiar.

La violencia en el noviazgo es sutil y velada, sin embargo, su incidencia es elevada y se le reconoce como un problema de salud pública¹ por el impacto que tiene en la sociedad y por el daño que ocasiona en las personas afectadas, lo que no puede ser resuelto por los propios individuos y necesita de requerimientos y acciones preventivas y de atención por parte de instancias gubernamentales o de la sociedad civil para su erradicación. Además la problemática no es nueva sino que últimamente ha salido a la luz pública, se la ha visibilizado en toda su magnitud.

Culturalmente hablando, una de las situaciones ligada a la violencia en el noviazgo es la idea romántica que las mujeres tienen del amor con respecto a sus parejas; así los celos, el querer saber de ellas todo el tiempo, los golpes “jugando”, caricias agresivas, los cambios de humor de la pareja, son acciones que se justifican en nombre de ese amor romántico y pasan desapercibidas, se les ve como algo “natural, y que llegan a justificarse a través de frases como “sólo es un juego”, “lo hace porque me quiere” o “ya cambiará”; expresiones que se siguen manteniendo durante la relación y que si ésta (relación) permanece hasta establecerse para vivir juntos, lejos de desaparecer se exacerbará al convivir con problemáticas de convivencia con el trato diario.

¹ Diario Oficial de la Federación (DOF) 02/08/06 y 01/02/07. Ley General para la igualdad entre hombres y mujeres y Ley General de acceso de las mujeres a una vida libre de violencia.

En México, recientemente se han llevado a cabo algunos estudios que demuestran como conciben y viven la violencia las y los jóvenes, así la primera *Encuesta Nacional de Exclusión, Intolerancia y Violencia en las Escuelas Públicas de Educación Media Superior*, aplicada a finales de 2007 a estudiantes de 15 a 19 años, en el Distrito Federal, reportó que el 23% de los hombres cree que la “violencia forma parte de la naturaleza humana”, y el 15% justificó la agresión física contra las mujeres aduciendo que “se da por instinto” (La Jornada, 18 de noviembre de 2008).

En la *Encuesta Nacional de Violencia en las Relaciones de Noviazgo 2007ENVINOV* realizada entre las y los jóvenes de 15 a 24 años, se informó que el 75% de ellos ha sufrido violencia psicológica, entendida como abuso emocional, verbal, maltrato y menoscabo de la estima, la mayor incidencia se presenta en las áreas urbanas (76.3%) a diferencia poco significativa de las áreas rurales (74.7%).

El 15% de las y los jóvenes han experimentado al menos un incidente de violencia física presentándose en zonas rurales en un 13.2%; quienes la reciben son principalmente las mujeres en un 61.4% (por parte de los hombres) y los hombres en un 46% (por parte de los mismos hombres). La violencia sexual se presentó en un 16.5%, siendo la mujer la principal víctima según reporta la Encuesta.

Aparte de toda la estructura socioeconómico-educativa, un factor que tiene un papel importante en la vida futura de las y los jóvenes son las vivencias dentro de la familia, que es la transmisora de valores y comportamientos, es ahí donde se puede encontrar antecedentes de la violencia en ésta población, como lo demuestra la ENVINOV (2007:12) donde se menciona que en el 21.3% de los hogares de las y los jóvenes encuestados se presentaron insultos, siendo principalmente del padre hacia la madre (44.3%) y en segundo lugar de la madre al padre (42.6%); donde padre y madre (79.2%) insultaban a los jóvenes. Los golpes se presentaron en el 9% de los hogares donde vivieron las y los jóvenes hasta los 12 años.

Además la investigación reporta que la violencia en el noviazgo también se asocia en algunos casos a relaciones prolongadas y a aquellas personas que cambian frecuentemente de pareja, situación que afecta principalmente a las mujeres (violencia de género²) cuando se establecen en el mismo espacio que su pareja sea escolar, de trabajo, vecindario o comunidad (ENVINOV, 2007: 10).

Por tanto, la violencia en el noviazgo al tener como base el amor romántico y por la sutileza de su manifestación tiende a pasar desapercibida tanto por las instituciones como por los mismos jóvenes; no respeta edad, ni posición social o educativa; algunas de sus consecuencias en la persona son un autoconcepto negativo de sí mismas, miedos extremos, inseguridad hacia el ambiente con el cual interactúan, temor hacia los hombres y sentimientos de desamparo, entre otras, por lo que es necesario una atención inmediata para una recuperación de su integridad física y emocional.

El tema de prevención de la violencia en el noviazgo adquiere un significado relevante y de interés educativo y social, porque es necesario identificar y analizar las variables que se asocian al origen de esta problemática que nos lleve a encontrar las medidas para su prevención, por ello, a través de la elaboración de una propuesta pedagógica en la modalidad de un taller de sensibilización se pretende formar a hombres y mujeres en la comprensión de su ser y actuar que los lleven a la reflexión, análisis y transformación de sus relaciones de noviazgo. Teniendo en cuenta que todas las conductas, incluida la violencia es aprendida, por tanto, existe la posibilidad de deconstruirla y construir nuevas formas de relación que permitan una convivencia basada en la equidad, el respeto y la tolerancia³, ésta entendida como “convivencia solidaria”, que implica un verdadero

² Entendida como aquella violencia que se ejerce contra las personas por su condición de género, especialmente contra las mujeres, homosexuales etc.

³ Latapí Sarre, Pablo (1998). ¿Educación para la tolerancia? Equívocos, requisitos y posibilidades en Papadimitru Cámara Greta (coor.). Educación para la paz y los derechos humanos. Distintas miradas a 25 años. Edición El perro sin mecate. Universidad Autónoma de Aguascalientes. Asociación Mexicana para las Naciones Unidas A. C., México.

aprecio para intentar construir juntos (yo y el otro) una interrelación constructiva y de fraternidad.

Si bien es cierto que las mujeres son las que en estadística y en la realidad son las más afectadas, no podemos dejar a un lado a los hombres, ya que en la mayoría de los casos es él quien provoca la situación, por tanto ambos requieren ayuda y la propuesta esta encaminada a trabajar con ambas partes, para que juntos reflexionen, analicen y encuentren nuevas formas de relación que mejoren su calidad de vida.

A partir de la panorámica antes mencionadas surgen las siguientes preguntas de investigación.

- ¿Cuáles son los factores que inciden para que se presente la violencia en las relaciones de noviazgo?
- ¿Cuáles son las limitaciones y alcances de un taller para la prevención de la violencia?
- ¿Qué contenidos son apropiados para el taller de prevención de la violencia en el noviazgo?

Objetivo general:

- Elaborar un taller de sensibilización dirigido a asesores facilitadores del Instituto Nacional para la Educación de los Adultos que permita a los jóvenes entre 15 y 24 años prevenir o detener la violencia en el noviazgo.

Objetivos específicos:

- Contextualizar la problemática de la violencia en el noviazgo.
- Definir las características del taller de sensibilización.
- Establecer los contenidos o temáticas a desarrollar para el taller de sensibilización, así como las estrategias o actividades y materiales.

- Elaborar una propuesta de evaluación cualitativa que identifique el impacto de los contenidos en los jóvenes que tomaron el taller de prevención de la violencia en el noviazgo.

La propuesta metodológica que sustentará este trabajo será en dos vertientes, la primera referida a una revisión documental sobre las relaciones de noviazgo en función de una perspectiva de género cómo es que culturalmente hombres y mujeres han aprendido a actuar en la sociedad; y la segunda al desarrollo de la propuesta de taller de sensibilización dirigida a jóvenes, que permita un acercamiento a la realidad a estudiar y transformarla, buscando aprender a aprender, a hacer, a ser y a convivir, dando respuesta a una educación y formación integral.

Un antecedente de trabajo de taller de prevención de la violencia en el noviazgo lo encontramos a nivel institucional, específicamente en el Inmujeres del Distrito Federal (2002:63) a través del área de Equidad en Infancia y la Juventud (EIJ), el Instituto de la Juventud del Distrito federal en colaboración con dependencias de gobierno y organizaciones civiles, con la finalidad de hacer evidente la violencia en el noviazgo. Se creó en el año 2003 una comisión para investigar y analizar la situación juvenil; uno de los temas sobre los cuales priorizó y trabajó fue el problema “violencia en las relaciones de noviazgo que establecen los y las jóvenes,” realizaron un diagnóstico para identificar las causas, evolución, factores de riesgo, consecuencias, etc.

Este programa fue resultado de un diagnóstico que se llevó a cabo mediante la Encuesta “Amor Es Sin Violencia” (2003: 66) en las diferentes Unidades Delegacionales del Instituto de las Mujeres a mil hombres y mujeres jóvenes entre 12 y 29 años, arrojando los siguientes resultados: el 30% de las mujeres mencionó que al tener conflictos con su pareja “se quedan en silencio”, por temor a que se enoje su compañero; el 16% dijo que cuando se da un conflicto en la pareja se presentan gritos o insultos, golpean algún objeto o a ellas; el 15% mencionó que

“les han tocado alguna parte del cuerpo o las besan sin su consentimiento”, “las han presionado para tener relaciones sexuales”. La mitad de los entrevistados (50%) celan a sus parejas lo que provoca discusiones que terminan en violencia. Estos resultados reflejan que cinco de cada diez mujeres jóvenes viven situaciones de violencia en sus noviazgos y nueve de cada diez han vivido alguna o algunas situaciones de violencia en uno o más de dos noviazgos (Estrada, 2005: 137-138).

Este diagnóstico reportó que el “principal cómplice de la violencia en el noviazgo es el amor”, las mujeres son las receptoras principales, situación que expresa la construcción de género que impera en nuestra sociedad donde la dominación masculina subyuga la condición femenina. Por su carácter velado y sutil, la violencia en el noviazgo es poco reconocida y está en aumento, “esta y otras situaciones aparecen desde el inicio de la relación de noviazgo, conforme se desarrolla la relación, la violencia va cobrando mayor intensidad y frecuencia, reproduciendo círculos de violencia y poder (Inmujeres D. F., 2005: 5-6).

Además de presentarse situaciones como violación por confianza (cuando las mujeres son presionadas a tener actividad sexual, con su “consentimiento” en la mayoría de los casos), pueden también dejar consecuencias como infecciones de transmisión sexual, displacer, baja autoestima, deserción y escaso rendimiento escolar, trastornos alimenticios, violencia física velada o sutil, como cachetadas caricia, golpes “jugando”, pellizcos, nalgadas, etc. inestabilidad emocional, embarazos precoces, utilización de sustancias adictivas y suicidios (2007: 10 y 11).

El programa “Amor Es Sin Violencia” es innovador por ser el primer trabajo con jóvenes para la atención y prevención de la violencia en el noviazgo con perspectiva de género, además de ser trascendental para transformar relaciones desiguales entre mujeres y hombres. No obstante, a pesar de contar con una perspectiva de género resulta aún insuficiente, ya que deja de lado aspectos como

el poder que tiene la sociedad en la producción y reproducción de los estereotipos de género; la idealización del amor y la visión excesivamente romántica de las relaciones amorosas que a la vez que exacerba la problemática la oculta.

Para Ocaña (2008:112-113) algunas otras de las dificultades en la implementación del programa fueron que no se respetaron los tiempos establecidos, lo que llevó a que no se abordaran o cancelaran actividades o temas programados, y en otros casos los jóvenes asistían obligados lo que ocasionaba resistencias en su aprendizaje; así como la incongruencia en el actuar de las facilitadoras con respecto a las y los jóvenes.

Por tanto, esta propuesta considerara y trabajara los puntos críticos del taller arriba mencionado y aportara nuevos aspectos, para brindar a la población joven una nueva alternativa que les permita construir a través del análisis de su propio actuar nuevas formas relación y cambio de actitud ante la otra persona.

La población a impactar en esta propuesta son jóvenes entre 15 y 24 años, criterio establecido por la ONU (1985), que implica a las y los jóvenes que aún no se insertan en las actividades adultas, tales como tener o constituir una familia, contar con un trabajo; y en donde algunos se encuentran estudiando o en la búsqueda de una pareja. Aunque no necesariamente estas situaciones se generalicen para toda la población, lo cual puede variar de acuerdo a cada contexto e individualidad, ya que existe un gran porcentaje de éstos (jóvenes) que por las condiciones socioeconómicas actuales no estudia ni trabaja llamados “ninis”.

La propuesta hace referencia a la prevención en el noviazgo, porque:

- Es una de las primeras etapas de convivencia con la otra persona en la búsqueda de afectividad, erotismo, sexualidad, seguridad, protección y apoyo; porque el vínculo afectivo no implica el compartir un espacio físico, ni un formalismo legal o consensual. De ahí que sea imperativo prevenir desde este momento antes de la consolidación de la pareja ya sea de

manera religiosa, legal o consensuada y se agrave aún más la problemática de la violencia.

- No se encamina a la prevención de la violencia en la pareja, porque esto implica un concepto más amplio y abarcaría el compartir un espacio físico, formalismo legal o consensual donde la dinámica de las relaciones es más profunda y compleja.

La propuesta esta enfocada a relaciones de noviazgo hetero y homosexuales, porque en toda relación de dos siempre hay alguien que puede abusar del poder independientemente de la orientación sexual, alguien que ejerza el poder y otro que sea el subordinado, si se parte de este principio la propuesta también puede aplicarse a este tipo de relaciones.

Este trabajo consta de tres capítulos, en el primero de ellos se contextualizará la problemática que viven las y los jóvenes con relación a la violencia en el noviazgo. En el segundo capítulo se hablará sobre la importancia de la prevención y atención de la violencia en el noviazgo, desglosando aspectos que son cruciales para el fortalecimiento de la identidad de autorrespeto y confianza en las y los jóvenes como la autoestima, género, resolución no violenta de conflictos y empoderamiento, que asimismo serán las categorías que se desarrollaran en la secuencia didáctica.

Finalmente en el capítulo tres se presentará toda la propuesta del taller de sensibilización, definición, características, secuencia didáctica (tema, contenido, recursos y tiempo) para su puesta en marcha; así como las características de los asesores multiplicadores y actuar, y las recomendaciones para implementar el taller. Con el cual se pretende impactar en esta población en la búsqueda de relaciones equitativas entre mujeres y hombres.

CAPÍTULO 1: Noviazgo y violencia

En este capítulo se revisarán las características afectivas que se presentan en una relación de noviazgo, lo que permitirá analizar cómo social y culturalmente hombres y mujeres han aprendido a relacionarse y que en la mayoría de los casos ocasiona desigualdad e inequidad en la convivencia, principalmente hacia las mujeres, siendo la violencia una de sus manifestaciones.

1.1 Jóvenes y relaciones de noviazgo

Para iniciar este subtema es importante que nos preguntemos quienes son y qué características tienen los jóvenes.

Ser joven es una etapa importante de la vida, en ella se tienen cambios físicos, emocionales, intelectuales y sociales; se afina la identidad de género⁴, identidad sexual, se reconocen e independizan de las personas adultas, toman decisiones, asumen responsabilidades y participan activamente en la sociedad. La ONU establece como rango de edad para los jóvenes la edad entre 15 y 24 años.

Según la Encuesta Nacional de la Juventud 2005, las y los jóvenes que estudian ocupan el 49.7% y el 50.3% no lo hacen. En términos relativos la mayor proporción de los jóvenes sólo se dedica a estudiar, esto suma 43.7% del total de la población juvenil, la mayor parte se encuentra entre las edades de 12 y 14 años. Quienes sólo trabajan ascienden a 28.8% encontrándose entre las edades de 25 a 29 años; los jóvenes que no estudian ni trabajan suman 22% y se trata básicamente de mujeres entre 20 y 29 años de edad.

⁴ La identidad de género hace referencia a la apropiación de repertorios conductuales hacia dentro y hacia afuera de la cultura interiorizada (Jiménez 1995: 5); es decir, la sociedad marca las pautas de comportamiento a seguir para hombres y mujeres, por tanto, las y lo jóvenes en esta etapa ya han atravesado por toda una socialización del significado de la masculinidad y feminidad.

Quienes se dedican a estudiar y trabajar representan sólo 5.3% de la población juvenil, y de ellos la proporción más elevada la tienen los hombres entre 20 y 24 años y las mujeres entre 15 y 19 años de edad (Encuesta Nacional de la Juventud, 2005:10).

Datos más recientes reportan que siete millones de jóvenes no estudian ni trabajan y más de la quinta parte de ellos tiene entre los 19 y los 24 años, según lo mencionó el rector de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), José Narro Robles, al inaugurar el ciclo escolar 2009-2010, en las instalaciones del Centro Cultural Tlatelolco⁵.

Además en el artículo *Los efectos de la crisis riesgos para la juventud*, nos muestra cómo la crisis económica mundial ha afectado a esta población, siendo que para el tercer trimestre de 2008 el 57% de los desempleados correspondían a este grupo. De las y los jóvenes ocupados muchos se encuentran subempleados, en el sector informal o en trabajos poco calificados, situación que los hace vulnerables al consumo y abuso de drogas ilegales⁶.

Siete de cada 10 jóvenes son solteros, según la información recabada hay más hombres (82.2%) que mujeres (65.8%) en esta condición. Los jóvenes unidos o casados representan sólo 23.9% del total, y quienes alguna vez han estado unidos son 2.4%, (ver cuadro 1 y 2).

HOMBRES Cuadro 1

Gpo. De edad/sexo	Soltero	Unido	Alguna vez unido
12-14	24.1		
15-19	35.2	3.8	1.0

⁵ Martínez, N. (2009). *UNAM no puede hacer más por jóvenes excluidos: Narro*. Periódico El universal Ciudad de México. Jueves 13 de agosto

⁶ Fuentes, Mario Luis (2010). *La juventud mexicana: en la vulnerabilidad y en el olvido*. Red Nacional Católica de Jóvenes por el Derecho a Decidir. México.

20-24	26.1	33.0	23.0
25-29	14.6	63.2	75.9

M U J E R E S Cuadro 2

Gpo. De edad/sexo	Soltera	Unida	Alguna vez unida
12-14	26.8	0.2	
15-19	40.9	11.0	3.7
20-24	21.1	36.1	56.1
25-29	11.2	52.7	40.2

Se estima que mientras las mujeres se unen en promedio a los 21 años, los hombres lo hacen a los 24.

El noviazgo según Ocaña (2008:3) es una etapa donde “se desarrollan y construyen de manera gradual vínculos amorosos y eróticos afectivos”, son momentos donde se descubren nuevas emociones y formas de relación, es la búsqueda de identificación con la otra persona.

Desde una visión romántica, el noviazgo se considera una relación de pareja que se vive durante la juventud, que es aceptada, acordada y socialmente reconocida para experimentar e intercambiar no sólo palabras dulces y buenos sentimientos, sino también deseos y caricias erótico-sexuales; que puede concluir porque no cumple con las expectativas de las y los involucrados, o bien, transformarse en un compromiso de mayor duración. Para algunas personas, el noviazgo constituye la antesala de la unión civil o consensuada. Algunos noviazgos se viven de manera cercana y profunda, en los que impera ya la regla de la fidelidad mutua; otros, en cambio, son vínculos abiertos establecidos entre sí, de común acuerdo, sin compromiso: lo llamados “frees”. (Instituto Nacional de las mujeres, 2007. P. 5).

El Instituto nacional de las mujeres (2077:18) entiende los “frees” como los vínculos eróticos abiertos que se establecen de común acuerdo entre las y los jóvenes, donde el “otro” es un amigo o amiga con derechos a besar, acariciar y a tener relaciones sexuales, entre otros, sin compromiso alguno y es de común acuerdo.

El noviazgo es una relación de amistad, que además implica atracción física, gusto por estar con la otra persona, el compartir tiempo y vivencias, aunado a las demostraciones de afecto (caricias, besos, tocamientos, etc.), confiar y sentir protección, seguridad, compañía; donde se desea la continuidad de la relación para de ser posible convertirse en una relación sólida y perdurable.

Torres (2005:30), plantea que en los primeros encuentros entre los novios hay emoción, nerviosismo, fascinación, arrebatos, dicha, explosión, es la primera etapa de una relación de enamoramiento que tiene “efectos mágicos”.

El enamoramiento es una condición física y psíquica donde “él o la enamorada está absorbida por la persona amada, su cabeza y su corazón se dirige hacia ella, su atención está centrada en los momentos estelares, todo lo ve policromático” (Villalobos, 65-68). Es decir, se idealiza a la persona y sólo se ve en ella “lo bueno, lo mejor”, los defectos son secundarios y se minimizan.

Para Alberoni (2004:12-18) es un momento de transformación, crecimiento, es un estado naciente donde hay sorpresa, esperanza, llanto, temor, plenitud; un cúmulo de emociones encontradas.

La relación de noviazgo se caracteriza por ser formal donde se expresa la frase “¿quieres ser mi novia?”, que conlleva una connotación de género, siendo el hombre el que debe solicitarla y la mujer esperar que eso pase, para dar la aceptación, esta situación les permite ser consideradas “señoritas decentes y respetables, señorita quiere decir virgen, decente, sin deseo sexual” (Torres, 2005,:31); diferenciándose de las “otras”, las putas, las amantes, de cascos ligeros, coquetas, rogonas, ofrecidas, fáciles (Lagarde, 1990:559).

1.2 Ser hombre y ser mujer

A Hombres y mujeres se les ha educado de diferente manera y ambos tienen una visión de la vida y de cómo relacionarse al establecer vínculos afectivos. Cuando las y los jóvenes buscan una pareja, llevan consigo el marco de referencia sobre el cual fueron educados a lo largo de su vida; por tanto en el caso de los hombres no muestran sus emociones de afecto, tristeza, se espera de ellos que tengan la iniciativa en las relaciones de pareja, son los que conquistan, ¿quieres ser mi novia?, se les ha enseñado a ser “seres para sí” el amor es sólo una parte de su vida.

La mujer da el “sí” en una relación de noviazgo, tiene que ser tierna, seductora, construida en un “ser para otros”; el amor le es enseñado como el sentido de su existencia, como sacrificio de sí mismas, lo que hace que la otra persona sea el centro de su propia vida, exista la negación de sí mismas, y el amor se convierta en principio y fin de la vida, por lo que, en nombre de éste (amor) se presente abuso, maltrato, manipulación, posesión y dependencia que generan diferentes tipos de violencia.

Faur (2003:48-49) menciona que a los hombres desde pequeños se les ha enseñado a ser racionales, fuertes, activos y valientes, mientras que las mujeres son más emotivas, débiles, dulces, asustadizas y dependientes.

Esta cultura patriarcal internaliza en los hombres la idea de que son los titulares potenciales de todo posible poder; de esta manera se convierten en los protectores de las mujeres y a éstas últimas se le asigna el papel de sumisión ante la autoridad de ellos, lo que puede llevar a situaciones de violencia.

Bonino (1995: 193) plantea que el poder se entiende como “la capacidad y la posibilidad de control y dominio sobre la vida o los hechos de los otros básicamente para lograr obediencia”; la sociedad ha legitimado de manera inequitativa el ejercicio de poder para hombres y mujeres, siendo para los

primeros el protagonismo, mientras que las mujeres ejercen su poder a través de los afectos y al maternidad, su poder esta sobrevalorado. Lo femenino se subordina a lo masculino, lo que se puede traducir en actos de violencia, de superioridad hacia las mujeres, el hombre considera como natural su superioridad, comparando la fuerza física con las mujeres, y con los mismos hombres, como lo plantea Ramírez (2000:2) “los varones competimos contra otros hombres por alcanzar logros y reafirmar, de esta manera que somos muy hombres”, así como confirmar nuestra identidad de poder”. En las relaciones de noviazgo los hombres dejan ver esos “privilegios” desean que su pareja “les haga caso, que lo entienda”; pueden acariciarla cuando y donde ellos quieren, etc., mientras a ellas se les asigna como obligación y responsabilidad atenderlos a ellos. Cuando una respuesta es negada el hombre puede sentir que está perdiendo el control y el poder y puede reaccionar ejerciendo la violencia contra la mujer o pareja, ya que esta violencia, sea leve o intensa, se concibe como algo normal y validado por las costumbres (Razo, 2004: 242), y en ocasiones es tan sutil que se justifica y valida por lo hombres ya que, puede ser vista como expresión de amor y cuidado.

Aunado a esto existe la idea cultural del amor romántico, que es un concepto histórico e idealizado que implica sufrimiento, intensidad, posesión, ambivalencia (placer y dolor) e irracionalidad. Como se puede observar en los cuentos infantiles, las novelas, historias de amor, cuyo consumidor prioritario son las mujeres (González y Santana, 2001: 46-47).

El amor romántico trae como consecuencia para las y los jóvenes la creencia de que “el amor lo puede todo”, por lo cual ante situaciones adversas como el relacionarse con personas irresponsables, faltas de deseos de superación, de mal carácter, mujeriegas, violentas o con alguna adicción, se llega a considerar que por amor lograrán cambiarla; de esta manera la línea entre el amor y la violencia en cualquiera de sus manifestaciones es muy tenue.

A todo esto le agregamos que en toda relación de convivencia entre dos personas se presentan los conflictos por las diferencias de intereses, deseos, gustos, valores, puntos de vista, creencias, actitudes, etc., y que se tienen que enfrentar o resolver. La forma en que se resuelvan los conflictos estará condicionada en parte por cómo ha sido educada la persona, si en la familia se aprendió a resolverlos de manera violenta, así se solucionarían, sí por el contrario se aprendió a resolverlos a través del diálogo y la negociación no habrá violencia.

Ante esta situación surge la siguiente pregunta:

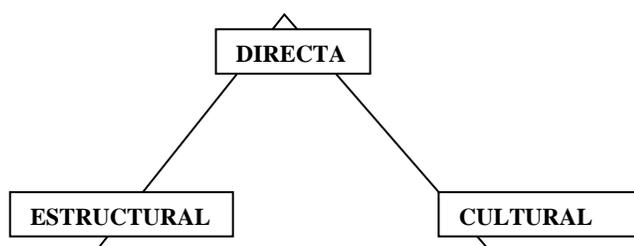
1.3 ¿Qué es la violencia?

La educación para la paz permite el estudio de la violencia desde un punto de vista social, tiene su origen gracias a las aportaciones de los organismos internacionales, la Escuela Nueva y el movimiento de investigación sobre la paz como origen de las guerras mundiales. Algunos de los aspectos que considera o pretende alcanzar son:

- La construcción de un nuevo orden basado en el concepto de paz positiva, lo que implica que todo tipo de relación individual, familiar, social, nacional e internacional tenga como resultado la solución no violenta de los conflictos y la justicia.
- La paz entendida como la práctica de derechos humanos que conlleven a su reconocimiento de los derechos inherentes al ser humano y el modo universalmente aceptado de sociedad a la que se aspira.
- El derecho a la paz se legitima a través de las políticas y administraciones educativas.
- Abarca todos los ámbitos de la vida de la persona.
- Su tarea es difundir, informar y formar.
- Su objetivo debe ser la formación y desarrollo de la persona integral, solidaria y fraterna.
- Su dimensión es política, en tanto búsqueda de justicia, es decir hacia la transformación de las relaciones y estructuras de poder y de la sociedad misma.

- Explica el acto educativo como un proceso activo-creativo, en el que alumnas y alumnos son agentes vivos de transformación.
- Promueve la capacidad crítica, la desobediencia, el autodesarrollo y la armonía personal de los participantes
- Promueve la creación del sentimiento empático que favorezca la comprensión y aceptación del “otro”
- Busca la coherencia entre el currículo explícito y el oculto como formas de organizar la vida en la escuela
- Cuestiona la violencia simbólica⁷, estructural presente en la escuela.

Desde esta perspectiva la violencia es (Aprendamos del conflicto: 2006:18) un complejo enramado en la sociedad que tiene una base estructural y cultural, siendo la punta del iceberg o manifestación inmediata la directa, como se representa a continuación:



- Violencia estructural, referida a factores políticos, económicos, ideológicos que sustentan la injusticia y la opresión (implica las necesidades no cubiertas).
- Violencia cultural, referida a los prejuicios, costumbres, tradiciones, estereotipos, que legitiman que una persona este encima de otra (entre otros ejemplos el que el hombre tenga autoridad por encima de la mujer, o asociándolo a él con la fuerza, y a la mujer con la sumisión, abnegación y sufrimiento).

⁷ Entendida esta según Bourdeau (1979) como aquella que es impuesta por los sujetos dominantes a los dominados, se naturaliza y legitima. 47.

- Violencia directa, referida a la que se presenta en los espacios más cercanos a nuestra persona como es la familia o la pareja o el noviazgo.

Por tanto la violencia es una situación compleja y multifactorial, es un problema de salud pública,⁸ que está presente en la familia y la sociedad y que requiere de atención, prevención y acción.

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2003:1), define la violencia contra la mujer como “todo acto de violencia basado en la pertenencia al sexo femenino que tenga o pueda tener como resultado un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para la mujer, así como las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, tanto si se produce en la vida pública como en la privada”, lo que la convierte en un elemento de riesgo porque atenta contra la dignidad de la mujer.

La Organización de las Naciones Unidas (ONU 1993: 1) la define como todo acto que resulta o puede resultar en daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para la mujer, incluyendo las amenazas de tales actos, la coerción o la privación arbitraria de la libertad que ocurren tanto en la vida pública como en la privada (Cimac, noticias).

En el documento “Por el derecho a vivir sin violencia”, realizado por la Red de Salud de las Mujeres Latinoamericanas y del Caribe (1996), violencia de género es la que se ejerce sobre las mujeres por el hecho de ser mujeres y que es socialmente tolerada, la cual puede ser utilizada de manera consciente para mantener y perpetuar el poder y el control masculinos sobre la subordinación femenina; y se le define como cualquier acto que involucra fuerza o coerción con la intención de perpetuar o promover relaciones jerárquicas entre hombres y mujeres.

⁸ Diario Oficial de la Federación (DOF) 02/08/06 y 01/02/07. Ley General para la igualdad entre hombres y mujeres y Ley General de acceso de las mujeres a una vida libre de violencia.

El Instituto de las mujeres del Distrito Federal Inmujeres-DF⁹, tipifica la violencia como física, psicoemocional, sexual, patrimonial, económica, contra los derechos sexuales y reproductivos y feminicidios y sus modalidades son la familiar, docente y laboral, comunitaria e institucional, cabe señalar que la del noviazgo no aparece cuando es una problemática que afecta a la población joven y limita su potencial de desarrollo futuro.

Por tanto, la violencia de género en el noviazgo es cualquier acto u omisión que atente contra los derechos, la voluntad y la integridad física, emocional, económica y social de la mujer; es una conducta aprendida, es decir, se aprende a ser violento en la familia y en la sociedad, y son diferentes las manifestaciones de la violencia.

1.3.1 Tipos de violencia

Violencia física, (Un hogar sin violencia, 2003: 45) es todo acto que se realiza de manera intencional para provocar daño en el cuerpo de las personas, como: golpes, empujones, rasguños, bofetadas, quemaduras, dientes rotos, fracturas. En ocasiones puede ocasionar lesiones, alguna discapacidad y hasta la muerte.

En las relaciones de noviazgo esta violencia se puede iniciar con empujones durante alguna discusión; jalones o sacudidas desesperadas acompañadas de expresiones como "no poderla hacerla entender" o "detenerla para explicarle la situación", "quiero que me escuches" agarrándole el rostro y/o apretándole la mano.

Violencia psicológica o emocional, este tipo de violencia es sutil y velada, comprende amenazas, humillaciones, insultos, ofensas, aislamiento, ridiculización, exigencias de obediencia, etcétera, cuyo daño suele ser más profundo para quienes lo viven. El abuso emocional comprende la indiferencia ante las

⁹ <http://www.inmujer.df.gob.mx/violencia/tiposmodalidades.html>. Consulta realizada, julio 2010.

necesidades de afecto como negar cariño, caricias, así como tratar con ofensas, amenazas, chantaje, burlas, menosprecio o críticas.

Otra forma de violencia es el asedio, un ejemplo es cuando el hombre llama por teléfono a su novia para saber donde está, interrogarla sobre sus actividades, acusarla de infiel (Torres 2001: 36); otros ejemplos disfrazados son “no te quiero controlar solo que me interesa saber de ti y que es lo que te gusta hacer”; suelen regalar teléfonos celulares a sus parejas con el fin de “localizarlas de emergencia”, o bien ir por ella a la escuela o trabajo para que “no se vaya a fijar en alguien más” (Rivera, 2002: 7).

En las relaciones de noviazgo los hombres suelen amenazar “si te veo platicando con tu ex no respondo ¿eh?”, “ya contrólate porque no respondo de mi reacción”; donde los hombres asumen una conducta violenta que dicen no poder controlarla porque consideran natural sentirla y se responsabiliza a la pareja de hacerlo enojar” (Rivera 2002: 7).

La intimidación, es hacer ademanes agresivos, infundir miedo utilizando o no cualquier instrumento o expresando frases como “no me digas lo que tengo que hacer” que puede ir acompañada con azotar la mesa o la puerta o golpear la pared.

Violencia verbal, son las expresiones que se emplean para ofender, humillar, menospreciar a la mujer y crear en ella un daño psicológico. En las relaciones de noviazgo, los hombres pueden emplear expresiones como “todas las mujeres son tontas, no son inteligentes”, “para qué te lo explico si no lo vas a entender” y para validar sus comentarios dicen “sigue esforzándote, sé que no eres muy buena pero algún día quizá aprendas algo”; se minimizan logros “en la escuela pasaste porque te llevas bien con los maestros, yo lo hice por mi propio esfuerzo”. También cuando se critica a los amigos o amigas y familiares.

Acoso o violencia sexual, es cuando una persona busca su satisfacción sexual en contra de la voluntad de otra, a través de caricias, espiarla, hacerla presenciar actos sexuales u obligarla a prácticas sexuales sin su consentimiento. El abuso sexual y/o violación, el estupro¹⁰ y el hostigamiento sexual se consideran prácticas de violencia sexual.

En algunas ocasiones en el noviazgo, los hombres le hacen creer a su novia que después de tener relaciones sexuales ellos asumirán el compromiso únicamente para lograr su objetivo, ya que se tiene la idea de que la mujer es un objeto sexual y la virilidad del hombre es algo que éste tiene que reafirmar (Rivera, 2003: 7)

1.3.2 Ciclo de la violencia

Cuando surge la violencia en la pareja podemos distinguir tres momentos (Un hogar sin violencia, 2003: 55) que con frecuencia se repiten, variando en intensidad y duración:

- Primer momento (incremento de la tensión), el agresor muestra enojo, discute por cualquier motivo, inicia su agresión con humillaciones, insultos, indiferencias; no importa lo que diga o haga su pareja, siempre la culpa de lo ocurrido.
- Segundo momento (explosión), el agresor “explota”, ataca verbal y físicamente a la pareja y a veces también sexualmente. Es durante esta etapa, que algunas mujeres solicitan ayuda a algún centro de apoyo que ofrece orientación legal, médica y emocional, incluso llegan a la denuncia.
- Tercer momento (luna de miel), regularmente el agresor demuestra afecto, solicita perdón y hace lo posible para hacerle creer que no volverá a agredirla. La víctima tiene la esperanza de que su pareja cambie y retira la denuncia, sin embargo, las relaciones violentas pueden llegar a ser cada vez más graves, si no existe la voluntad real de cambio de la pareja.

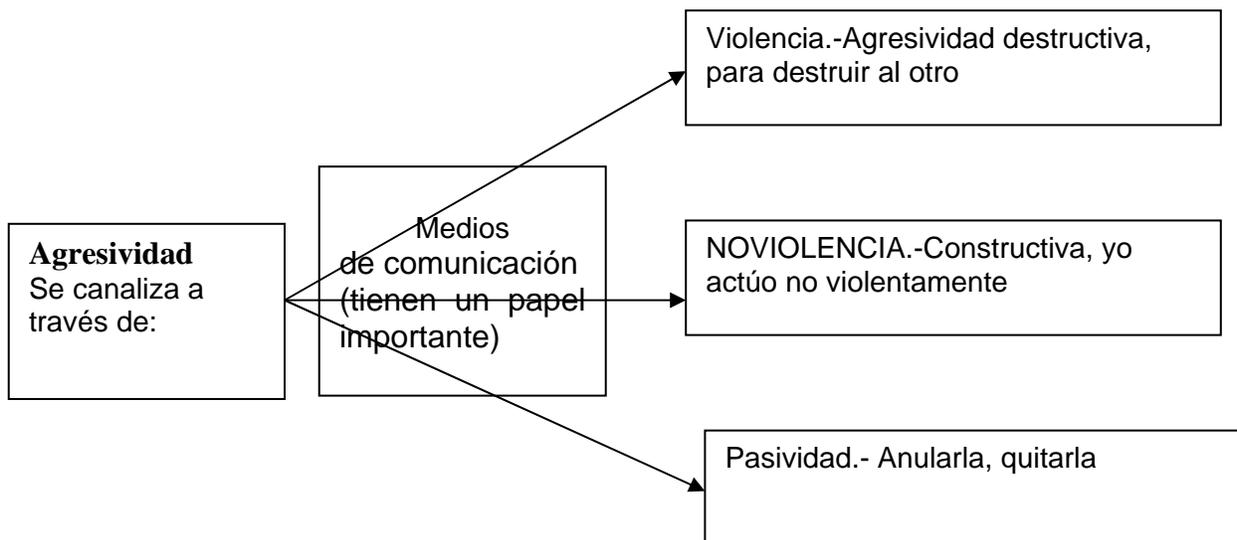
¹⁰Es la realización de cópula con una persona mayor de 12 años y menor de 18, de la que se obtiene el consentimiento mediante el engaño. INEA (2003). Revista. *En Delitos sexuales*. Módulo Sexualidad juvenil, México. 66.

CAPÍTULO 2: La prevención, una opción

En este capítulo se abordaran los conceptos que es necesario fortalecer y llevar a la práctica con mujeres y hombres para la prevención de la violencia en el noviazgo.

2.1 La violencia un comportamiento aprendido

La agresividad según Cascón (2001: 3) es la fuerza vital, pulsión, instinto de sobrevivencia, que permite al ser humano en momentos críticos salvar su vida o alcanzar un propósito; es natural y positiva porque permite a las personas sobrevivir. Para él la violencia es aprendida, porque desde pequeños se nos enseña a enfrentar una situación conflictiva con la violencia, sin escuchar y estar siempre a la defensiva que , lejos de ayudarnos a vivir limita nuestro actuar personal y social aprendemos a ser violentos y por tanto también podemos dejar de serlo y construir relaciones pacíficas e igualitarias.



Esquema tomado de Paco Cascón, 3

2.2 Importancia de prevenir la violencia en el noviazgo

La prevención es el conjunto de acciones formativas que permiten fortalecer las capacidades necesarias para que las personas elaboren estrategias para enfrentar o disminuir situaciones de riesgo y detener daños.

La educación o formación en las y los jóvenes para mantener relaciones “sanas”, libres de violencia y para que aprendan a enfrentarse a la vida y las diferentes situaciones es una tarea de la prevención, por ello es necesario formar en valores, hábitos, actitudes y habilidades personales y sociales, en este sentido estamos hablando de la educación para la salud.

La Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares 2003, revela que al examinar la prevalencia de la violencia física, emocional y económica en las relaciones de pareja, los grupos de mujeres más jóvenes presentan un mayor porcentaje en más de un 13% particularmente violencia física en el grupo de mujeres de 15 a 19 años, situación que decrece conforme aumenta la edad.

Estudios en diferentes partes del mundo han expuesto como las relaciones de noviazgo en la adolescencia se caracterizan por pautas de desigualdad de género y dominación prevalecientes en cada cultura. Además es en esta etapa donde se consolidan ciertos “aprendizajes” acerca del papel sumiso “que se espera” de las mujeres, así como su disponibilidad para el acto sexual. El intervenir en estas etapas tempranas de la vida, tiene un efecto importante en el resto de la vida de las y los adolescentes.

En el proceso de independencia personal que van adquiriendo las y los jóvenes durante este momento de su vida en cada uno de sus ámbitos de acción, el afectivo-erótico en ocasiones les impide a éstos (principalmente a las mujeres) identificar las diferentes formas de violencia que viven con sus parejas y que las

confunden con “amor” incluso pueden llegar a pensar que la violencia es una expresión del grado de vinculación que tienen sus novios para con ellas (Jonson et al, 2005: 11).

Si bien es cierto las agresiones entre jóvenes se pueden dar entre los diferentes sexos, se trata de acciones no igualitarias porque los daños para la salud siempre son mayores en las mujeres que en los hombres que sufren violencia por parte de su pareja, y porque los aprendizajes son diferentes entre hombres y mujeres donde se trata de consolidar a cada uno en su rol esperado, en los primeros a ejercer y beneficiarse de la dominación y la segundas como agentes sumisas y conformistas, denotando esto inequidad de género (Capaldi, Owen, Halpem et al, 2001: 12).

El riesgo de sufrir violencia en la adolescencia es igual para mujeres adolescentes cuya pareja es de su edad o mayor (Hammer, 2004: 12). Malik et al. (1997: 12), encuentran relación entre la violencia social y la violencia en el noviazgo que sufren las y los adolescentes. Hay evidencias de que la violencia en la infancia tiene consecuencias tanto en la adolescencia como en el tipo de relaciones que se establecen a esa edad, las cuales tienen un alto riesgo de ser también violentos.

2.3 Comportamientos y actitudes

Esta propuesta se basa en dos principios fundamentales que subyacen en toda persona que son lo individual y lo social, siendo los ejes de género, empoderamiento y resolución no violenta de conflictos los que permean el taller.

El género en esta propuesta se retoma como categoría de análisis, ya que se resalta la importancia que representa para los jóvenes (en este caso) que necesitan reflexionar y que les lleve a modificar pautas de comportamiento que les permita establecer relaciones equitativas entre sus pares y los del sexo contrario.

Al retomar el género como categoría de análisis nos lleva también a identificar el empoderamiento o la carencia de él, en las personas en este caso las y los jóvenes que viven violencia. Dentro del concepto de empoderamiento (Taller INEA, 2000) se pueden identificar cuatro componentes que son el poder, la toma de decisiones, la autoestima y el proyecto de vida.

- ✓ Todas y todos ejercemos el poder en cualquier ámbito de nuestra vida ya sea en mayor o menor medida, pero que es necesario reconocer que lo tenemos y podemos ejercerlo.
- ✓ Autoestima, en una definición llana, es el “quererse y aceptarse como se es”, pero que al mismo tiempo nos da la seguridad o no para poder ser y actuar, y que si no tenemos la confianza y la independencia en nosotros mismos actuaremos más en función de lo externo de lo que quieren los otros y de lo que marca la sociedad, no de lo que nos conviene.
- ✓ Toma de decisiones, a las mujeres “pocas veces o nunca” se les ha enseñado a hacerlo, y son otros los que deciden por ellas, por lo que es necesario se asuman como seres capaces de hacerlo y los hombres hacerse conscientes de tomar decisiones y sus consecuencias.
- ✓ Proyecto de vida, es la consecuencia de tener autoestima, asumir el poder y tomar decisiones para plantearse propósitos en la vida e ir creciendo y mejorando la vida personal, de pareja, familiar y social.

Trabajar estos componentes permite a las personas empoderarse o apoderarse de sus vidas de lo que quieren ser y hacer.

Resolución no violenta de conflictos permite entender que existen los conflictos, que la violencia es aprendida y por tanto modificable a través de la educación y formación que mejoran las relaciones interpersonales.

De esta manera el vínculo entre estos ejes del taller y la violencia se establece porque toda relación humana se da en función de:

- Un juego de poder.

- Los comportamientos socialmente aceptados entre hombres y mujeres, que tienen como consecuencia la inequidad.
- El aprender a resolver cualquier situación con violencia.

Estos tres ejes se trabajarán a lo largo del taller, los cuales fueron seleccionados de manera arbitraria por la autora, pero con la lógica de dar una respuesta a la problemática de la violencia en el noviazgo.

2.3.1 Género

El concepto de género se entiende como una construcción socio-histórica que afecta y es afectada por prácticas individuales y sociales ejercitadas consciente e inconscientemente” (Fischman, 2003: 4); por tanto es un sistema complejo de normas y valores influidos por relaciones de poder.

Los regímenes de poder como discurso de poder e identidad suponen explorar las condiciones sociales y económicas de hombres y mujeres. Los discursos de masculinidad y feminidad atraviesan los cuerpos reales, los sentimientos subjetivos y las experiencias de hombres y mujeres de tal manera que nuestras experiencias corporales son interpretadas por los discursos de poder, las prácticas disciplinarias y por ello tienen la posibilidad de resistir tales prácticas.

Sin embargo, el concepto de género en algunos casos se ha reducido a hablar de “mujeres” lo que implica seguir manteniendo las relaciones patriarcales, relaciones sexuales y culturales desiguales; además de reducir la complejidad del fenómeno y marginar la posibilidad de crear alianzas significativas entre grupos de hombres y mujeres para iniciar un cambio.

Para Scott (1986, 271) el género involucra a hombres y mujeres, el mundo de las mujeres en el mundo de los hombres; designa relaciones sociales entre sexos; denota construcciones culturales; refiere los orígenes exclusivamente sociales de

las identidades subjetivas de hombres y mujeres; es una categoría impuesta sobre un cuerpo sexuado y ofrece un modo de diferenciar la práctica sexual de los roles sociales asignados a mujeres y hombres

A continuación se describirán brevemente algunas teorías más representativas sobre la categoría de género, citadas por Joan Scott (1986)

- Patriarcado, donde la **reproducción** es la clave y el punto de arranque para el análisis desde el propio sistema de género, siendo la primacía de toda organización social. El análisis descansa en la diferencia física donde la mujer es objetificación sexual por parte de los hombres. El género es ahistórico.
- Feminista marxista. Su visión es histórica; donde los orígenes y cambios en los sistemas de género y la subordinación de las mujeres existe aún antes del capitalismo y subsiste en el socialismo. Kelly (citada en Scott, 1986:277) dice que los sistemas económicos y de género interactúan para dar lugar a experiencias sociales e históricas; operan simultáneamente para reproducir las estructuras socioeconómicas dominadas por el varón. Los sistemas de género tuvieron una existencia independiente, así abre una apertura conceptual. La relación entre los sexos se da con y a través de las estructuras socioeconómicas, como también la relación sexo/género. La realidad social de base es sexual; recalca más lo social, basadas en las relaciones económicas de producción. La ventaja de esta posición reside en que evita diferencias marcadas de posición social y su desventaja es que las relaciones de los sexos están basadas en las relaciones de producción. Surgen las feministas inglesas y americanas quienes plantean que el género carece de un status analítico independiente.
- Teoría psicoanalítica. Caracteriza a la escuela francesa. La función central es el lenguaje en la comunicación, interpretación y representación del género. El inconsciente es un factor crítico en la construcción del sujeto, es la ubicación de la división sexual y por esa razón de la inestabilidad constante del sujeto con el género. La escuela angloamericana

representada por Chodorow plantea que “es el inconsciente que para él es en último extremo sujeto de la comprensión consciente” (citada por Scott, 1985, 280). Ambas escuelas están interesadas en los procesos en los que se crea la identidad del sujeto en sus primeras etapas de desarrollo.

Lacan (1974; citado por Scott, 1986, 280) a diferencia de Chodorow, menciona que es a través del lenguaje como el niño construye su identidad de género y es el falo el significante central de la diferencia sexual y así se universaliza las categorías y la relación entre varón y mujer.

Es necesario lograr una historicidad y una reconstrucción de los términos de la diferencia sexual. Como categoría analítica el género surgió a finales del siglo XX para darle validez es necesario concebir procesos interrelacionados; encontrar explicaciones significativas; considerar tanto a los sujetos individuales como a la organización social; e incluir el concepto de poder entendido como “campos de fuerzas sociales”. Así Scott (1985: 289), define el género como “un elemento constitutivo de las relaciones sociales basadas en las diferencias que distinguen los sexos y el género es una forma primaria de relaciones significantes de poder” comprende cuatro elementos interrelacionados entre sí: símbolos culturalmente disponibles que evocan representaciones múltiples; conceptos normativos; nociones políticas y referencias a las instituciones y organizaciones sociales; y la identidad subjetiva.

Una investigación histórica sería conocer las relaciones entre estos cuatro elementos, pero además podría agregarse que el género es el campo primario por medio del cual se articula el poder. Así el género es una forma para decodificar el significado y comprender las complejas conexiones entre varias formas de interacción humana; donde la política solo es un área donde puede emplearse el género para un análisis histórico (Scott, 1985: 294).

2.3.2 Empoderamiento

El proceso de **empoderamiento**, entendido como el control que tienen las personas de sus propias decisiones y acciones relacionadas en cada uno de los ámbitos de su vida personal, familiar y social, mediante el cual se adquiere fortalecimiento y poder para sí, sobre la ideología, sobre los recursos (Lagarde 1997: 5, Blatiwala 1997:5). Para Rowlands (1997: 5) es “Tomar el destino en las manos”, poseer control sobre las decisiones y problemática que afectan la vida propia, las relaciones cercanas y la vida social.

El empoderamiento incluye los procesos que llevan a las personas a desarrollarse personalmente, a percibirse a sí mismas con la capacidad y el derecho a ocupar ese espacio de decisión, el poder no se otorga, viene de adentro, de ahí que cada persona debe empoderarse, nadie puede empoderar a otra.

De acuerdo con Rowlands (1997: 3) se manifiesta, en tres dimensiones o niveles:

- **Personal:** desarrollar el sentido del “yo” y de la capacidad individual, deshacerse, liberarse o solucionar lo que oprime o no nos deja crecer.
- **Colectivo con sentido de pertenencia a un grupo (edad, sexo, familiar, laboral, etc.):** donde se desarrolle la capacidad de negociar e influir en las relaciones que se establecen y en la toma de decisiones dentro del grupo.
- **Colectivo hasta la movilización o participación social,** cuando los individuos trabajan conjuntamente para lograr un bien o impacto social, lo cual requiere de la cooperación y no de la competencia.

Aspectos relevantes del empoderamiento (Ferrati, 1998: 6):

- **Desarrollo de habilidades:** comunicación, búsqueda de información, análisis, toma de decisiones, formulación de propuestas y proyectos.
- **Atención a necesidades prácticas y estratégicas:** autoconocimiento, autoafirmación, información, organización, gestión.

- **Metodología que aborda factores subjetivos y objetivos:** desde la creencia hasta el conocimiento concreto y su aplicación.
- Establecimiento de **la relación entre situaciones o problemas** planteados (por ejemplo, violencia, educación de los niños y niñas, salud) y los derechos que se poseen.
- **Desarrollo de una conciencia crítica** como posibilidad de aprehender una situación, dar una respuesta y tomar una decisión informada para la acción.

Fortalecimiento de valores (que son los que guían y orientan nuestra manera de pensar y de actuar frente a nosotros mismos, con otras personas y en diversas situaciones) **y derechos humanos** tales como igualdad, respeto, tolerancia, participación social, democracia, convivencia pacífica y responsabilidad, entre otros, que permitan a las personas empoderarse y elaborar proyectos de vida.

A partir del conocimiento y apropiación de los derechos humanos, de las mujeres, de los niños, niñas y jóvenes, de las personas adultas mayores y con capacidades diferentes, indígenas, sexuales y reproductivos, entre otros, las personas podrán ejercerlos en su vida personal, familiar, social y sexual de manera informada con libertad y responsabilidad en beneficio de su integridad física, emocional y social.

En el empoderamiento como el proceso que se manifiesta en tres niveles de acción intervienen elementos tales como: la autoestima y la toma de decisiones.

2.3.3 Autoestima

Es importante trabajar la autoestima en un taller de prevención de violencia, porque en la relación de violencia que establecen tanto el agresor como el

agredido llamada “dependencia emocional¹¹”, la autoestima se ve seriamente afectada.

Las características que a continuación se enumeran en torno a la dependencia emocional se dan en los casos catalogados como patológicos o “normales”. Estas dos matizaciones se deben a que la dependencia emocional es un continuo que empieza con la normalidad y termina con la patología, por lo tanto existen diferentes niveles de gravedad, que pueden sobrepasar estos límites y llevar a las personas a ser maltratadores y a las otras a ser víctimas de algún tipo de violencia.

Tres son las áreas que se ven afectadas por el dependiente emocional: relaciones interpersonales (con especial hincapié en las de pareja), autoestima y estado anímico:

1) Relaciones interpersonales que se caracteriza por una tendencia a la exclusividad en las relaciones, es decir, la persona se siente más cómoda con una sola que con varias, lo que en ocasiones demuestra que más que afecto hay una necesidad hacia el otro, lo que implica una falta de construcción personal, siendo algunas de sus características:

- Se depende emocionalmente de la otra persona, buscando constantemente su presencia que en ocasiones llega a ser agobiante y se manifiesta en continuas llamadas, mensajes al celular, deseo de hacer con ella cualquier actividad, etc. La motivación de este acceso constante es por un lado la necesidad emocional y por otro la ansiedad por una posible pérdida del otro.
- Necesidad excesiva de la aprobación de los demás.
- La relación se basa en el autoengaño y no en la realidad.

¹¹ “Es la necesidad afectiva extrema que una persona siente hacia otra a lo largo de sus diferentes relaciones de pareja”, dos aspectos son importantes a resaltar, por un lado es la excesiva necesidad por la otra persona (que no se reduce únicamente a la relación amorosa) y en segundo lugar es de carácter afectivo (y no de otro tipo).

- En la relación de pareja existe asimetría, desequilibrio y subordinación por parte de alguna de ellas (generalmente la mujer) y que constituye la base de la relación. Uno es el que domina y el otro (el dependiente emocional) solo se preocupa por el bienestar del otro, “de hacer lo que su pareja desee, de magnificar y alabar todo lo que hace, de ser el objeto de su desprecio narcisista e incluso a veces de su rabia, tanto psíquica como física”.
- La pareja se idealiza y se escoge con determinadas características egoístas, segura de sí misma, fría emocionalmente, entre otras. La superioridad de estas personas es el punto contrario de la otra que denota baja autoestima (dependiente emocional), por lo cual la idealiza.
- La existencia del dependiente carece del bienestar de quererse a sí mismo, que es la base fundamental para establecer relaciones de pareja “sanas, equilibradas y gratificantes”. La relación de pareja atenúa su necesidad de afecto sin ser feliz, con una sensación de tristeza y de vida torturada, el afecto y el respeto es algo desconocido para ellas.
- Miedo o pánico ante la ruptura amorosa gran posibilidad de padecer trastornos mentales en caso de que se produzca. Cuando se da la ruptura hay negación y hay continuos intentos por reanudarla; sólo es posible si el dependiente emocional cuenta con otra pareja que sea el centro de su existencia.
- Miedo e intolerancia a la soledad, lo que obstaculiza o frena la ruptura.
- Falta de asertividad y déficit en las habilidades sociales.

2) Autoestima y autoconcepto de sí mismo bajos. No esperan, ni les hace falta el cariño de sus parejas porque tampoco lo sienten hacia sí mismos, y generalmente no lo han sentido por parte de las personas más cercanas y significativas a lo largo de su vida. Así la falta de autoestima se convierte en uno de los rasgos distintivos de los dependientes emocionales.

El autoconcepto de si mismos es también bajo, sin embargo pueden desarrollar habilidades a lo largo de su vida en las cuales adquieran confianza y seguridad (por ejemplo en el área laboral).

3) Estado anímico y morbilidad. Su ánimo se caracteriza por sensaciones desagradables o molestas como tristeza, ansiedad, irritabilidad o inquietud, lo que les puede llevar a trastornos depresivos y ansiosos.

Como se observó la autoestima juega un papel importante dentro de la dependencia emocional en las relaciones de pareja y que puede hacer susceptible a las personas de sufrir algún tipo de violencia, aunque no es el único factor, es relevante tomarlo en cuenta.

La autoestima entendida como la capacidad de valorarse y aceptarse a sí mismo, está ligada con la confianza y el respeto a uno mismo y al sentido de responsabilidad. A lo largo de este proceso es posible distinguir los siguientes aspectos, mismos que se desarrollan en forma interrelacionada:

- Autoconocimiento: Es conocer quiénes somos, cómo actuamos, por qué actuamos, y lo que sentimos.
- Autoconcepto: Representa las creencias acerca de nosotros mismos, lo que suponemos que somos.
- Autoevaluación: Es la capacidad interna de calificar las situaciones y las acciones dentro de un sistema de valores, creado por el propio individuo y en su interrelación con su exterior.
- Autoaceptación: Es el proceso de aceptación de todas las partes de sí mismo (a), y a partir de ello, abrir la posibilidad del cambio.
- Autorrespeto: Atender y satisfacer las propias necesidades y el propio cuidado personal, expresar y manejar en forma conveniente sentimientos y emociones sin hacerse daño ni culparse.

Fortalecer estos aspectos, permite reconocernos, aprender a confiar en nosotros(as) mismos(as), y con ello tener mayor seguridad para afrontar los retos

que nos plantea la existencia. Todas las personas tenemos como tarea importante el desarrollo de nuestra autoestima, del sentido de confianza y seguridad en nosotros mismos.

2.3.4 Toma de decisiones

Es algo que hacemos durante toda nuestra vida e implica la elección de dos o más opciones, elegir una sobre otra puede marcar el destino de nuestras vidas, por lo cual a veces no es tan fácil hacerlo. Al tomar decisiones propias nos vamos responsabilizando de nuestras acciones, de las consecuencias que ello conlleva, y tomando el rumbo de nuestra vida, con lo cual nos desarrollamos como personas

Para tomar decisiones hay que:

- Identificar y valorar diferentes opciones y elegir la mejor.
- Generar alternativas de solución o ser creativos.
- Estar informado sobre las diferentes opciones.
- Reflexionar sobre nuestros intereses, lo que se quiere y desea.
- Asumir las consecuencias, sin dañar a terceros.
- Tener libertad y responsabilidad.

Así como considerar lo siguiente:

- Estar informados tanto de lo positivo como de los contras ante determinada situación, para definir las limitaciones del mismo. Si se carece de ella (información) es importante buscar consejo en aquellas personas que estén informadas.
- Conocimientos que se basan en las diferentes formas de enfrentar una situación o problema determinado.
- Experiencia, a veces es necesario considerar las vivencias tanto propias como ajenas sobre la resolución de un problema, la intuición también ayuda.
- Análisis, referido a desmenuzar la situación para una mejor comprensión y toma de decisión.

- Juicio o valoración que permita la selección de la acción o decisión apropiada.

Practicar la toma de decisiones es tener el poder para (hacer, decidir y actuar), y así tomar las riendas de nuestra vida.

2.3.5 Proyecto de vida

Cada persona tiene que crear e ir construyendo su vida a lo largo de toda su existencia, por lo que se convierte en un proyecto que a cada quien le corresponde desarrollarlo. En todo proyecto hay una posibilidad de mejorar porque implica una visión de futuro y de autorrealización.

Para llevar a cabo un proyecto de vida tengamos en cuenta:

- Propósito o meta realistas que se quiere alcanzar.
- Jerarquizar propósito o meta y elegir la más importante.
- Identificar los medios o recursos personales, materiales, económicos u otros.
- Establecer los tiempos a lograrlo: corto, mediano o largo plazo.
- Reorientar esfuerzos.
- Ir evaluando lo alcanzado de manera periódica y al final.
- Tener un carácter dinámico y una coherencia interna para realizarlo.
- Capacidad para ir superando adversidades.

Realizar un plan de vida personal permite ir cubriendo aquellos propósitos que nos proponemos, si lo escribimos se tiene la oportunidad de seguir los pasos planteados.

Dentro de las habilidades que se necesitan desarrollar están la clarificación de los valores personales, el fortalecimiento de la autoestima, la práctica de la comunicación asertiva, la negociación y la toma de decisiones; las cuales nos

ayudarán a cambiar una situación específica en los diferentes lugares o espacios donde se desenvuelve la persona.

2.3.6 Resolución no violenta de conflictos

El tema de resolución no violenta de conflictos surge desde la perspectiva de los Derechos humanos, que plantea que entre los individuos como entre los grupos, se pueden generar situaciones problemáticas, de tensión u oposición, por las necesidades y aspiraciones básicas que compartimos.

Todas las personas tenemos diferentes formas de pensar, sentir y actuar; nuestros valores son diferentes de acuerdo al contexto social al que pertenecemos y al papel que desempeñamos dentro de éste; por las diferencias de edad y de personalidad tenemos diferentes intereses personales, de pareja o colectivos; por estas diferencias de intereses se crean conflictos con diferentes grados de extensión e intensidad.

Los conflictos forman parte de la vida diaria de las personas, que sin embargo, son vistos como algo negativo y que deben evitarse porque crean tensión y angustia y que generalmente son resueltos por medio de la violencia. La evasión y no enfrentamiento de un conflicto es mayor cuando el mundo que nos rodea a nivel de lo social, lo económico, político y los medios de comunicación continuamente nos están bombardeando de la violencia como forma para resolver los conflictos.

Los conflictos forman parte de la vida diaria del ser humano, por ello, debemos aprender a identificarlos, analizarlos, comprenderlos, controlarlos y resolverlos de manera constructiva.

Cuando surge un conflicto cada persona tiene su propia opinión del mismo, puede surgir cuando lo que “yo quiero es diferente de lo que el otro quiere o hace”; se personaliza el conflicto y se puede responder con insultos, silencios o golpes.

Los conflictos se pueden abordar a través de:

- Resolución no violenta de conflictos.
- Gestión de conflictos (manejo).
- Niveles de gestión para la resolución de conflictos.

Para resolver un conflicto es necesario comprenderlo, ya que dentro de su interacción entran tres elementos que son la persona, el proceso y el problema.

Persona o personas, quienes están implicados, el papel que juegan e influencia; tener en cuenta que cada una de ellas tiene valores, intereses, necesidades y perspectivas que la caracterizan. La perspectiva se refiere a la combinación de sentimientos y hechos, lo que define como vive la situación cada persona y donde generalmente predomina la emoción sobre la razón. Esta en juego el poder, donde se presenta un desequilibrio marcado entre las partes, y donde es necesario igualar o apoderar la situación. La estima es otro factor que participa en la persona, es decir, el conflicto lleva a que se valore o no la persona y con ello se puede mantener o no la dignidad de la persona, por lo que se hace necesario separar a la persona del problema.

Proceso, cuanto más intenso es el conflicto una de las partes se cierra en su postura y escucha menos a la otra, se le insulta, generaliza el problema, se culpabiliza, y por tanto la comunicación es nula o poco efectiva. De esta manera se hace necesario preguntarse ¿qué tipo de comunicación esta presente?, ¿quién habla, a quién, cómo, cuánto y por qué?

Problema aquí se trata de buscar ¿cuál es el problema central? Y se pueden clasificar en:

Conflicto innecesario:

- Mala comunicación.
- Estereotipos.
- Desinformación.
- Mal entendimiento del propósito y del proceso.

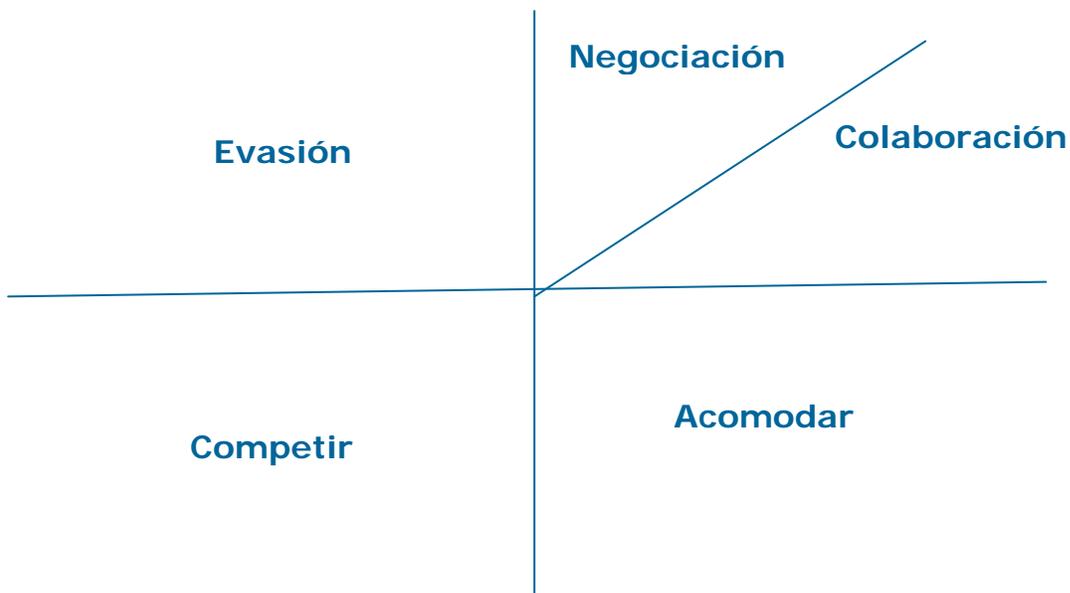
Conflicto genuino: Intereses, necesidades y o deseos distintos:

- Diferencia de opinión en cuanto a procedimientos a seguir.
- Diferencia de valores.
- Cuestiones concretas: dinero, tierra, derechos.

Hay que penetrar en las posturas y llegar a la base:

- Asuntos: donde están las discrepancias e incompatibilidades a tratar.
- Intereses: por qué estos asuntos importan.
- Necesidades: lo mínimo indispensable para satisfacer.

Lederach (1995: 76-77) plantea cuatro formas de enfrentar un conflicto que son competir, evitar, colaborar/negociar y acomodar, lo cual se puede esquematizar de la siguiente manera:



Competir, hay preocupación principal por los deseos personales, sólo se piensa en uno mismo y no hay preocupación por la otra persona, lo que uno desea es el único criterio que guía el comportamiento, no se piensa en lo que el otro quiere o desea.

Evadir, no resuelve directamente el problema, en el fondo no interesa “ni lo que yo deseo, ni lo que el otro quiere”.

Acomodar, cuando uno no se preocupa por lo propio, sólo se desea satisfacer los deseos de la otra persona, siempre se cede y acepta lo que el otro quiere.

Colaboración/negociar

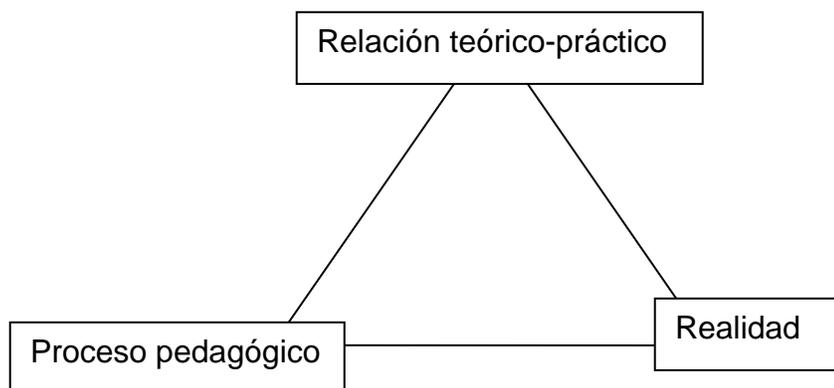
Es cuando se llega a acuerdos, donde son importantes los deseos y los propósitos de los implicados, es el esfuerzo por encontrar una solución, de tal manera que ambas partes ganen

CAPÍTULO 3: La propuesta, una alternativa para el cambio

En este capítulo se presentará la descripción de la propuesta de taller para la prevención de la violencia en el noviazgo.

3.1 Definición de taller

La modalidad de taller permite la relación teoría-práctica, entre el proceso pedagógico y la realidad a transformar o analizar y se puede representar de la siguiente manera:



El taller es una realidad compleja donde inciden los aspectos teórico-prácticos, el proceso pedagógico y la realidad, según Alwin de Barros y Gissi Bustos (citados en Paquete del asesor, 2000: 25), la realidad teoría - práctica es la dimensión del taller que intenta interaccionar el conocimiento y la acción y así aproximarse al cambio y transformación de problemáticas, para lo cual es necesario la reflexión, el análisis, la síntesis, la sistematización de procesos mentales y el cambio a través de acciones concretas.

La realidad o "servicio de terreno" (como le llaman los autores), es la respuesta profesional a las demandas sociales sobre las cuales se requiere trabajar. Y el proceso pedagógico que se centra en el desarrollo de aprendizaje de la persona como resultado de su vivencia y del conocimiento científico.

Características de un taller:

- Se crea, diseña y se construye a partir de la reflexión y acción.
- Es una participación colectiva que involucra a un grupo de participantes para que puedan ser capaces de analizar su realidad concreta y aproximarse a ella para transformar.
- Ayuda a generar habilidades y permite una creación colectiva del conocimiento y poner este en práctica, de forma creativa para desarrollar las tareas propuestas.
- Se discute propone, elabora, enjuicia y concluye una actividad, tema o situación concreta.

3.2 Características del taller de sensibilización

Población o muestra

- Hombres y mujeres entre las edades de 15 a 24 años.
- Personas jóvenes sin importar su orientación sexual.
- Jóvenes de zona urbanas o semi-urbanas.

Quien implementa el taller

- Facilitadores (quienes recibirán la primera formación) que formarán a las y los jóvenes.

Perfil del facilitador

- Realizar y aprobar el cuestionario de intereses (Anexo 1).
- Experiencia como facilitador, mínima de un año.
- Conocimiento y aplicación de técnicas de grupo y vivenciales.
- Demostrar interés y participación durante el taller; así como disponibilidad de tiempo.
- Asistir a todas las sesiones.
- Evaluar su desempeño al final del taller.

Metodología educativa (del taller)

Una de las primeras formas de aprender es a través de nuestra experiencia diaria, de lo más cercano, de lo que se necesita e interesa; así cuando nos enfrentamos a un conocimiento nuevo, éste se mezcla con la experiencia anterior para asimilar y construir un nuevo aprendizaje.

Desde el punto de vista del constructivismo el individuo construye su propio aprendizaje a partir de la interacción de su conocimiento y del medio ambiente, es decir:

- La persona es la responsable de su propio proceso de elaboración que implica seleccionar y organizar la información que obtiene.
- El aprendizaje que se brinda a la persona entra en un proceso de elaboración mental con el contenido que ya posee, lo que da como resultado un proceso de construcción a nivel social.
- Cuando la persona lleva a cabo estos procesos hace una lectura e interpretación de diferentes tipos de relación que si son importantes las integrará a su estructura cognitiva dándole significado al nuevo conocimiento y lograr el aprendizaje significativo.

El aprendizaje es significativo cuando la persona relaciona lo que aprende y le da un sentido a partir de la estructura que ya posee, es decir, construye nuevos conocimientos a partir de los adquiridos en su experiencia.

La adquisición del conocimiento presenta tres momentos importantes:

- ✓ Descubrimiento o recepción, donde la persona elabora o construye el conocimiento porque esta interesa en aprender.
- ✓ El aprendizaje nuevo que se le presenta de manera teórica, sistemático y ordenado, las personas reflexionan y lo van incorporando a sus esquemas cognitivos.

- ✓ La aplicación de lo aprendido a partir del significado que da al aprendizaje lo podrá incorporar para su vida diaria.

3.3 Quién es el facilitador

Desde la perspectiva constructivista el facilitador ha de orientar y promover la construcción del aprendizaje en las personas para que se vayan acercando de manera gradual a lo que significan y representan los contenidos como saberes de cambio y mejora para la vida.

El **facilitador** del aprendizaje; tiene que organizar el trabajo, coordinar, orientar, apoyar y realimentar a las personas para que el aprendizaje sea más sencillo y significativo: que tenga sentido y utilidad para ellas en su vida diaria. Para ello es necesario fomentar la participación de todos, la reflexión, el diálogo, y el desarrollo o **construcción de aprendizajes** a partir de sus experiencias y saberes previos.

Carl Rogers (Paquete del asesor, 2000: 15), decía que un facilitador del aprendizaje debe estimular a las personas para conocer, explorar, cuestionar, dudar y criticar sus propias maneras de vivir y ver la vida, y extraer sus propios significados de esas experiencias, asimismo:

- Deberá tener consideración, aprecio, aceptación y confianza con respecto a los participantes.
- Crear un clima de confianza favorable a la participación del grupo; utilizar experiencias significativas de grupo como recurso para el aprendizaje, y los materiales didácticos.

Esto incluye también, en todos los casos, hacer saber y sentir a las personas que se cree en ellas y que se confía en sus capacidades.

Así algunas de sus actividades dentro del taller son:

- Prepararse para el taller con la lectura previa del material a trabajar.

- Orientar las discusiones con preguntas que sirvan de guía, así como recoger, integrar y sintetizar las aportaciones de las y los jóvenes.

3.4 Técnicas vivenciales

Son aquellas en las que a través de la puesta en práctica de una situación, las personas se involucran y toman actitudes espontáneas. Es como si estuvieran viviendo realmente el hecho.

Es una forma de trabajo horizontal, participativa y lúdica donde se plantean contenidos a partir de una experiencia y una realidad concreta que se puede vivir y sentir como una experiencia personal y cercana que permite profundizar y analizarla.

Carl Rogers (Paquete del asesor, 2000: 25) plantea que el aprendizaje significativo se logra solo a través de la práctica. Así el aprendizaje vivencial se da cuando lo aprendido reviste significado especial para quien lo realiza:

- Participan los factores intelectual y afectivo, es autoiniciado, las tareas no son uniformes para todos, aumenta el conocimiento porque lo enlaza con la vida del individuo.
- Es más eficaz porque existe una participación activa, el participante formula sus propios problemas, decide el curso de acción y ayuda a descubrir los recursos de aprendizaje.
- Su ingrediente principal es el proceso de construcción que tiene que realizar la persona, por tanto, el aprendizaje perdura más y es más profundo ya que abarca la totalidad de ella.
- Este tipo de aprendizaje es una actitud de apertura hacia las experiencias y de incorporación al sí mismo dentro del proceso de cambio.

No. de sesiones

- Cinco sesiones (una sesión por categoría) de cuatro horas diarias.

No. de participantes

- Mínimo de 15 personas y un máximo de 20. Debido a que este número permite escuchar y realimentar la participación del grupo, si son más las vivencias personales se pueden diluir. Pueden ser más personas dependiendo de la capacidad y experiencia de la o el facilitador para manejar grupos.

CAPITULO 4: AGENDA DE TRABAJO Y PLANEACIÓN DIDÁCTICA

4.1 Agenda de trabajo:

Una vivencia para prevenir la violencia en el noviazgo
(Taller de sensibilización para ser aplicado por facilitadores)

Objetivos

- Formar y sensibilizar a facilitadores/as en la prevención de la violencia en el noviazgo para que sean reproductores de la experiencia de manera consciente, crítica e informada
- Sensibilizar a los y las jóvenes en la prevención de la violencia en el noviazgo, para que elaboren estrategias de acción que les permitan desarrollar relaciones equitativas y de negociación con sus pares

Responsables

- Facilitadoras/es

Duración

- Para los facilitadores multiplicadores, 25 horas.
- Para los y las jóvenes 20 horas.

Número de sesiones

- Para los facilitadores multiplicadores, cinco sesiones de cinco horas de lunes a viernes.
- Para los y las jóvenes, cuatro sesiones de cinco horas de lunes a jueves.

4.1.1 Sesión propedéutica para facilitadores

Objetivos

- Analizar el papel del/a facilitadora dentro del proceso de construcción del taller para promover su compromiso en la tarea a desarrollar.
- Conocer y vivenciar la propuesta del taller, para trabajarla con las y los jóvenes para prevenir la violencia en el noviazgo.
- Establecer un clima de confianza y respeto entre las y los integrantes para favorecer la participación y el aprendizaje.

TEMA	CONTENIDO	RECURSO	TIEMPO
<ul style="list-style-type: none">• Presentación del taller	<ul style="list-style-type: none">• Presentación del/la facilitadora; introducción sobre el taller y revisión de la agenda de trabajo.	<ul style="list-style-type: none">• Agenda de trabajo	15 min.
<ul style="list-style-type: none">• Expectativas y compromisos	<ul style="list-style-type: none">• Conocer las expectativas y compromisos de las y los	<ul style="list-style-type: none">• Hojas para rotafolio, marcadores,	15 min.

<ul style="list-style-type: none"> • Presentación de participantes 	<p>participantes con respecto al taller</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conformar y crear un clima de confianza en el grupo. 	<p>masking tape</p> <ul style="list-style-type: none"> • Técnica <i>Iniciales de cualidades</i> 	<p>45 min.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • ¿Por qué un taller de prevención de la violencia en el noviazgo? 	<ul style="list-style-type: none"> • Conocer la problemática que viven las y los jóvenes en sus relaciones de noviazgo a través del análisis de un documento. 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Cuestionario de intereses para facilitadores y documento Estadísticas de jóvenes y guía de preguntas</i> 	<p>45 min.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Papel del facilitador 	<ul style="list-style-type: none"> • Analizar el papel del/la facilitadora dentro del grupo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas para rotafolio, marcadores, masking tape 	<p>60 min.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Qué hacer ante el desborde de emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Sensibilizar a las y los participantes sobre la contención. 	<ul style="list-style-type: none"> • Técnica <i>Renacer y documento La contención</i> 	<p>90 min.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Evaluación de la sesión 			<p>30 min.</p>

4.1.2 Primera sesión: Aprender a ser mujeres y a ser hombres

Objetivo

- Analizar como el ser hombre y ser mujer son comportamientos aprendidos, que han llevado a relaciones inequitativa entre ambos sexos, con la finalidad de construir y practicar nuevas formas de relación justas y equitativas.

TEMA	CONTENIDO	RECURSO	TIEMPO
<ul style="list-style-type: none"> • Presentación del taller 	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación del/la facilitadora; introducción sobre el taller y revisión de la agenda de trabajo 	<ul style="list-style-type: none"> • Agenda de trabajo 	30 min.
<ul style="list-style-type: none"> • Expectativas y compromisos 	<ul style="list-style-type: none"> • Conocer las expectativas y compromisos de las y los participantes con respecto al taller 	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas para rotafolio, marcadores, masking tape 	15 min.
<ul style="list-style-type: none"> • Presentación de participantes 	<ul style="list-style-type: none"> • Conformar y crear un clima de confianza entre el grupo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Técnica <i>Iniciales de cualidades</i> 	45 min.

<ul style="list-style-type: none"> • Ser hombre y ser mujer 	<ul style="list-style-type: none"> • Reconocer las características femeninas y masculinas que hemos aprendido socialmente. 	<ul style="list-style-type: none"> • Técnica <i>Siluetas</i>, hojas para rotafolios, post-it, marcadores, masking tape y guía de preguntas (que aparecen en la planeación) 	60 min.
<ul style="list-style-type: none"> • Feminidad y masculinidad 	<ul style="list-style-type: none"> • Reconocer los estereotipos de género que hemos aprendido a reproducir. 	<ul style="list-style-type: none"> • Cuento tradicional de <i>La Cenicienta</i> y el cuento <i>La Cenicienta Feminista</i>, guía de preguntas 	60 min.
<ul style="list-style-type: none"> • Lo que nos dicen las canciones y refranes como estrategias de comunicación del ser mujer y ser hombre 	<ul style="list-style-type: none"> • Lo que aprendemos del lenguaje de las canciones y refranes populares. 	<ul style="list-style-type: none"> • Canciones, refranes, guía de preguntas, hojas para rotafolios, hojas blancas, marcadores, bolígrafos y masking.-tape 	60 min.
<ul style="list-style-type: none"> • Evaluación 	<ul style="list-style-type: none"> • Conocer como se sintieron y que aprendieron los y las participantes 	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas blancas y bolígrafos 	30 min.

4.1.3 Segunda sesión: Lo que quiero ser

Objetivos:

- Analizar que el empoderamiento implica apoderarse de sí mismo, por tal hay que reconocerse como sujetos de cambio en la vida personal y diaria, para desarrollarse en el ser, hacer, sentir y actuar.
- Reconocer que las y los jóvenes tienen y ejercen poder, para que lo practiquen de manera responsable y en beneficio de mejorar su calidad de vida.

TEMA	CONTENIDO	RECURSO	TIEMPO
• Para iniciar	• Recuperar la información revisada de la sesión anterior.	• Hojas para rotafolio, marcadores y masking tape	30 min.
• Entre el poder y el hacer	• Elaborar un concepto de empoderamiento y poder y sensibilizarse sobre la importancia en la vida de poder practicarlos	• Técnica <i>Lluvia de ideas</i> , hojas para rotafolio, marcadores y masking tape	30 min.
• Logros alcanzados	• Analizar los logros que mujeres y hombres de la vida	• Hojas para rotafolio, marcadores y masking tape	60 min.

	<p>diaria han alcanzado bajo diferentes circunstancias</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Técnica <i>El gato y el ratón</i>, hojas para rotafolio, marcadores y masking tape 	60 min.
<ul style="list-style-type: none"> • Qué es el poder 	<ul style="list-style-type: none"> • Sensibilizar sobre el ejercicio de poder 	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas para rotafolio, marcadores y masking tape 	60 min.
<ul style="list-style-type: none"> • Nuestro derecho a ejercer el poder 	<ul style="list-style-type: none"> • A través de un sociodrama nos sensibilizamos en el ejercicio del poder en la vida diaria 	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas para rotafolio, marcadores y masking tape y cuadro para resolver 	60 min.
<ul style="list-style-type: none"> • Lo que quiero tener 	<ul style="list-style-type: none"> • Quién ejerce el poder en una relación de noviazgo 	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas blancas y bolígrafos 	30 min.
<ul style="list-style-type: none"> • Evaluación 	<ul style="list-style-type: none"> • Conocer como se sintieron y que aprendieron los participantes 		30 min.

4.1.4 Tercera sesión: Me acepto y decido mi vida

Objetivos

- Fortalecer la autoestima en las y los jóvenes para que se valoren por sus fortalezas y debilidades y establezcan relaciones igualitarias y justas con sus pares
- Fortalecer la toma de decisiones en las y los jóvenes para que sean asertivos, en beneficio de su bienestar físico y emocional.

TEMA	CONTENIDO	RECURSO	TIEMPO
Para iniciar	<ul style="list-style-type: none"> • Recuperar la información revisada de la sesión anterior 	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas para rotafolio, marcadores y masking tape 	30 min.
Reconociéndome	<ul style="list-style-type: none"> • Lo que significa nuestro nombre 	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas para rotafolio, marcadores y masking tape 	45 min.
Yo y las relaciones afectivas	<ul style="list-style-type: none"> • Analizar cómo el resto de las personas que me rodean han contribuido a la formación de la autoestima 	<ul style="list-style-type: none"> • Cuadro para resolver, bolígrafos y guía de preguntas 	30 min.
Fortalezas y	<ul style="list-style-type: none"> • Reconocer 	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas blancas y 	30 min.

debilidades	fortalezas y debilidades en mi persona para mejorarlas o transformarlas	lápices	
Aprendo a mirarme	<ul style="list-style-type: none"> • Analizar mi físico para aceptarme por lo que soy y tengo 	<ul style="list-style-type: none"> • Espejos de medio cuerpo (tres o cuatro), guía de preguntas, carta compromiso 	30 min.
Cuando tomo decisiones	<ul style="list-style-type: none"> • Analizar la importancia de tomar decisiones en la vida diaria y responsabilizarse de ellas 	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas blancas, bolígrafos, película <i>Juno</i>, <i>aprendiendo a crecer</i>, guía de preguntas, hojas para rotafolios, masking-tape, maracadores, pantalla, laptop o computadora y cañón 	120 min.
Evaluación	<ul style="list-style-type: none"> • Conocer como se sintieron y que aprendieron las y los participantes 	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas blancas y bolígrafos 	15 min.

4.1.5 Cuarta sesión: Un proyecto de vida sin violencia

Objetivos

- Reconocer que en toda relación humana surgen conflictos por las diferencias de intereses, para aprender que se resuelven de manera pacífica sin recurrir a la violencia.
- Analizar la importancia de elaborar un proyecto de vida a corto, mediano y largo plazo que permita a las y los jóvenes reconocer las diferentes formas de desarrollo personal que tienen.

TEMA	CONTENIDO	RECURSO	TIEMPO
Para iniciar	- Recuperar la información revisada de la sesión anterior	- Hojas para rotafolio, marcadores y masking tape	30 min.
Un acercamiento al conflicto	- Elaborar una definición de lo qué es el conflicto y sus consecuencias	- Revistas, periódicos, tijeras, resistol o pritt, hojas para rotafolios, maskign-tape	45 min.
Las relaciones humanas	Identificar cuándo y por qué surgen los conflictos, así cómo se resuelven	- Casos familiares, hojas para rotafolios, marcadores y masking-tape	30 min.
Qué hacemos ante un conflicto	- Identificar a la negociación como la mejor forma para resolver	-Sociodrama (representación de una situación)	45 min.

Aprender a comunicar	un conflicto		
	- Reconocer la importancia de la comunicación en la resolución de conflictos	- Hojas blancas y bolígrafos	30 min.
Recupero lo vivido	- Analizar quienes tomaron las decisiones de mi vida antes de ser consciente de mi actuar	- Cuadro para resolver, fotografías de edades anteriores y bolígrafos	30 min.
Una experiencia al límite	- Reconocer la importancia de realizar un proyecto de vida	- Película <i>La vida sin mí</i> , laptop, cpu, cañón, pantalla, guía de preguntas, hojas para rotafolios, marcadores y masking-tape	60 min.
Elaboración de mi proyecto de vida	- Diseñar un proyecto de vida en lo personal, familiar y social	- Cuadro para resolver, hojas para rotafolios, marcadores y masking-tape	15 min.
Evaluación de la sesión	- Conocer como se sintieron y que aprendieron los participantes	- Hojas blancas y bolígrafos	5 min.
Evaluación final	- Conocer el punto de vista de los participantes que tomaron el taller	• Cuestionarios	10 min.

4.2 PLANEACIÓN DIDÁCTICA

4.2.1 Sesión propedéutica para facilitadores

Objetivos

- Analizar el papel del/a facilitadora dentro del proceso de construcción del taller para promover su compromiso en la tarea a desarrollar.
- Conocer y vivenciar la propuesta del taller, para trabajarla con las y los jóvenes para prevenir la violencia en el noviazgo.
- Establecer un clima de confianza y respeto entre las y los integrantes para favorecer la participación y el aprendizaje.

Presentación del taller

15 min.

La/el facilitador se presenta al grupo dice su nombre, cuáles son las expectativas y compromisos del taller. Reparte la agenda de trabajo del taller a los participantes para darle lectura en plenaria, se leen los propósitos, temas y contenidos a tratar; así como los tiempos de cada uno de ellos y se establecen los horarios para los recesos.

Expectativas y compromisos

15 min.

El/la facilitadora solicita a los participantes mencionen las expectativas que sobre el taller tienen, así como los compromisos que van a asumir durante el mismo, todo esto se va escribiendo en una hoja para rotafolios, la cual permanecerá en un lugar visible hasta que concluya el taller para verificar si las expectativas se cumplieron o no.

Presentación de participantes

45 min.

La/el facilitador trabaja con la técnica *Iniciales de cualidades* (Anexo no. 1), explica al grupo que cada persona tiene que decir su nombre y apellidos, así como dos cualidades positivas de ella que la definan que empiecen con las iniciales de su nombre, por ejemplo, Pedro Álvarez, plácido y amable, con el objetivo de tener los nombres de las y los participantes y favorecer un clima positivo desde el inicio.

Cuando pasen todos los participantes se pregunta dos o tres voluntarios decir el nombre de sus compañeros y sus cualidades. Para finalizar el/la facilitadora dice el nombre de cada persona y sus cualidades, así como enfatiza la importancia de crear un clima de confianza, respeto y comunicación durante el taller.

¿Por qué un taller de prevención de la violencia en el noviazgo?

45 min.

La/el facilitador reparte de manera individual el *Cuestionario de intereses para facilitadores y facilitadoras* (Anexo no. 2), una vez que lo terminan da al grupo el documento *Estadísticas de jóvenes* (Anexo no. 3) y se lleva a cabo una lectura comentada, al final se hace una reflexión con base en las siguientes preguntas:

- ¿En quién o quiénes prevalece más la violencia?
- ¿Qué tipo de violencia se presenta más entre ellas y entre ellos?
- ¿Por qué se presenta la violencia en el noviazgo entre las y los jóvenes?
- ¿Qué dicen las estadísticas?
- ¿Qué podemos hacer cómo educadores o cómo jóvenes?

En plenaria el/la facilitadora concluye el tema mencionando que el intervenir en estas etapas tempranas de la vida, tiene un efecto importante en el resto de la vida de las y los adolescentes para prevenir la violencia en el noviazgo.

Papel del/la facilitadora

60 min.

La facilitadora organiza cuatro equipos de cinco personas aproximadamente, dependiendo del número de participantes, para que analicen ¿cuál es el papel del o de la facilitadora?, una vez que tengan una conclusión, que organicen una sesión donde tendrán que asignar a un facilitador para trabajar el tema que gusten y el resto del equipo fungirá como participantes; cada equipo ocupará cinco minutos para su representación. El resto del grupo y la facilitadora realimentarán cada presentación al término de cada una de ellas.

Una vez que todos los equipos hayan pasado la facilitadora concluye el tema mencionando que el papel del/la facilitadora (Rogers, 2000: 5) es el de organizar el trabajo, coordinar, orientar, apoyar y realimentar a las personas para que el aprendizaje sea más sencillo y significativo. Para ello es necesario fomentar la participación de todos, la reflexión, el diálogo, y el desarrollo o **construcción de aprendizajes** a partir de sus experiencias y saberes previos.

Qué hacer ante el desborde de emociones

90 min.

El/la facilitadora solicita a los participantes se acuesten (o sentados, según la condición del espacio) o se pongan cómodos en el salón y empieza a relajarlos, para iniciar la técnica *Renacer* (Anexo no. 4).

Una vez que se concluye la técnica se pide a los participantes expresen, ¿qué aprendí y cómo se sintieron? En caso de que se presente un desborde de emociones, el /la facilitadora se acercará a la persona le toca la mano, el hombro o la abraza; puede pedir a algún compañero/a cercano a la persona u otro participante haga lo que ella esta haciendo, sin decir palabra y sin hacer preguntas; da el tiempo necesario para que la persona se recupere.

Si no se presenta esta situación la/el facilitador concluye el tema mencionando que cada persona por las experiencias que ha vivido, por su propia personalidad, así como quien ha vivido violencia puede ser susceptible de un desborde de emociones, para lo cual los futuros facilitadores tendrán que llevar a la práctica la *contención*, y a continuación da el documento *La contención* (Anexo no. 5) para realizar una lectura comentada y aclarar dudas.

Evaluación

30 min.

La/el facilitador reparte una hoja a cada participante para que den respuesta a las siguientes preguntas: ¿qué aprendí?, ¿cómo me sentí? y ¿qué puedo aportar como facilitador para este taller?

SESIONES CON LAS Y LOS JÓVENES

4.2.2 Primera sesión: Aprender a ser mujeres y a ser hombres

Objetivo

- Analizar como el ser hombre y ser mujer son comportamientos aprendidos, que han llevado a relaciones inequitativa entre ambos sexos, con la finalidad de construir y practicar nuevas formas de relación justas y equitativas.

Presentación del taller

30 min.

La/el facilitador se presenta al grupo dice su nombre, cuáles son las expectativas y compromisos del taller. Reparte la agenda de trabajo del taller a los participantes para darle lectura en plenaria, se leen los propósitos, temas y contenidos a tratar; así como los tiempos de cada uno de ellos y se establecen los horarios para los recesos.

Expectativas y compromisos

15 min.

El/la facilitadora solicita a los participantes mencionen las expectativas que sobre el taller tienen, así como los compromisos que van a asumir durante el mismo, todo esto se va escribiendo en una hoja para rotafolios, la cual permanecerá en un lugar visible hasta que concluya el taller para verificar si las expectativas se cumplieron o no.

Presentación de participantes

45 min.

El/la facilitadora trabaja con la técnica *Iniciales de cualidades* (Anexo no. 2), explica al grupo que cada persona tiene que decir su nombre y apellidos, así como dos cualidades positivas de ella que la definan que empiecen con las iniciales de su nombre, por ejemplo, Pedro Álvarez, plácido y amable.

Cuando pasen todos los participantes se pregunta a un voluntario/a quien quiere decir el nombre de sus compañeros y sus cualidades; la/el facilitador dice el nombre de cada persona y sus cualidades. Al finalizar la presentación se pregunta al grupo, ¿qué aprendí y como se sintieron con la dinámica y el tratar de encontrar y decir en alto dos cualidades tuyas.

Ser hombre y ser mujer

60 min.

La facilitadora solicita dos voluntarios (un hombre y una mujer), para que dibujen sus siluetas¹² de manera recíproca, de espaldas y de pie, en hojas para rotafolios (previamente pegadas en la pared), pide al grupo que a través de lluvia de ideas¹³ mencionen las características más comunes que como mujeres y hombres hemos aprendido a atribuirles a ambos sexos, por cada una que se mencione de la mujer habrá una de hombre, y se escriben en postit y se colocan en los dibujos. Una vez agotadas las participaciones, se reflexiona sobre las siguientes preguntas:

- Qué diferencias de características y cualidades encuentran entre hombres y mujeres.
- Cuáles de esas características son más valoradas, las de los hombres o las de las mujeres?, ¿por qué y quiénes las han marcado?
- Esas diferencias son iguales para hombres y mujeres, por qué, a quién o quiénes ponen en ventaja o desventaja.

¹² IMJ, SEP, UNICEF, CONM (2000). Género. 2

¹³ La cual de manera general consiste en que todas y todos aportan ideas de acuerdo con sus propias vivencias.

En plenaria se responden estas preguntas, se pide al grupo si desean cambiar las características que le colocaron a las siluetas del hombre y la mujer.

La facilitadora concluye la actividad mencionando que el ser hombre y ser mujer es algo aprendido a través de cómo nos criaron y educaron nuestros padres, después en las relaciones que establecemos con el resto de las personas, y en cada uno de los ámbitos donde nos movemos (amigos, escuela, trabajo, comunidad, medios de comunicación, ideología, cultura y tradiciones). Sin embargo, ésta educación ha generado desigualdades de trato y oportunidades entre mujeres y hombres, por lo que es necesario analizarlas y transformarlas (deconstruirlas, construirlas) para encontrar la equidad entre los géneros.

Feminidad y masculinidad

60 min.

Se integran cuatro equipos, a dos de ellos se les da una copia del cuento tradicional de *La Cenicienta* (Anexo no. 6) y a los dos restantes el cuento *La Cenicienta Feminista* (Anexo no. 7), la facilitadora les comenta que hay que analizarlos en función de las siguientes preguntas:

- Qué papel y función juegan las mujeres (Cenicienta, hermanastras, madrastra y hada madrina) y hombres (el príncipe y el rey) en los cuentos.
- Qué tipo de mujer y hombre representan los cuentos.
- Qué tipo de valores se ven representados en los cuentos y qué tan real pueden ser ambas posiciones.
- Qué tipo de amor se representa en los cuentos y qué tan real puede ser.
- Cuáles son las ventajas y desventajas para mujeres y hombres al esperar lo que se plantea en los cuentos.

En plenaria cada equipo expone las conclusiones a las que llegaron, previo leen en voz alta el cuento para darlo a conocer al resto del grupo. La facilitadora

escribe en la hoja para rotafolios las ideas principales sobre ambos cuentos y concluye la actividad mencionando que lo establecido culturalmente forma en mujeres y hombres estereotipos y roles que se espera reproduzcan, sin embargo la alternativa es romper esos esquemas preestablecidos que permitan otras opciones de relación.

Lo que nos dicen los medios de comunicación del ser mujer y ser hombre

60 min.

Se integran cuatro equipos, a dos de ellos se les da una serie de *canciones* (Anexo no. 8) y a los dos restantes unos *refranes* (Anexo no. 9), la/el facilitador les comenta que hay que analizarlo en función de las siguientes preguntas:

- Qué tipo de valores están representados
- Qué tipo de mujer y hombre están presentes en las canciones y refranes.
- Qué tipo de amor prevalece en las canciones.
- Qué tipo de lenguaje esta presente.

En plenaria cada equipo expone las conclusiones a las que llegaron. El/la facilitadora escribe en la hoja para rotafolios las ideas principales, da una pequeña conclusión y solicita a los equipos realicen la última actividad:

- Escriban una canción donde la relación entre mujer y hombre sea equitativa y el lenguaje no menosprecie a las mujeres.
- Cuál es el tipo de mujer y hombre que deseamos ser.
- Qué tipo de amor queremos y trataremos de buscar.

En plenaria cada equipo expone lo realizado, la/el facilitador concluye la actividad resaltando la importancia de analizar y cuestionar lo que vemos y escuchamos en nuestra sociedad para ir formando un lenguaje y un mundo que visualice a las mujeres y que en las relaciones de pareja exista equidad, respeto y responsabilidad.

Evaluación

30 min.

La/el facilitador reparte una hoja a cada participante para que den respuesta a las siguientes preguntas

¿Qué aprendí?

¿Cómo me sentí?

¿Qué puedo aportar para mejorar esta parte del taller?

4.2.3 Segunda sesión: Lo que quiero ser

Objetivos:

- Analizar lo qué es el empoderamiento y lo qué implica en la vida diaria de las y los jóvenes para que se desarrollen en su ser, hacer, sentir y se relacionen con los demás de manera empoderada.
- Reconocer que las y los jóvenes tienen y ejercen poder, para que lo practiquen de manera responsable y en beneficio buscando mejorar su calidad de vida.

Para iniciar

30 min.

La facilitadora pide a los participantes comenten lo que les pareció más importante de la sesión anterior, esto con la finalidad de recuperar lo aprendido y darle continuidad al trabajo diario.

Entre el poder y el hacer

30 min.

La/el facilitador pide a los participantes que a través de lluvia de ideas expresen lo qué ellos entienden por empoderamiento y poder, los comentarios los va escribiendo en hojas para rotafolios; posteriormente forma equipos, para que cada uno de ellos elabore una definición de empoderamiento y poder, al finalizar lo exponen al grupo. El/la facilitadora invita al grupo a identificar lo más importante de cada definición.

Para concluir la/el facilitador menciona que el empoderamiento es “tomar nuestra vida en nuestras manos” (Rowlands, 1997:5), es tener el control de las diferentes situaciones que afectan nuestra vida en todos sus ámbitos para tomar decisiones. Y que el poder todas y todos lo ejercemos, pero hay que hacerlo de manera justa y equitativa en todas las relaciones de convivencia que se establezcan.

Logros alcanzados

60 min.

Se pide a cada participante que elija un personaje (hombre o mujer) de la historia o del mundo artístico que admiran y escriban en una hoja por qué y los logros que ha realizado esa persona; en otra hoja escriban el nombre de un familiar (mujer u hombre) que admiran, escriban por qué y los logros que ha alcanzado.

En plenaria se pide a los participantes expongan los participantes famosos y familiares que escogieron y por qué, la/el facilitador va escribiendo en una hoja para rotafolios un cuadro comparativo entre hombres y mujeres, al final concluye que tanto mujeres como hombres tenemos la mismas capacidades y podemos alcanzar todo lo que nos propongamos, la única limitación la pone la persona.

¿Qué es el poder?

60 min.

La/el facilitador coloca al grupo en círculo para llevar a cabo la técnica del *el gato y el ratón*" (Anexo no. 10), al finalizarla solicita al grupo den respuesta a las siguientes preguntas

- ¿Cómo se sintieron al ser gatos, y qué ventajas tenían?
- ¿Cómo se sintieron al ser ratones, y qué desventajas sentían?
- ¿Qué podemos concluir? ¿Cómo se debe manejar el poder?

Las aportaciones las va escribiendo en las hojas para rotafolios y concluye la actividad resaltando que como el poder todas y todos lo tenemos en algún momento y situación se debe ejercer de manera pensada y sin dañar a terceros.

Nuestro derecho a ejercer el poder

60 min.

Se forman cuatro grupos y se pide a cada uno de ellos elaboren una historia que representarán en función de toma de decisiones, ejercicio del poder, saber manejar una situación (que generalmente se les asigna o llevan a cabo los

hombres) a través de las siguientes personajes: mujer jefa de familia, jefa de departamento, decirle al novio que no lo quiere para casarse con él o terminar una relación (porque ella quiere estudiar, quiere viajar) y hablar en público.

La facilitadora y el grupo resaltan los aspectos positivos y los negativos que hacen que las mujeres sobresalgan o no en las situaciones presentadas, concluye la actividad mencionando que todas y todos tenemos el poder para ser, hacer, convivir y transformar nuestras vidas de manera positiva.

Lo que quiero tener

30 min.

Por equipos se da respuesta a la pregunta generadora ¿quién debe tener el poder en una relación de noviazgo?, en plenaria cada equipo expone su respuesta y la/el facilitador hace una síntesis de lo que se presentó y resalta lo más importante. De manera individual solicita a cada participante de respuesta al siguiente cuadro:

Poder ser (lo que soy y quiero ser)	Poder hacer (lo que puedo y quiero hacer)	Poder convivir (lo que quiero compartir)

El/la facilitadora concluye la actividad y resalta la importancia de establecer relaciones de noviazgo o pareja de manera equitativa donde el respeto (a la manera de ser, actuar, ideas) y la comunicación interpersonal sea una forma de vida, que permita compartir la afectividad, el amor y el erotismo de manera placentera, sin riesgos ni coerción, y lograr el crecimiento de la pareja.

Evaluación

30 min.

La facilitadora reparte una hoja a cada participante para que den respuesta a las siguientes preguntas: ¿Qué aprendí?, ¿cómo me sentí?, y ¿qué puedo aportar para mejorar esta parte del taller?

4.2.4 Tercera sesión: Me acepto y decido mi vida

Objetivos

- Fortalecer la autoestima en las y los jóvenes para que se valoren por sus fortalezas y debilidades y establezcan relaciones igualitarias y justas con sus pares
- Fortalecer la toma de decisiones en las y los jóvenes para que sean asertivos, en beneficio de su bienestar físico y emocional.

Para iniciar

30 min.

La/el facilitador pide a los participantes comenten lo que les pareció más importante de la sesión anterior, esto con la finalidad de recuperar lo aprendido y darle continuidad al trabajo diario.

Reconociéndome

45 min.

El/la facilitadora inicia la sesión preguntando cuál es el significado del nombre de cada participante (previo a la sesión se deja investigar), pide a cada uno de ellos mencione lo que significa, si se identifica con lo que quiere decir y qué sentido ella o él le ha dado a su nombre.

En plenaria concluye la/el facilitador que nosotros somos quienes le damos valor al nombre, él es el que nos va a identificar a lo largo de la vida, le ponemos, quitamos o transformamos según lo que queremos ser.

Yo y las relaciones afectivas

30 min.

De manera individual se pide a cada participante llene el siguiente cuadro:

Quién me dijo la familia que soy yo	Quién dicen los demás que soy	Quién soy yo	Me acepto y me quiero por qué

- Con quién de la familia me siento más apegado
- Con quién de mis amigas/os me siento más apegado
- Dependo de los demás para sentirme querida e importante
- Sino tengo pareja como me siento

El/la facilitadora solicita voluntarios para dar lectura a la actividad individual, va rescatando los aspectos importantes que conforman la autoestima y la relación con las personas que nos rodean, para concluir mencionando que la autoestima no es estática, sino que va cambiando conforme nosotros crecemos. Durante la infancia son nuestros padres o las personas que nos crían quienes juegan un papel importante en su desarrollo, posteriormente las amigas/os y las personas con las que nos relacionamos, por lo cual, siempre existe la posibilidad de mejorarla (autoestima) de autoconocernos, autoaceptarnos, autorespetarnos e irnos autoevaluando para ser mejores.

Fortalezas y debilidades¹⁴

30 min.

La/el facilitador pide a los participantes dibujarse en una hoja blanca, sin escribir su nombre, una vez que han concluido su dibujo, les dice que en la parte derecha de la hoja escriban sus fortalezas y en la parte izquierda sus debilidades, una vez que han terminado pide que circulen su dibujo hacia la derecha cantando la canción “acitrón de un fandango...”, cuando ella (facilitador/a) diga basta se detienen de tal manera que cada quien se quede con un dibujo que no sea el suyo; de manera individual cada persona mostrará el dibujo que tiene al resto del grupo, al tiempo que lee las fortalezas y debilidades, tiene que decir quien cree que es, le puede ayudar el resto del grupo, si acierta se lo entrega a su dueño y éste a su vez tienen que hacer lo mismo, hasta que se identifiquen todos los dibujos.

El/la facilitador concluye la actividad mencionando la importancia de reconocer lo que somos (autoconocimiento) que tenemos de nosotros mismas, así como las fortalezas y debilidades que poseemos y que nos hacen ser personas únicas e irrepetibles; valorar, fomentar y seguir mejorando aquellas (fortalezas) que nos han permitido la realización de logros, para analizar y cambiar aquellas (debilidades) que afectan nuestra manera ser y nos limitan en lo que queremos alcanzar.

Aprendo a mirarme¹⁵

30 min.

La/el facilitador pide a cada participante se mire por 30 segundos en un espejo (todo su cuerpo), y reflexione las siguientes preguntas:

- ¿Quién es la persona que estoy viendo?, ¿cómo es?, ¿me acepto como soy?, ¿hay algo que quiera cambiar, qué?

¹⁴ INEA (2005). Taller Autoestima.

¹⁵ INEA (2005). Taller Autoestima.

lo que ha implicado en sus vidas. Pide voluntarios/as para que expresen sus respuestas y cierra el tema mencionando que a lo largo de la vida tomamos decisiones desde aquellas sencillas que implican que ropa ponernos o a que hora levantarnos, hasta aquellas que transforman nuestras vidas.

Las y los participantes ven la película *Juno, aprendiendo a crecer* y al finalizar en plenaria se llevan a cabo las siguientes preguntas de análisis.

- Les gusto o no y por qué.
- Cuál es la temática central de la película.
- Qué opinan de la actitud y decisión de Juno ante su embarazo.
- Qué opinan de la actitud del padre del hijo de Juno, de los familiares (padre y madrastra), de la pareja que iba a adoptar al hijo de Juno.
- Ustedes que decisión hubieran tomado y por qué.

La/el facilitador concluye la actividad mencionando que el tomar decisiones implica ser responsables y actuar conforme a lo que deseamos, tenemos la capacidad y la libertad de elegir en nuestra vida personal y en las diferentes situaciones que se vivan, nunca hay que permitir que los demás decidan por nosotros, ni sentirnos presionados para hacerlo.

La facilitadora integra cuatro equipos para que den respuesta a las preguntas:

- Por qué debemos tomar decisiones.
- Qué debemos tomar en cuenta al momento de tomar decisiones.

En plenaria cada equipo expone sus respuestas, el/la facilitadora escribe en una hoja para rotafolios las ideas importantes y concluye la actividad mencionando que el tomar decisiones implica hacernos cargo de nuestras vidas, ser independientes y libres para elegir siempre la mejor opción, y no dejar que otras personas decidan por nosotros. Lo que debemos tomar en cuenta al momento de tomar decisiones son entre otras cosas obtener información que nos permita analizar lo que nos

conviene; conocer y analizar nuestros valores; no dejarnos presionar por nadie; tener claras las diferentes posibilidades de solución; considerar ventajas y desventajas que se podrían presentar, establecer metas; asumir las consecuencias de la decisión y nunca dañar a terceros.

Evaluación

15 min.

La facilitadota reparte una hoja a cada participante para que den respuesta a las siguientes preguntas

¿Qué aprendí?

¿Cómo me sentí?

¿Qué puedo aportar para mejorar esta parte del taller?

4.2.5 Cuarta sesión: Un proyecto de vida sin violencia

Objetivos

- Reconocer que en toda relación humana surgen conflictos por las diferencias de intereses, para aprender que se resuelven de manera pacífica sin recurrir a la violencia.
- Analizar la importancia de elaborar un proyecto de vida a corto, mediano y largo plazo que permita a las y los jóvenes reconocer las diferentes formas de desarrollo personal que tienen.

Para iniciar

30 min.

El/la facilitadora pide a los participantes comenten lo que les pareció más importante de la sesión anterior, con la finalidad de recuperar lo aprendido y darle continuidad al trabajo diario.

Un acercamiento al conflicto

45 min.

La/el facilitador pide a los participantes formen cuatro equipos para elaborar un *collage* que refleje lo que es un conflicto, cómo se resuelve, así como elaboren una definición de lo que es.

En plenaria cada equipo expone su trabajo, y el resto del grupo va realimentando lo presentando por los equipos. El/la facilitador concluye la actividad y menciona que el conflicto es una situación de desacuerdo que surge en las relaciones entre personas, familias, pueblos o países, por las diferencias de ideas, intereses, necesidades o valores. El conflicto es visto como algo negativo, que debe evitarse porque crea tensión y angustia; se resuelve de diferente manera y una de las comunes es la violencia. Estos generan diferentes grados de tensión e intensidad, por tanto hay que aprender a solucionarlos de manera no violenta.

Las relaciones humanas

30 min.

Se integran equipos y se reparte a cada uno un *caso familiar* (Anexo no. 11), la tarea es identificar el conflicto, las personas que están involucradas, cómo lo resuelven y según su opinión si es o no la mejor opción.

En plenaria cada equipo presenta su caso y el/la facilitadora escribe los comentarios más importantes, para concluir la actividad menciona la importancia de educar en el conflicto, aprender a identificarlos, analizarlos, comprenderlos, controlarlos y resolverlos de manera constructiva no violenta, para lo cual el diálogo, el respeto, la negociación y la equidad tienen un papel preponderante en la solución.

Qué hacemos ante un conflicto

45 min.

Se integran cuatro equipos y a cada uno de ellos se les da una situación de pareja (Anexo no. 12), para que la representen y la solucionen de acuerdo a la evasión, competición, acomodación y negociación (colaboración).

En plenaria cada equipo representa la situación de acuerdo a la solución que se les señaló, el resto del grupo da sus comentarios sobre las ventajas y desventajas de cada alternativa, la facilitadora escribirá las aportaciones en una hoja para rotafolios, y concluye la actividad al mencionar que la mejor forma de solucionar un conflicto es a través de la negociación porque permite que las partes involucradas resuelvan el conflicto a través de acuerdos que satisfacen a ambas partes, siendo sus componentes principales la comunicación, respeto, empatía, tomar decisiones y el ceder (sin sentir que se esta perdiendo).

Aprender a comunicar¹⁶

30 min.

Posteriormente se forma un círculo y a cada participante se le da una hoja, con la indicación que la doble a la mitad, en la parte superior pongan como título padres y en la parte inferior hijos. La coordinadora les cuenta la siguiente situación: un joven de 16 años asiste a una fiesta, sus papás le dieron permiso hasta las 11:00 p.m., pero el chico en la fiesta está feliz y se olvida de la hora cuando se da cuenta son las 2:00 de la mañana y emprende el camino a casa.

A los participantes se les invita a que escriban en el título de padres **¿qué sienten al ver que no llega su hijo?** una vez que han escrito se les pide que pasen su hoja a la derecha y ahora escriban donde dice hijos **¿cómo se sienten en la fiesta?**; ahora pasen la hoja a la izquierda y escriban **¿qué sienten y piensan cuando escuchan que su hijo va abriendo la puerta sigilosamente?**, ahora pasan la hoja a la derecha y escriban como hijos **¿qué sienten y piensan al momento de entrar a su casa?**; la hoja pasarla a la izquierda y escriban **¿qué le dicen a su hijo al verlo entrar?**; la hoja pasarla a la derecha y escriban **¿qué les dicen a sus padres al verlos?**

En plenaria se invita a que cada participante exprese cómo se sintió, así como comparta el diálogo que escribió. La facilitadora concluye el tema resaltando la importancia de la confianza en las relaciones de convivencia y la comunicación entre generaciones, destacando los elementos de saber escuchar, elegir el momento adecuado para hablar, dejar que el otro exponga sus puntos de vista y necesidades, la empatía (sentirse en el lugar del otro); así como la importancia de establecer reglas y acuerdos entre las partes.

¹⁶ Cascón, P. 2001. Guadalajara.

Recupero lo vivido

30 min.

De manera individual se solicita a los participantes llenar el siguiente cuadro (previo se les solicitó llevar fotografía de años anteriores a la edad que tienen actualmente, de su nacimiento, infancia y pubertad).

Fotografía (o dibujo)	Emociones vívidas	Con quién se vivieron (las emociones)	Logros obtenidos (a esa edad)	Quien tomó las decisiones de mi vida
_____	_____	_____	_____	_____

En plenaria se solicitan voluntarios para que expliquen sus cuadros; el/la facilitadora concluye la actividad al mencionar que todos tenemos una historia que nos hacen ser lo que somos actualmente, que si bien hubo momentos en que nuestros padres o las personas que nos criaron tomaron decisiones por nosotros, ahora nos toca realizarlas y tomar la riendas de nuestra vida.

Una experiencia al límite¹⁷

60 min.

Los participantes ven la película *La vida sin mí* y al finalizar dan sus comentarios con relación a las siguientes preguntas:

- ◆ Les gusto, por qué.
- ◆ ¿Cómo es la actitud de la protagonista antes y después de saber de su enfermedad?
- ◆ ¿Cuál es la actitud de los personajes que rodean a la protagonista?
- ◆ ¿Qué medidas tomo la protagonista?, ¿qué pros y contras tienen?
- ◆ ¿Qué podemos aplicar en nuestras vidas?

En plenaria los participantes exponen sus comentarios y la facilitadora escribe los más relevantes en una hoja para rotafolios, concluye la actividad resaltando la importancia de elaborar un proyecto de vida que guíe y oriente los propósitos que queremos alcanzar en cada una de las etapas de nuestra existencia, tomado en cuenta que el propósito sea realista (alcanzable de acuerdo a nuestras posibilidades físicas, económicas y sociales); elegir el más importante e inmediato; identificar los medios o recursos personales, materiales, económicos y otros; establecer el tiempo en que los queremos alcanzar a corto, mediano o largo plazo; evaluar los avances que llevamos y reorientar esfuerzos; plantearnos nuevos propósitos, una vez alcanzado el inmediato.

Elaboración de mi proyecto de vida¹⁸

15 min.

A través de lluvia de ideas los participantes exponen cuáles son los aspectos a tomar en cuenta para elaborar un proyecto de vida, la/el facilitador escribe en una hoja para rotafolios las aportaciones y concluye la actividad mencionando que los aspectos básicos son tener un propósito u objetivo, el tiempo en que se va a

¹⁷ INEA (2005). Taller Empoderamiento.

¹⁸ INEA (2005). Taller Empoderamiento

lograr, los recursos humanos, económicos y materiales, evaluar si se logró o no el propósito y buscar otros nuevos.

El/la facilitadora pide que de manera individual cada persona realice un *proyecto de vida* con los siguientes datos:

- Identificar lo que se quiere alcanzar, tener interés y convicción para lograrlo.
- Analizar beneficios y desventajas,
- Reorientar acciones, de los errores aprender, conocer qué se necesita para lograrlo.
- Establecer un tiempo para alcanzarlo, puede ser a corto, mediano o largo plazo, hacer partícipes a los demás de los logros y plantearse nuevos retos)

¿Cuál es mi propósito o meta?	¿Cómo puedo lograrlo?	¿Qué recursos necesito?	¿Cuánto tiempo me llevaré?	¿Cuáles otras opciones tengo?
Enseñar a leer y escribir a las personas.	Si estudio para ser maestra de primaria.	Dinero. Tiempo	Tres años de preparatoria y cuatro de licenciatura.	Ser asesora en el INEA.

Aspecto	Proyecto	Recursos	Tiempo	¿Qué logros obtendré?
<i>En lo personal</i>				
Yo				
<i>Con mi familia</i>				
<i>Con pareja</i>				
<i>Sin pareja</i>				

<i>En lo educativo</i>				
<i>En mi trabajo</i>				
<i>Otro</i>				

Evaluación de la sesión

5 min.

El/la facilitadora reparte una hoja a cada participante para que den respuesta a las siguientes preguntas:

¿Qué aprendí?

¿Cómo me sentí?

¿Qué puedo aportar para mejorar esta parte del taller?

Evaluación final (Anexo no. 13)

10 min.

CONCLUSIONES

- El taller de sensibilización es una de las primeras propuestas de prevención de la violencia en el noviazgo realizada específicamente para esta población del INEA, jóvenes entre 15 y 24 años de zonas urbanas y semiurbanas, hetero y homosexuales. Aunque no es excluyente el taller para trabajarlo en otros sectores con esta población, la recomendación es incidir en el mayor número de mujeres y hombres. El conocimiento previo de la problemática de la violencia en el noviazgo permite reconocerla antes de presentarse, por tal motivo el taller adquiere su sentido preventivo, al darse a conocer de esta manera a las y los jóvenes. Aunque queda la tarea de dar continuidad a este taller y evaluar el impacto del manejo de información en la vida diaria de las y los jóvenes.
- Las edades de las y los jóvenes entre 15 y 24 años es un rango en el que aún se puede incidir para lograr cambios de actitud y comportamiento por la maleabilidad de pensamiento, antes de que establezcan relaciones duraderas y comportamientos más inflexibles. Trabajar con esta población es un punto de arranque, ya que si ellos logran asimilar y hacer suya la información, en el momento en que establezcan una pareja y tengan hijos pueden educar a éstos en una convivencia igualitaria y equitativa entre mujeres y hombres.
- El taller de sensibilización es un primer acercamiento a la problemática de la violencia en el noviazgo. Si la problemática esta presente se requiere de otro tipo de atención. Por ello el facilitador debe estar preparado para orientar y canalizar casos de violencia si se presentan en el grupo.
- Por las temáticas que se vivencian en el taller y el tipo de población a quien va dirigido éste (taller) puede ser aplicado a las y los jóvenes en general, no

sólo a la población cautiva del INEA, ya que el taller es una herramienta necesaria para cualquier espacio de formación educativo.

- Es necesaria e importante la formación inicial para las y los facilitadores, para que primero ellos se sensibilicen de la situación y la comprendan para después apropiarse de ella y formen a las y los jóvenes. Además de conocer las técnicas de grupo y la de “contención”, así como manejar el grupo, aspectos importantes para el alcance de propósitos.
- La convocatoria para que las y los jóvenes participen en el taller debe ser abierta y los asistentes ir por voluntad propia, para lograr un aprendizaje significativo para sus vidas y no por cumplir un requisito. Cuando las personas asisten por gusto es factible que el aprendizaje sea significativo para ellos y ellas y logren transformar sus paradigmas de vida.
- Los contenidos del taller permiten el análisis, reflexión, aprendizaje y aprehensión para la vida de:
 - Cuestionar formas de ser hombre y ser mujer, para transformar aquellas que afecten la integridad física y emocional de cada persona.
 - Desarrollar un proyecto de vida encaminado a potenciar todas las capacidades, actitudes y valores que como persona se poseen para tener una calidad de vida.
 - Ser empáticas, saber escuchar, exponer sus puntos de vista y aprender a resolver conflictos a través de la comunicación, el diálogo y la resolución no violenta de conflictos.
 - Tomar decisiones de lo que se quiere y desea alcanzar en la vida, sin menoscabo de su dignidad e integridad física y emocional.
 - Diferenciar entre el amor romántico y el real, donde éste último se base en el respeto, la colaboración, la tolerancia, la negociación y

afecto sino igualitario si fundamentado en el respeto a la integridad y dignidad personal.

Comprender que la violencia en el noviazgo tiene como base el amor romántico y por tal su manifestación es sutil y desapercibida para las y los jóvenes y para la sociedad en general; no respeta edad, educación, ni posición social.

Empoderarse a través del conocimiento de sí mismas, para comprender que los comportamientos los podemos cambiar por aquellos que mejoren la integridad emocional y la calidad de vida en las relaciones de pareja y en general.

Teniendo en cuenta que los cambios de comportamiento son procesos y como tales llevan tiempo, pero que si se quiere cambiar es posible esforzándose cada día.

Nunca justificar la violencia ni hacia si mismas ni la de la otra persona, cada quien es responsable de su propio actuar.

No tener miedo en platicar lo que se siente y se vive, todos y todas somos susceptibles de vivir situaciones problemáticas, lo importante es buscar ayuda, apoyo, orientación y atención física y emocional.

Quien vive violencia requiere de atención inmediata para una recuperación de su integridad física y emocional, pero sólo esa persona es quien la tiene que solicitar; sin forzarla y después que haya procesado su situación.

BIBLIOGRAFÍA

Bonino, L. Leal, D. Lozoya, J.A., ZIL, P. (2002). España, www.hombresigualdad.com/violento-yo-novedad%20diciembre.htm. *¿Violento yo?.. ¿Pues cuando te he pegado?* La violencia masculina detrás de las relaciones de noviazgo. 1-7

Bourdieu P. y J. C. Passeron; Ch Baudelot y R. Establet; Althusser (1978). La escuela capitalista, aparato ideológico del estado al servicio de la reproducción social. En: Palacios, Jesús. *La cuestión escolar*. Barcelona LAIA, (Cuadernos de Pedagogía No. 39).

Cascón, P. y Martín, C. (2000). *La alternativa del juego I. juegos y dinámicas de educación para la paz*. México. Edición El perro sin mecate. 23, 175-177.

Diario Oficial de la Federación (DOF) 02/08/06 y 01/02/07. *Ley General para la igualdad entre hombres y mujeres y Ley General de acceso de las mujeres a una vida libre de violencia*

Educación para la paz en el nuevo milenio (2001). IX Simposium de educación Cátedra "Paulo Freire". Ser, conocer, hacer y convivir. Guadalajara, Jal. 26-29 de septiembre, 1-12.

Fichman Gustavo E. (2003). *No solo para mujeres: género, educación y formación docente*. Visión Educativa Año 2 No. 7. 3 – 11

Foucault Michel (1977). *Historia de la sexualidad. I La voluntad de saber*. México, Siglo XXI, 99 – 125

Fuentes, Mario Luis (2010). *La juventud mexicana: en la vulnerabilidad y en el olvido*. Red Nacional Católica de Jóvenes por el Derecho a Decidir. México.

Garda, Roberto (2005). *Masculinidad, juventud y violencia*. Documento de trabajo. CORIAC México. 1-7

Giménez, Gilberto (2000). *Materiales para una teoría de las identidades sociales*. México, Instituto de investigaciones sociales de la UNAM. 1- 25.

Martínez, N. (2009). *UNAM no puede hacer más por jóvenes excluidos: Narro*. Periódico El universal, Ciudad de México. Jueves 13 de agosto.

IMSS. INDESOL. SEDESOL, AFLUENTES (2003). *¡Por nosotras mismas! Guía del taller para el Empoderamiento de la mujer indígena y campesina*. México. 42, 55-60 y 69-73.

INMUJERES (2005). Cuento *La Cenicienta*. 1-3

INMUJERES (2005). Cuento *La Cenicienta feminista*. Adaptación de Jacobo Schifte de la obra de Linda Taylor. 2005. P. 1-3.

INMUJERES (2003). *Encuesta sobre la dinámica de las relaciones en el noviazgo*. México. 1-24.

Instituto de las mujeres del Distrito Federal

www.inmujer.df.gob.mx/violencia/tiposmodalidades.html. Consulta realizada, julio 2010.

INEA (2006). Módulo *Aprendamos del conflicto*. México.

INEA (2005). Módulo *Embarazo un proyecto de vida*. Unidad 2, Tema 1. México.

INEA (2005). *La contención*. Documento de trabajo. México. 1-5.

INEA (2003). Módulo *Ser joven*. Unidad 3, Tema 2, Unidad 2, Tema 3 y 4.

INEA (2003). Módulo *Un hogar sin violencia*. México.

INEA (2000). *Paquete del asesor*. México. 15, 25.

INEA (2003). Revista. *En Delitos sexuales*. Módulo Sexualidad juvenil, México. 66.

INEA (2005). Taller *Autoestima*.

INEA (2005). Taller *Empoderamiento*.

Instituto Mexicano de la Juventud (2008). *Encuesta Nacional de violencia en las relaciones de noviazgo 2007*. Resumen ejecutivo. México. 3-22

IMJ, SEP, Comisión nacional de la mujer, UNICEF (2000). *Cuadernillo Masculinidades*. México.

IMJ, SEP, Comisión nacional de la mujer, UNICEF (2000). *Cuadernillo Género*. México.

Latapí Sarre, Pablo (1998). ¿Educación para la tolerancia? Equívocos, requisitos y posibilidades en Papadimitru Cámara Greta (coord.). 1998. *Educación para la paz y los derechos humanos. Distintas miradas a 25 años*. Edición El perro sin mecate. Universidad Autónoma de Aguascalientes. Asociación Mexicana para las Naciones Unidas A. C., México.

Lederach, Juan Pablo y Marcos Chupp (1995) *¿Conflicto y violencia? ¡Busquemos alternativas creativas!* Guatemala. Ediciones Clara-Semilla. 76 y 77.

Lugo, R. (2004) www.vitral.org/vitral60/pedag.htm. *El empoderamiento y sus significados*. Revista Vitral. No. 60 año X marzo-abril. 1-5

Mekss, C (1993). *Recetas para educar*. Ediciones Médicis. Barcelona.
www.gobiernodecanarias.org/educacion/9/Usr/eoeptf10/conflictos_familiares.htm.

Consulta realizada marzo 2009.

Ocaña López Susana. *La cara oculta del amor... La violencia en las relaciones de noviazgo un análisis del programa Amor es sin violencia del Instituto de las Mujeres del Distrito Federal*. Idónea comunicación de resultados. Maestría en estudios de la mujer. UAM. México 2008.

Pedagogía institucional

www.monografias.com/trabajos14/pedagogoinstituc/pedagog-instituc.shtml

Ramírez Hernández Antonio. CECEVIM (1999). Un modelo de Intervención para erradicar la violencia masculina en el hogar. 1-10.

Rowlands Jo (1989). Abstracts Contact About Submissions Authors Subscribe. *El empoderamiento a examen*. 1-10.

Scott, Joan. El género: Una categoría útil para el análisis histórico. En: Lamas Marta Compiladora. *El género: la construcción cultural de la diferencia sexual*. PUEG, México 1996. P. 265-302.

Taller *Movimiento y cuerpo* (2005). Universidad Claustro de Sor Juana. México.

ANEXOS

Para facilitadores y jóvenes

Anexo no. 1

Técnica Iniciales de cualidades¹⁹

Su objetivo es retener los nombres de todos los participantes y favorece un clima de confianza. Es importante que él o la facilitadora se aprendan los nombres porque permite que cada persona se sienta parte del grupo y “mirada” por el o la facilitadora

Cada persona dice su nombre y apellidos y, a la vez dos calificativos positivos que la definan y que empiecen con la primera letra de nombre y apellido. Por ejemplo, Pedro Álvarez, plácido y amable.

Cada participante escucha con atención, porque al final se preguntara a varios voluntarios por las cualidades de algunos de sus compañeros y compañeras.

¹⁹ Soriano, P. Beristain, M (2000). *La alternativa del juego I*. Juegos y dinámicas de educación para la paz. Edición para México El perro sin mecate. 23.

Cuestionario de intereses para facilitadores

Anexo no. 2

Fecha: _____

I. Datos personales

Nombre: _____ Edad: _____

Escolaridad _____ Titulado: Sí () No ()

II. Experiencia laboral

Ha sido facilitador No () Sí () Tiempo de experiencia: _____

¿Qué tipo de formación educativa ha proporcionado?

Desde su punto de vista que características debe tener un facilitador.

Describa, ¿cuál es la función de un facilitador?

¿Cómo considera ha sido su función como facilitador?

¿Que problemáticas ha enfrentado y cómo las ha resuelto?

¿Qué técnicas de grupo conoce?, descríbalas.

¿Ante un desborde de emociones o una situación de crisis entre los participantes cómo ha reaccionado?

Conoce ¿qué es la contención?, si su respuesta es afirmativa describa en qué consiste.

Ha capacitado a jóvenes'

Sí () Tiempo de experiencia: _____

No () Le gusta trabajar con jóvenes, ¿por qué? _____

¿Quiénes considera son los jóvenes?

¿Qué representan los jóvenes?

Según tu punto de vista escribe tres situaciones problemáticas, ¿qué consideres viven las y los jóvenes y explica por qué?

¿Por qué le gustaría participar en esta formación de prevención de la violencia en el noviazgo?

Evaluación cualitativa

La cual consistirá en que cada facilitadora/o conozca todo el taller lo prepare y las personas responsables de su formación le indicarán que tema del contenido del taller reproducirá en un ensayo muestra de aproximadamente 20 min. Las personas responsables harán los comentarios para dar su visto bueno con respecto a los facilitadores que implementaran el taller con las y los jóvenes.

	Sobresaliente	Muy bien	Bien	Regular	Comentarios
Conocimiento del tema					
Manejo del grupo					
Manejo de los recursos					
Manejo de las técnicas					
Desenvolvimiento personal					

Para facilitadores

Anexo no. 3

Documento *Estadística de jóvenes*

La Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares 2003 revela que al examinar la prevalencia de la violencia física, emocional y económica en las relaciones de pareja, los grupos de mujeres más jóvenes presentan un mayor porcentaje en más de un 13% particularmente violencia física en el grupo de mujeres de 15 a 19 años, situación que decrece conforme aumenta la edad.

Estudios en diferentes partes del mundo han expuesto cómo las relaciones de noviazgo en la adolescencia se caracterizan por pautas de desigualdad de género y dominación prevalecientes en cada cultura. Además es en esta etapa donde se consolidan ciertos “aprendizajes” acerca del papel sumiso “que se espera” de las mujeres, así como su disponibilidad para el acto sexual.

La independencia en la vida (caracterizada por el despertar de los sentimientos erótico-afectivos) y la falta de madurez impide a los adolescentes identificar las diferentes formas de violencia que viven con sus parejas y que las confunden con “amor” incluso pueden llegar a pensar que la violencia es una expresión del grado de vinculación que tienen sus novios para con ellas (Jonson et al, 2005: 11)

Si bien es cierto que las agresiones entre jóvenes se pueden dar entre los diferentes sexos, también es cierto que se trata de acciones no igualitarias porque los daños para la salud siempre son mayores en las mujeres que en los hombres que sufren violencia por parte de su pareja, y porque los aprendizajes son diferentes entre hombres y mujeres donde se trata de consolidar a cada uno en su rol esperado, en los primeros a ejercer y beneficiarse de la dominación y la

segundas como agentes sumisas y conformistas, denotando esto inequidad de género (Capaldi, Owen, 2001; Halpem et al, 2001: 12)

El riesgo de sufrir violencia en la adolescencia es igual para adolescentes cuya pareja es de su edad o mayor (Hammer, 2004: 12)

Para Malik (et al, 1997:12) encuentra relación entre la violencia social y la violencia en el noviazgo que sufren los adolescentes. Hay evidencias de que la violencia en la infancia tiene consecuencias tanto en la adolescencia como en el tipo de relación que se establecen a esa edad, los cuales tienen un alto riesgo de ser también violentos.

Para facilitadores

Anexo no. 4

Técnica Renacer²⁰

Desde el inicio la técnica puede ir acompañada de música suave, que no distraiga, con un volumen moderado que permita la relajación y escuchar las indicaciones de la o el facilitador. Previo se solicita a los participantes vestir ropa cómoda, para realizar los ejercicios en el piso y efectuar las siguientes indicaciones.

- Relajación (respiración profunda, acostados en el suelo), tiempo aproximado cinco min.
- Respiración profunda (intercalada entre los recuerdos y en cada indicación), tiempo aproximado 5 min.
- Sentir el cuerpo, estirarse, sentir las piernas, los brazos, cada parte de él (ojos, nariz, boca, cuello, etc.), volver al estiramiento, tiempo aproximado 10 min.
- Pensar en nuestra infancia, en nuestro pasado, con quién vivía, que compartíamos, quien ejercía el poder, con qué juguetes jugaba, quiénes eran mis amigos, cuál fue lo más grato o desagradable, en que momento yo ejercí poder, tiempo aproximado 20 min.. Para finalizar despedirse de ese niño o niña dándonos un abrazo
- Sentir el cuerpo, estirarse, sentir las piernas, los brazos, cada parte de él (ojos, nariz, boca, cuello, etc.), volver al estiramiento, tiempo aproximado 10 min.
- Invitar a las personas a ponerse en posición fetal, sentirse cubierto, pleno, protegido, tiempo aproximado 10 min.
- Solicitar a las persona que poco a poco y a su propio ritmo irse recuperando, volviendo a su posición, ir creciendo, ponerse en cuclillas e irse levantando (al propio ritmo), ya de pie estirarse e ir levantando los

²⁰ Taller Movimiento y cuerpo, 2005

brazos, lo mismo que la cara, mirando al sol, sentir qué somos girasoles e irse moviendo al vaivén de la música; tiempo aproximado 20 min.

- Después entre todos formar un círculo y moverse al compás de la música, juntos primero y después ir abriendo el círculo; tiempo aproximado 10 min.

Para facilitadores

Anexo no. 5

La contención²¹

Al inicio y durante un taller es importante que como facilitador fomentes un clima de:

- Respeto y confianza entre los participantes, de tal manera que cuando quieran expresar sus emociones y sentimientos sientan confidencialidad para hacerlo.

Recuerda que eres parte del grupo y que ante las emociones y sentimientos no hay respuesta, ni soluciones, sólo apoyo.

Evita emitir juicios de valor (bueno - malo, importante - no importante), **hacer comparaciones, minimizar o maximizar** emociones y sentimientos y **dar consejos**.

Ante casos difíciles procura **canalizar** y **orientar** a las personas a las instituciones o instancias correspondientes de apoyo físico, emocional o legal según sea el caso.

El trabajar en un taller con las emociones de las personas (recordar el pasado, cómo lo viví; cómo soy; mis afectos; fortalezas y áreas de oportunidades) en ocasiones puede llevarlas a que se sientan vulnerables lo manifiesten a través del llanto, éste puede ir acompañado de palabras groseras o de recriminaciones como ¿por qué yo?, ¿por qué me paso a mí?, etcétera o bien de silencio, para lo cual te sugerimos *contener*

No te angusties, ni asustes, no necesitas ser especialista para apoyar u orientar a las personas, muchas de ellas lo único que necesitan es ser **escuchadas**. Es

²¹ INEA (2005). Documento de trabajo,.

importante que les mencionemos que todos y todas tenemos experiencias buenas y malas, que nos han hecho crecer como personas y de que nosotros depende ser mejores.

Ante estas situaciones te sugerimos **contener** de la siguiente manera:

- Dejar que la persona llore libremente, no interrumpir su llanto o decirle que deje de hacerlo
- Tocar sus manos, abrazarla o recargarla sobre el hombro. Las manos el abrazo o el hombro pueden ser del facilitador o invitar a otra persona del grupo a que lo haga. Soltarla hasta que se haya calmado.
- Silencio respetuoso, no es necesario decir palabra alguna.
- Nunca preguntar ¿qué te pasó?, ¿cómo fue?, etcétera.
- Nunca obligar a la persona a hablar sobre lo que pensó o sintió.

Es importante que veas a todo el grupo ya que, puede haber personas que no lloran, pero que pueden estarlo conteniendo, pregúntales ¿cómo se sienten? Dependiendo de su respuesta tú actuarás.

Después de una situación como la antes mencionada es importante que des un tiempo de descanso para que todos y todas se relajen y continuar la sesión.

La cenicienta²²

Anexo no. 6

Hubo una vez, hace mucho, mucho tiempo una joven muy bella, tan bella que no hay palabras para describirla, se llamaba *Cenicienta*, ella era pobre, no tenía padres y vivía con su madrastra, una mujer viuda muy cascarrabias que siempre estaba enfadada, dando ordenes y gritos a todo el mundo.

Con la madrastra también vivían sus dos hijas, que eran muy feas e insoportables, *Cenicienta* era la que hacía los trabajos más duros de la casa, como limpiar la chimenea cada día, por lo que sus vestidos siempre estaban sucios o manchados de ceniza, por eso las personas del lugar la llamaban *Cenicienta*, ella tenía como amigos a dos ratoncitos muy simpáticos que vivían en un agujero de la casa.

Un buen día, sucedió algo inesperado; el rey de aquel lugar hizo saber a todos los habitantes de la región que invitaba a todas las chicas jóvenes a un gran baile que se celebraba en el palacio real. El motivo del baile era encontrar una esposa para el hijo del rey, el príncipe, para casarse con ella y convertirla en princesa.

La noticia llegó a los oídos de *Cenicienta* y se puso muy contenta, por unos instantes soñó con que sería ella, la futura mujer del príncipe, la princesa, pero por desgracia, las cosas no serían tan fáciles para nuestra amiga...

La madrastra de cenicienta le dijo en un tono malvado y cruel: tú *Cenicienta*, no irás al baile del príncipe, porque te quedarás aquí en casa fregando el suelo, limpiando el carbón y ceniza de la chimenea y preparando la cena para cuando nosotras volvamos.

²² INMUJERES, 2005.

Cenicienta esa noche lloró en su habitación, estaba muy triste porque ella quería ir al baile y conocer al príncipe.

Al cabo de unos días llegó la esperada fecha: el día del baile en palacio, *Cenicienta* veía como sus hermanastras se arreglaban y se intentaban poner guapas y bonitas, pero era imposible, porque eran muy feas de tan malas que eran, pero sus vestidos eran ¡muy bonitos!

Al llegar la noche, su madrastra y hermanastras partieron hacia el palacio real, y *Cenicienta*, sola en casa, una vez más se puso a llorar de tristeza. Entre llanto y llanto, dijo en voz alta: - ¿Por qué seré tan desgraciada? Por favor, si hay algún ser mágico que pueda ayudarme, con desesperación. De pronto, sucedió algo increíble; se le apareció un hada Madrina muy buena y muy poderosa, y con voz suave, tierna y muy agradable le dijo a *Cenicienta*; - No llores más, te ayudaré. ¿De verdad? dijo *Cenicienta* un poco incrédula, pero ¿cómo vas a ayudarme? no tengo ningún vestido bonito para ir al baile y mis zapatos están ¡rotos!

La hada madrina saco su varita mágica y con ella toco suavemente a *Cenicienta*, y al momento ¡oh, que milagro! un maravilloso vestido apareció en el cuerpo de *Cenicienta*, así como también unos preciosos zapatos.

Ahora ya puedes ir al baile de palacio *Cenicienta*, pero ten en cuenta una cosa muy importante: tú vestido a las 12 de la noche volverá a ser un harapo, asimismo el carruaje que te llevara a palacio, se transformará en una calabaza, sino regresas a esa hora; ¡Bien!, dijo *Cenicienta*, ya soy feliz, solo por poder ir al baile.

Cuando *Cenicienta* llego al palacio, causo mucha impresión a todos los asistentes, nadie nunca había visto tanta belleza, ¡*Cenicienta* estaba preciosa!

El príncipe, no tardo en darse cuenta de la presencia de esa joven tan bonita, se dirigió hacia ella y le preguntó si quería bailar, *Cenicienta*, dijo ¡si, claro que sí!, y estuvieron bailando durante horas y horas.

Las hermanastras de *Cenicienta* no la reconocieron, debido a que ella siempre iba sucia y llena de ceniza, incluso se preguntaban quien sería aquella chica tan preciosa.

Pero de repente ¡oh!, dijo *Cenicienta*, son casi las 12 de la noche, mi vestido esta a punto de convertirse en una ropa sucia, y el carruaje se transformará en una calabaza! ¡Oh, Dios mío! ¡Tengo que irme! le dijo al príncipe que estaba en sus brazos bailando.

Salió a toda prisa del salón de baile, bajó la escalinata hacia la salida de palacio perdiendo en su huída un zapato, que el príncipe encontró y recogió.

A partir de ese momento, el príncipe ya sabia quien iba a ser la futura princesa, la joven que había perdido el zapato, ¡caramba!, exclamo el príncipe, pero si no se ni como se llama, y mucho menos, ¡donde vive!

Para encontrar a la bella joven, el príncipe ideó un plan, se casaría con aquella que pudiera calzarse el zapato. Envió a sus sirvientes a recorrer todo el reino. Todas las jóvenes, chicas y mujeres se probaban el zapato, pero no había ni una a que pudiera calzarse el zapato.

Al cabo de unas semanas, los sirvientes de palacio llegaron a casa de *Cenicienta*; la madrastra llamó a sus feas hijas para que probasen el zapato, pero evidentemente no pudieron calzarlo.

Uno de los sirvientes del príncipe vio a *Cenicienta* en un rincón de la casa, y exclamo: -¡eh!, ¡tu también tienes que probarte el zapato! La madrastra y sus hijas dijeron: -¡por favor!, ¿cómo cree usted que *Cenicienta* sea la chica que busca el príncipe?, ella es pobre, siempre esta sucia y ¡no fue a la fiesta de palacio!

Pero cuando *Cenicienta* se puso el zapato y le encajo a la perfección, todos los presentes se quedaron pasmados !oooh!, ¡es ella, la futura princesa! Inmediatamente la llevaron a palacio y a los pocos días se casó con el príncipe. Nunca más volvió con su madrastra, vivió feliz en palacio hasta el último de sus días.

La Cenicienta “feminista”²³

Anexo no. 7

Había una vez una hermosa joven de nombre *Cenicienta*, vivía, desde la muerte de sus padres, con su cruel madrastra y sus dos feas hermanastras, quienes la celaban y la trataban muy mal.

Cenicienta debía hacer la mayoría de los trabajos desagradables de la casa y recibía muy poco de los bienes materiales y del afecto de su familia. Esto porque su madrastra resentía su belleza y el afecto especial que el difunto marido sintió por su hija.

Un día se anunció un evento fenomenal en el reino, el rey ofrecía un baile al que estaban invitadas todas las solteras disponibles, ahí conocerían al príncipe, quien elegirá entre todas a su afortunada esposa.

En la casa de *Cenicienta* se empezaron a realizar los preparativos para el baile, la madrastra decidió que una de sus hijas debería ser la nueva princesa, ella sabía que su fortuna estaba reducida y no contaba con los atributos para un nuevo matrimonio, su esperanza de un futuro comfortable radicaba en las perspectivas matrimoniales de sus dos hijas. A *Cenicienta* se le obligó a trabajar sin descanso, en el arreglo de sus hermanas, ella desesperada, le suplicó a la madrastra que la dejara asistir también, pero ésta, más celosa que nunca por la belleza de *Cenicienta*, le negó el permiso y se encargó de que no contara con la ropa adecuada para el evento.

²³ Adaptación de: Jacobo Schifter de obra de Linda Taylor

Unos días antes del baile, cuando el nerviosismo cundía en la casa, *Cenicienta* se sentó, triste y desconsolada, frente a la ventana de su frío y vacío cuarto a soñar con una mejor vida, de repente se le apareció su Hada Madrina, tenía el cabello gris, la mirada inteligente y le dijo: "Buenas noches querida, yo soy tu *Hada Madrina*".

Después de oír la versión de *Cenicienta*, el *Hada Madrina* decidió convocar a las cuatro mujeres de la casa, una vez reunidas, dirigió una sesión de terapia para analizar los problemas. Las mujeres empezaron a compartir sus sentimientos y temores, *Cenicienta* se enteró de que la envidia de sus hermanas se debía a las propias inseguridades con respecto a su capacidad de gustarles a los hombres; las hermanastras oyeron las quejas de la heroína acerca de su soledad y de la falta de cariño que sentía. La madrastra pudo expresar que sus decisiones eran producto no de un genuino odio contra *Cenicienta*, sino de sus temores de envejecer y quedarse sin dinero.

Como resultado de esta sesión, *Cenicienta* y sus hermanas decidieron hacer ciertos cambios en vista de que no tenían resentimientos verdaderos, todas aprobaron los siguientes acuerdos:

1. Dejarían de depender de otros económicamente y trabajarían por la autosuficiencia del grupo.
2. En vez de competir como fieras por los hombres, empezarían a vivir con más solidaridad.
3. Desistirían de valorarse sólo por sus atributos físicos y éxitos con el sexo opuesto y se dedicarían a desarrollar su vida intelectual.
4. No permitirían que su poder y posición social se determinara por su relación con el hombre aunque la sociedad así lo hiciera.

Para llevar a cabo esta política, las cuatro mujeres decidieron solicitar un préstamo al banco e iniciar una pequeña industria de escobas; las ventas fueron tan buenas que para el día del baile, las cuatro habían adquirido las prendas para el evento.

Cuando ingresaron en el castillo, el príncipe se trastornó por la belleza de *Cenicienta* y corrió a sacarla a bailar, se dio cuenta de que ésta era la mujer de sus sueños y la mejor candidata para esposa. Sin embargo, al príncipe no le hizo mucha gracia enterarse de que *Cenicienta* pensaba matricularse en la Escuela de Derecho y unirse al Movimiento Republicano del Reino (M.R.R.) que pretendía una reforma constitucional y terminar con la monarquía y ausencia de democracia. Menos le entusiasmaría al príncipe oír de labios de *Cenicienta* que de casarse con él esperaba que le ayudara a cocinar.

Cenicienta se sintió la mar de aburrida con este hombre tan narcisista, que sólo hablaba de caballos y carros y optó por escabullirse y buscar a alguien más interesante en la fiesta.

El príncipe se encontró con *Bárbara*, la madrastra de *Cenicienta* y ésta ante el asombro general, lo invitó a bailar, el monarca, sin salir aún de su conmoción, empezó a sentir una gran atracción por la atrevida dama; se dio cuenta de que esta mujer, segura de sí misma, madura y de mucha experiencia, resultaba más interesante que todas las otras adolescentes juntas. "Huyamos *Bárbara* –dijo él– antes de que el rey se entere". *Bárbara*, que se sentía que no podía abandonar su trabajo y su industria de escobas, decidió, entonces realizar un viaje con el príncipe a Nueva York en el que combinaría el placer con los negocios, en esa ciudad tuvo su romance y pudo, al mismo tiempo, estudiar los nuevos modelos de escobas.

Cenicienta, por su parte, se matriculó en la Universidad y se fue a vivir con su hermanastra *Emperatriz*. Nuestra heroína decidió postergar sus planes matrimoniales hasta obtener su doctorado en leyes. Su hermana estudiaría karate y abriría una academia popular.

Su *Hada Madrina* fundó el albergue para hadas agredidas (A.M.H.A.). La hermana menor se casó con un bailarín de ballet que se había escapado de otro cuento de hadas en busca de mayor libertad artística. Ambos recogerían fondos para apoyar a los vampiros que habían enfermado de sida por su trabajo en otros cuentos.

Todos vivieron felices y comieron perdices.

Canciones ²⁴

Anexo no. 8

Celos

AUTOR/A: José Luis Perales

Canta: Fanny Lu

Celos de tus ojos cuando miras otra chica,
tengo celos, celos.

Celos de tus manos cuando abrazas otra chica,
tengo celos, celos.

Cuando te encuentras con alguien,
cuando caminas con alguien,
cuando te siento feliz,
yo tengo celos, tengo celos.

Hoy, quiero bailar solo contigo,
hoy quiero soñar que tu eres mío,
hoy te daré todo mi amor en un abrazo,
y tu prometerás que nunca, me harás sentir,
nunca mas, nunca mas, nunca mas, nunca, celos
celos.

Celos de tu boca cuando besas
a otra chica tengo celos, celos.

Celos de la noche, que comparte
tus secretos, tengo celos,
celos.

Cundo te miro a los ojos,

²⁴ Fuente: musica.com

cuando te siento mi lado,
cuando te veo marchar,
yo tengo celos, tengo celos.

Hoy, quiero bailar solo contigo,
hoy quiero soñar que tu eres mío,
hoy te daré todo mi amor en un abrazo,
y tu prometerás que nunca, me harás sentir,
nunca mas, nunca mas, nunca mas, nunca, celos
celos, celos.

Celos de tus ojos,
celos de tus manos,
celos de tu boca,
celos de la noche,
celos.

Tu prometerás que nunca, me harás sentir,
nunca mas, nunca mas, nunca mas, nunca, celos
celos.

Loba

AUTORA: Shakira

Canta: Shakira

Sigilosa al pasar
Sigilosa al pasar
Esa loba es especial
Mírala, caminar, caminar

Quién no ha querido a una diosa licántropa
En el ardor de una noche romántica
Mis aullidos son el llamado
Yo quiero un lobo domesticado

Por fin he encontrado un remedio infalible
que borre del todo la culpa
No pienso quedarme a tu lado
mirando la tele y oyendo disculpas
la vida me ha dado un hambre voraz
y tu apenas me das caramelos
Me voy con mis piernas
y mi juventud por ahí aunque te maten los celos

Coro:

Una loba en el armario
Tiene ganas de salir
Deja que se coma el barrio
Antes de irte a dormir

Tengo tacones de aguja magnética
Para dejar a la manada frenética
La luna llena como una fruta
No da consejos ni los escucha

Llevo conmigo un radar especial para localizar solteros
Si acaso me meto en aprietos
también llevo el número de los bomberos
ni tipos muy lindos ni divos,
ni niños ricos yo sé lo que quiero
pasarla muy bien

y portarme muy mal en los brazos de algún caballero

coro:

Una loba en el armario
Tiene ganas de salir
Deja que se coma el barrio
Antes de irte a dormir

Cuando son casi
la una la loba en celo saluda a la luna
Duda si andar por la calle
o entrar en un bar a probar fortuna
Ya está sentada en su mesa
y pone la mira en su próxima presa
Pobre del desprevenido
que no se esperaba una de esas

Sigilosa al pasar.
Sigilosa al pasar
Esa loba es especial
Mírala caminar, caminar

Deja que se coma el barrio
Antes de irte a dormir

Abusadora

AUTOR: Juan Luis Morera Landel

Canta: Wisin y Yandel

(Ehhhh!!)

Yandel!!
(Ehhhh!!)
Es Imposible Detenerla...
(Ehhhh!!)
W!!
Ella Es La Mejor...
(Ehhhh!!)
La Revolución!!
Jaaaaaa!!

Abusadora, Abusadora, Abusadora...
Bendita Sea La Hora...
En Que Te Encontré... (Tainy!!)
Abusadora, Abusadora, Abusadora...
Bendita Sea La Hora...
En Que Te Encontré... (Victor "El Nazi")

Hace Calor...
En La Disco Subiendo El Vapor...
(Tu Sabes Quienes Son... Los Lideres!!)
Hace Calor...
En La Disco Subiendo El Vapor...
(La Revolución!!)

Se Siente, Se Siente...
Caliente!!
La Disco En High...
Mujeres Vengan...
Todo El Mundo Hi Five...
Yo La Llamo Y Le Cai...
Ella Tiene Millaje...

Ta' Buscando Que Le De...
En El Ferrari Un Righ...
Alineada Veo Una Gata En Traje, Corbata...
Los Líderes De Nuevo!!
Descontrolan Las Gatas...
El Negocio Se Trata De Ganar Mas Plata...
Sedúceme Negra Ya Yo Prendí La Fogata...
Se Ven Las Luces De Neon Bien Lumo
(Casi No Te Veo!!)
Chula Yo Quiero Un Campito...
Si Tu Me Dejas Te Fumo,
Te Consumo,
Déjame Mudo,
Lamento Decirle Que Usted
Conmigo No Pudo...

Hace Calor...
En La Disco Subiendo El Vapor...
(Bienvenidos A La Revolución!!)
Hace Calor...
En La Disco Subiendo El Vapor...
(Haaaaaa!!)

Siento Una Energía...
Que Yo Ya No Puedo Operar...
Es Algo Que Me Controla...
Y Quiero Más, Más...
De Tu Seducción...
Amor, Amor...
No Te Detengas...

Oye Bebe Por Favor...
Contágame Con Tu Flow...
Prende El Show...
Se Pega Con Tequila Rose...
Muévelo... Con Con Con
Te Ganaste Las Pantallas De Don...
(Supertarde!!)
Janguea De Noche Como Lechuza,
Sea Gusa...
En Su Combo No Quiere Gentuza...
Cuando Esta Caliente La Usa, La Usa...
Si Me Duermo Me Saca La Gamuza...

Abusadora, Abusadora, Abusadora...
Bendita Sea La Hora...
En Que Te Encontré...
Abusadora, Abusadora, Abusadora...
Bendita Sea La Hora...
En Que Te Encontré...

Hace Calor...
En La Disco Subiendo El Vapor...
Hace Calor...
En La Disco Subiendo El Vapor...

Seguiremos Demostrando Que Musicalmente...
Estamos Por Encima De Todos Ustedes...
Así Que Seguirán Cogiendo Clases De Nosotros...
La Revolución!!
"Y" "W", Tainy, Víctor "El Nazi"
Los Campeones Del Pueblo Papi...

Del Pueblo Papi!!

Me enamoré de tí"

AUTOR: Tessy Núñez

Canta: Chayanne

Cuando estoy contigo crece mi esperanza
vas alimentando el amor de mi alma
y sin pensarlo el tiempo me robó el aliento,
qué será de mí si no te tengo?

Si no estás conmigo se me escapa el aire, corazón vacío.

Estando en tus brazos sólo a tu lado siento q respiro...

No hay nada que cambiar, no hay nada q decir.

Si no estás conmigo quedo entre la nada, me muero de frío.

Ay! cuanto te amo, si no es a tu lado pierdo los sentidos...

Hay tanto q inventar, no hay nada que fingir... "me enamoré de tí"
me enamoré de tí...

Eres lo que yo más quiero, lo que yo he soñado amar...

eres mi rayo de luz a cada mañana...

y sin pensarlo el tiempo me robó el aliento,

qué será de mí si no te tengo?

Si no estás conmigo se me escapa el aire, corazón vacío.

Estando en tus brazos sólo a tu lado siento que respiro...

No hay nada que cambiar, no hay nada que decir...

Si no estás conmigo quedo entre la nada, me muero de frío.

Ay! cuanto te amo, si no es a tu lado pierdo los sentidos...

Hay tanto que inventar, no hay nada que fingir... "me enamoré de tí"...

Si no estás conmigo se me escapa el aire, corazón vacío.
Estando en tus brazos sólo a tu lado siento que respiro...
No hay nada que cambiar, no hay nada que decir...
Si no estás conmigo quedo entre la nada, me muero de frío.
Ay! cuanto te amo, "corazón salvaje" pierdo los sentidos...
Hay tanto que inventar, no hay nada que fingir...
Si no estás conmigo... ¡me muero de frío! No hay nada que cambiar, no hay nada
que fingir... me enamoré de tí... me enamoré de tí...

EL REY

AUTOR y cantante: José Alfredo Jiménez

Yo sé bien que estoy afuera
pero el día que yo me muera
sé que tendrás que llorar.

Dirás que no me quisiste,
pero vas a estar muy triste
y así te vas a quedar.

Con dinero y sin dinero
hago siempre lo que quiero
y mi palabra es la ley;
no tengo trono ni reina,
ni nadie que me comprenda,
pero sigo siendo el rey.

Una piedra en el camino
me enseñó que mi destino
era rodar y rodar.

Después me dijo un arriero
que no hay que llegar primero,
pero hay que saber llegar.

Con dinero y sin dinero.
Hago siempre lo que quiero
y mi palabra es la ley;
no tengo trono ni reina,
ni nadie que me comprenda,
pero sigo siendo el rey.

Cuando vayas conmigo
AUTOR: Manuel Alejandro
Canta: José José

Cuando vayas conmigo no mires a nadie,
que tu sabes que yo no consiento un desaire,
que me sienta muy mal que tu vuelvas la cara,
cuando tienes a al lado a quien tanto te ama.

Cuando vayas conmigo no mires a nadie,
que alborotas los celos que tengo del aire,
que me sienta fatal cuando alguien que pasa,
por un solo momento distrae tu mirada,
cuando vayas conmigo,
ve apoyada en mi hombro
ve escuchando el latido que lleva
mi sangre tan solo.

Cuando vayas conmigo,
nada debe importarte
que tu mundo se encierre en tu amor
y mi amor, cuando vayas conmigo...

Cuando vayas conmigo no mires a nadie,
que tu sabes que yo no consiento un desaire,
que me sienta muy mal que tu vuelvas la cara,
cuando tienes a al lado a quien tanto te ama.

Cuando vayas conmigo no mires a nadie,
que alborotas los celos que tengo del aire,
que me sienta fatal cuando alguien que pasa,
por un solo momento distrae tu mirada,
cuando vayas conmigo,
ve apoyada en mi hombro
ve escuchando el latido que lleva
mi sangre tan solo.

Cuando vayas conmigo,
nada debe importarte
que tu mundo se encierre en tu amor
y mi amor, cuando vayas conmigo...

Cuando vayas conmigo,
ve apoyada en mi hombro
ve escuchando el latido que lleva
mi sangre tan solo.

Cuando vayas conmigo,
nada debe importarte

que tu mundo se encierre en tu amor
y mi amor, cuando vayas conmigo...

Cuando vayas conmigo,
ve apoyada en mi hombro
ve escuchando el latido que lleva
mi sangre tan solo,
cuando vayas conmigo,
nada debe importarte
que tu mundo se encierre en tu amor
y mi amor, cuando vayas conmigo...

Cuando vayas conmigo,
ve apoyada en mi hombro
ve escuchando el latido que lleva
mi sangre tan solo,
cuando vayas conmigo,
nada debe importarte
que tu mundo se encierre en tu amor
y mi amor, cuando vayas conmigo...

Cuando vayas conmigo,
ve apoyada en mi hombro
ve escuchando el latido que lleva
mi sangre tan solo.

Cuando vayas conmigo,
nada debe importarte
que tu mundo se encierre en tu amor
y mi amor, cuando vayas conmigo...

Cuando vayas conmigo,
ve apoyada en mi hombro
ve escuchando el latido que lleva
mi sangre tan solo.

Mátalas

AUTOR: Lyrics

Canta. Alejandro Fernández

Amigo que te pasa estas llorando
seguro es por desdenes de mujeres
no hay golpe mas mortal para los hombres
que el llanto y el desprecio de esos seres.

Amigo voy a darte un buen consejo
si quieres disfrutar de sus placeres
consigue una pistola si es que quieres
o cómprate una daga si prefieres
y vuélvete asesino de mujeres.

Mátalas con una sobredosis de ternura
asfíxialas con besos y dulzuras
contágialas de todas tus locuras.

Mátalas con flores con canciones no les falles
que no hay una mujer en este mundo
que pueda resistirse a los detalles
Despiértalas con una serenata
sin ser un día especial llévale flores
no importa si es la peor de las ingratas
que tu no eres un santo sin errores.

Amigo voy a darte un buen consejo
si quieres disfrutar de sus placeres
consíguete una pistola si es que quieres
o cómprate una daga si prefieres
y vuélvete asesino de mujeres

Mátalas con una sobredosis de ternura
asfíxialas con besos y dulzuras
contágalas de todas tus locuras

Mátalas con flores con canciones no les falles
que no hay una mujer en este mundo
que pueda resistirse a los detalles.

Técnica de los refranes²⁵

Anexo no. 9

1. El hombre en la cocina huele a caca de gallina.
2. El padre para castigar y la mujer para tapar.
3. Amor trompetero, cuántas veo tantas quiero.
4. El hombre que sabe pronto sobresale.
5. El que es buen gallo donde quiera canta.
6. El hombre como el oso, entre más feo más hermoso.
7. Cuiden a sus pollas que mi gallo anda suelto.

Preguntas para la reflexión:

- De dónde creen surgen los refranes y por qué
- Que mensajes transmiten esos refranes.

²⁵ IMJ, SEP, Comisión nacional de la mujer, UNICEF. Cuadernillo Masculinidades.

Técnica *El gato y el ratón*²⁶

Anexo no. 10

El o la facilitadora leerá con voz clara, precisa y volumen fuerte el siguiente texto, haciendo pausas largas entre una sección y otra, para que los participantes vivencien la situación.

“Cierren los ojos e imaginen que salen de esta sala y caminan por una acera muy larga. Llegan ante una vieja casa abandonada. Ya están en el camino que conduce a ella. Suben las escaleras de la puerta de entrada. Empujan la puerta que se abre rechinando y recorren con la mirada el interior de una habitación oscura y vacía:

1. De repente son invadidos por una extraña sensación. Sus cuerpos empiezan a temblar y a tiritar y sienten que se van haciendo cada vez más pequeños. De momento, no llegan más que a la altura del marco de la ventana. Continúan disminuyendo hasta el punto de que parece que el techo está ahora muy lejano, muy alto. Ya sólo son del tamaño de un libro, y continúan empequeñeciéndose.
2. Notan ahora que cambian de forma. Su nariz se alarga cada vez más y sus cuerpos se llenan de pelo. En este momento están a cuatro patas y comprenden que se han transformado en ratón.
3. Miren a su alrededor, desde su situación de ratón. Están sentados en un extremo de la habitación. Después ven moverse la puerta ligeramente.
4. Entra un gato. Se sienta y mira a su alrededor, muy lentamente, con aire indiferentes. Se levanta y avanza tranquilamente por la habitación. Se quedan inmóviles petrificados. Oyen latir su corazón; su respiración se vuelve entrecortada. Miran al gato.

²⁶ Soriano, P. Beristain. M (2000). *La alternativa del juego I. juegos y dinámicas de educación para la paz*. Edición para México El perro sin mecate. 175-177.

5. Acaba de verlos y se dirige hacia ustedes. Se aproxima lentamente, muy lentamente. Después, se para delante de ustedes, se agacha. ¿Qué sienten?, ¿qué pueden hacer?, en este preciso instante ¿qué alternativas tienen?

(PAUSA)

6. Justo en el momento en que el gato se dispone a lanzarse sobre ustedes, su cuerpo y el de ustedes empiezan a temblar. Sienten que se transforman de nuevo. Esta vez crecen. El gato parece hacerse más pequeño y cambia de forma. Ahora tiene la misma estatura que ustedes... y ahora es más pequeñito.
7. El gato se transforma en ratón y ustedes se convierten en gato. ¿Cómo se sienten ahora que son más grandes? Y ahora que no están acorralados ¿qué les parece el ratón?, ¿saben lo que siente el ratón?, y ustedes ¿qué sienten ahora? Decidan lo que van a hacer y háganlo.

(PAUSA)

8. Todo vuelve a empezar. La metamorfosis. Crecen más y más. Ya casi han recuperado su estatura y ahora se convierten en ustedes mismos. Salen de la casa abandonada y vuelven a esta sala. Abren los ojos y miran a su alrededor.

Casos familiares

Anexo no. 11

Caso 1²⁷

Al igual que muchas otras niñas de once años, Juanita no es precisamente conocida por su amor al orden. Para ella, una cama hecha consiste en una manta echada sobre un montón de medio metro de altura compuesto de animales de peluche, ropa sucia, libros escolares y antiguos restos de comida.

«Arregla tu habitación», le ordenó un día su madre, después de que le resultara imposible abrir la puerta del cuarto de su hija al estar bloqueada por el tiradero».

« ¿LIMPIAR MI HABITACIÓN?», dijo Juanita haciendo un gesto de auténtica sorpresa. « ¡Ya me hiciste limpiarla la semana pasada! ¿Cómo es posible que sea la única niña del mundo que debe trabajar cuando llega a casa de la escuela? Todos los demás pueden salir a jugar. ¡Pero yo, no! Yo tengo que trabajar, trabajar, trabajar. ¡Estoy segura de que tuviste hijos sólo para disponer de alguien que te hiciera el trabajo!»

«Escúchame bien, pequeña señorita impertinente, has de saber que cuando yo tenía tu edad me ocupaba de cuatro hermanos más pequeños, hacía TODO el trabajo de la casa, además de ordeñar las vacas, planchar y andar cada día kilómetros para ir y volver del colegio ... »

²⁷ http://www.gobiernodecanarias.org/educacion/9/Usr/eoepf10/conflictos_familiares.htm

Caso 2²⁸

El padre de Angelito pidió a éste que acabara de jugar con aquel trozo de carne y se lo comiera de una vez por todas: «No me gusta», respondió él. «Tiene cebolla.»

«He quitado toda la cebolla a tu trozo de carne», dijo el padre, que se había pasado un rato en la cocina haciendo exactamente eso.

«No se la has quitado, aquí hay uno», terció Angelito, que le mostraba un microscópico pedazo de algo que en su momento pudo haber formado parte de una cebolla.

«Está bien, quizá me he dejado un trozo. Ponlo en el borde del plato y cómete el resto de la carne.» « ¡No!», chilló Angelito, mientras se bajaba de la silla.

« ¡Sí!», cortó el padre, notando que su tono de voz subía, al tiempo que su ira iba en aumento. « ¡Vuelve a tu sitio y cómete esa carne!»

«¡No», gritó el niño sin pestañear. «SABE A CEBOLLA, Y YO LA ODIO!»

Entonces fue cuando el padre se levantó, cogió a Angelito, que chillaba y pataleaba, y le obligó a sentarse erguido; después vociferó en su rostro « ¡TUVIMOS ESTA MISMA CLASE DE CARNE LA SEMANA PASADA, Y NO PROTESTASTE, ASÍ QUE AHORA TE LA COMES Y BASTA!»

« ¡NO ME LA COMERÉ, Y TÚ NO PUEDES OBLIGARME!», aulló Angelito.

« ¡SÍ PUEDO Y LO HARÉ!», gritó el padre, que ya tenía las venas de la frente ominosamente marcadas por la ira.

Caso 3²⁹

Pedro: entonces qué, ¿vas a ir conmigo a los 15 años?

²⁸ Idem.

²⁹ INEA (2003). Módulo Ser joven. 103.

Rocío: pues no sé, está muy lejos y luego, ¿cómo nos vamos a regresar?

Pedro: ya te dije que el Riquis va a llevar carro y nos a atraer.

Rocío: pero es que él y sus cuates son bien parranderos y borrachos; no les tengo mucha confianza.

Pedro: ya vas a empezar, siempre desconfiando de mis amigos, mejor dime, ¿sí o no?

Caso 4³⁰

Susana: Carlos, necesito decirte algo, pero no te vayas a enojar... hace mes y medio que no tengo la menstruación.

Carlos: No empieces Susana, ¡te dije que te cuidarás! ¡Ni creas que me voy a casar! Todavía estoy muy joven para esas responsabilidades, a ver cómo le haces...

Susana: ¡tienes que ayudarme, Carlos! Mis papás me van a correr de la casa. Yo también estoy muy joven para tener un hijo, además, ¿en dónde me van a dar trabajo?

Carlos: Pues no se cómo le vas a hacer. Ese es tu problema. Yo tengo trabajo y quiero terminar de estudiar...

Susana: esta situación hay que platicarla con calma porque es responsabilidad de los dos. Todavía no sé si estoy embarazada y ya estamos peleando.

³⁰ INEA (2005). Módulo Embarazo un proyecto de vida, Unidad 2, Tema 1.

Carlos: tienes razón, te propongo ir al centro de salud para estar seguros y poder tomar alguna decisión. Espero que no estés embarazada.

Susana: yo también estoy asustada pues imagínate “yo soy la que carga con el problema”. Además yo sí me cuidé, tú fuiste el que no quiso usar condón.

Carlos: Si el resultado de la prueba de embarazo es positivo, me comprometo a apoyarte en todo lo que pueda.

Susana: si al prueba de embarazo sale negativa, platicaremos sobre nuestra relación.

Situaciones de pareja

Anexo no. 12

Situación 1³¹

Era una noche de baile en el pueblo. Lucía estaba con sus amigas cuando la sacó a bailar un muchacho. Al verlo se sintió atraída hacia él, ¿sería su cuerpo, su peinado? Ni siquiera lo había visto bien. Bailaron como si se conocieran de mucho tiempo, ambos sentían cómo sus cuerpos se amoldaban. En un momento de descanso sus amigas le dijeron que nadie en la fiesta sabía quién era. Conforme avanzaba el tiempo aumentaba la atracción mutua. Él le propuso que salieran a caminar y buscaran un lugar para estar más juntos y “hacer el amor”, ella al principio se resistía porque pensaba “apenas lo conozco, aunque me gusta mucho, pero si salgo embarazada, qué hago”.

El seguía insistiendo al ver la atracción que tenía en Lucía, ella estaba indecisa, pero se iba sintiendo presionada...

Situación 2³²

María: Fíjate que Pedro mi novio, se enojó conmigo porque me encontró platicando con Ricardo, ya le expliqué que somos amigos desde niños pero no me quiere creer.---

Juana: ya te dije que él no te conviene.

María: pero con su actitud creo que me quiere mucho y se interesa por mí, cuantos hombres ni les preguntan a sus novias quiénes son sus amigos.

³¹ INEA (2003). Módulo Ser joven, Unidad 3, Tema2.

³² INEA (2003). Módulo Ser joven, Unidad 2, Tema 3.

Juana: ¡Ay manita! Yo no sé que quieres con ese cuate, es bien enojón y celoso, qué no te das cuenta.

María: No María yo creo que tu estás celosa porque no te has encontrado un hombre como Pedro.

Situación 3³³

Javier: ¿Qué onda cuate, estás enojado?

Pedro: No sé qué hacer mano, creo que mi novia anda coqueteando con su vecino. Ella dice que no, pero ese cuate es bien resbaloso y como tiene dinero, pues lleva las de ganar.

Javier: ¿éstas seguro?, ¿ella te ha dicho lo que él le insinúa?

Pedro: pues la verdad no, pero yo he visto como la ira, sobre todo cuando se pone minifalda o trae escote, nada más se le queda mirando en esas partes y le dice “que bien te ves!, pero yo siento que lo que esta pensando “es quiero contigo”

Javier: pues dile a tu chava que no se vista así, que no ande provocando a su vecino.

Pedro: tienes razón, la voy a tener más controlada...

³³ INEA (2003). Módulo Ser joven, Unidad 2, Tema 4.

Situación 4

Miriam y Eduardo llevan dos años de novios, ella tiene 19 y él 20 años. Para ella es su tercer novio, de hecho es el novio con el que ha durado más tiempo, de su grupo de amigas (que eran seis), cuatro ya se casaron o viven en unión libre, cuando éstas la ven le preguntan ¿y tú para cuando? (te casas), Miriam les contesta “que ya mero, que Lalo es el bueno”, sin embargo hay algo que no termina de gustarle de él, y es que es muy demandante en la relación, cuando se quedan de ver ella tiene que ser puntual, ha dejado de tener amigas para llegar a tiempo; a veces le ha dicho que “antes de hablar ordena tus ideas”, y en ocasiones es un poco brusco con ella.

Ella comenta que al principio todo iba bien él era atento y la halagaba mucho, pero no sabe porque ha cambiado, a veces cree que ella tiene la culpa, además no quiere estar sola.

Evaluación final

Anexo no. 13

Nombre: _____

Fecha: _____

1. Cómo te sentiste durante el taller.

2. ¿Qué fue lo más importante que aprendiste?

3. Qué fue lo que más te interesó del taller.

4. Qué temas te parecieron más interesantes y por qué.

5. Qué temas quitarías y por qué.

6. Qué temas incluirías y por qué.

7. Consideras que algún tema o actividad te ayudará para tu vida, cuál y por qué.

8. El tiempo para cada actividad fue:

9. Qué técnica te gustó y por qué.

10. Te gustaron los sociodramas o representaciones de los diferentes casos, por qué.

11. Las películas se relacionaron con las temáticas del taller, por qué.

12. Cómo consideras fue tu participación durante el taller.

13. Cómo consideras fue la participación del grupo.

14. Cómo consideras fue la participación de la facilitadora.

15. Qué sugieres para mejorar el taller

16. ¿Cómo aplicarías los siguientes términos en tu vida diaria?, da un ejemplo.

Autoestima	
Toma de decisiones	
Empoderamiento	
Poder	
Resolución no violenta de conflictos	
Género	

Comentarios generales.
