

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO Y

JUSTIFICACIÓN DE LA

INVESTIGACIÓN

PROPOSITIVA

I. PLANTEAMIENTO Y JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN PROPOSITIVA

1.1 Planteamiento

La irrupción del nuevo coronavirus SARS-CoV2 (denominado por la OMS COVID-19) y reconocido como pandemia recién en marzo de 2020 (Kouri & Hirschhaut, 2020), aparece “en la ciudad china de Wuhan a finales de 2019” (La Vanguardia, marzo de 2020, párr. 1). Su expansión acelerada llega a todos los sitios del mundo en muy poco tiempo. En Bolivia, el impacto por la aparición de los primeros casos en marzo de 2020 y su multiplicación acelerada en las semanas siguientes, golpea la estructura de salud pública y privada, la economía, la sociedad y al sistema educativo.

En un primer momento, para prevenirla tan temida sobrepropagación del virus, el gobierno de entonces decretó medidas estrictas de bioseguridad: cierre de fronteras hacia el exterior e interior del país, distanciamiento físico, confinamiento (a través de cuarentenas rígidas), impedir las aglomeraciones de gente, cierre de mercados, centros de diversión, suspensión de actividades presenciales educativas, tanto públicas como privadas a todo nivel; cierre de museos, aeropuertos y suspensión de actividades estatales acompañado por la desinfección de ambientes, lavado de manos y uso de mascarillas o barbijos.

El confinamiento prolongado en la primera etapa de la pandemia, afecta significativamente a nivel psicológico y físico la vida y las relaciones de las personas en los hogares bolivianos. Esta situación coadyuva al incremento de casos de maltrato y violencia de género dentro de las familias bolivianas, de por sí prevalente y que se acarrea hace décadas.

“Para muchas mujeres que se encuentran en relaciones donde existe maltrato, quedarse en casa se convirtió en un riesgo enorme cuando entraron en vigor

las medidas de confinamiento. Varias organizaciones de mujeres comunicaron que habían aumentado las llamadas de mujeres pidiendo ayuda y señalaron que la violencia se había recrudecido”. (Fernández Flores, noviembre de 2020, párr. 8. En *ONU Mujeres*).

La violencia contra las mujeres, niños, niñas y adolescentes en el entorno familiar, en general, en sus diferentes manifestaciones: violencia física, violencia sexual, insultos o daño psicoemocional y feminicidios sigue siendo un fenómeno global y preocupante. Convirtiéndose en un problema social y de salud pública que, si bien ha existido siempre, este continúa en escalada.

En época de emergencia sanitaria y con las medidas de aislamiento social, los casos de violencia, en especial contra la mujer e intrafamiliar, incrementaron. No han disminuido, debido a que las mujeres por el estado de confinamiento conviven con sus agresores. En circunstancias extremas los hechos confirman el aumento de feminicidios. En poco más de cinco meses de pandemia, desde que se decreta la cuarentena rígida y luego la flexible en Bolivia, se produjo 74 casos de violencia de género en la ciudad de Tarija (El País, agosto de 2020, párr. 2).

“Un estudio realizado por estudiantes de la carrera de Ciencias de la Comunicación Social de la Universidad Privada Domingo Savio, revela que el índice de violencia intrafamiliar (en ciudad de Tarija) se elevó alarmantemente durante el aislamiento obligatorio que se cumple por la pandemia del Covid-19” (párr. 1).

Asimismo, la información al respecto confirma además que “el 80 por ciento de los casos registrados fueron dados en el entorno familiar” (párr. 6).

Son diversos los factores que influyen y/o provocan la violencia de género, como los estereotipos de género, roles de género, el ejercer control, someter a la pareja, la falta de comunicación, el no poder buscar solución a los problemas que día a día se presentan y no poder sobrellevarlos o no tener las herramientas necesarias para manejar las situaciones o problemas.

Las consecuencias de esta problemática en las personas que las sufren, llegan a ser irreversibles en muchos casos. A nivel psicológico, por ejemplo, genera depresión, ansiedad, afecta la autoestima y provoca insomnio, entre otros. También las consecuencias en la salud física como golpes, cortaduras, cicatrices, y la fatalidad del feminicidio (OMS, 2017).

En concepto de la OMS (2020) se debe entender a la violencia como “el uso intencional de la fuerza o el poder físico, de hecho, o como amenaza, contra uno mismo, otra persona o un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones”.

De igual manera es fundamental entender qué se considera por violencia de género.

La Asamblea de las Naciones Unidas (1993), la define como “todo acto de violencia basado en el género que tiene como resultado posible o real un daño físico, sexual o psicológico, incluidas las amenazas, la coerción o la privación arbitraria de la libertad, ya sea que ocurra en la vida pública o en la vida privada”.

A **nivel internacional**, es importante mencionar que, a noviembre de 2019, el número de los feminicidios en América Latina ascendía a 3,800, según la Comisión Económica para América Latina (CEPAL). En 2018 los feminicidios alcanzaron los 3,529, el aumento de un año al otro fue de 271 casos y la tendencia es a crecer en todos los países del área.

En la declaración de la directora de ONU Mujeres realizada en abril del 2020, refiere que, *en los últimos 12 meses, 243 millones de mujeres y niñas (de edades de entre 15 a 49 años) de todo el mundo han sufrido violencia sexual o física por parte de un compañero sentimental, y con el avance de la pandemia del COVID-19, es probable que esta cifra crezca.* (ONU MUJERES; 2020).

La violencia manifestada en su forma más extrema, el feminicidio, no deja de llamar la atención por la preocupante cantidad de casos registrados, los países con más altas tasas de feminicidios en la gestión 2019, según el observatorio de igualdad de género de América Latina y el Caribe (OIG) y (CEPAL), México reporto 916 víctimas, Argentina registro 297 casos y Perú reporto 168 casos. Así mismo según el análisis de la ONU en el mundo, unas de cada tres mujeres sufrieron algún tipo de violencia (física y psicológica), principalmente por un compañero sentimental. (CNN en Español, 2019).

A **nivel nacional**, las estadísticas muestran que en los últimos años las cifras de víctimas de violencia de género han aumentado considerablemente. Según la directora de la Coordinadora de la Mujer, Mónica Novillo, señala que no solo el reporte del CEPAL indica a Bolivia en tercer lugar con las tasas más elevadas de feminicidio, sino también que, según el último informe realizado por la ONU Mujeres, también ubica a Bolivia entre los países con mayor índice de casos de feminicidios. Bolivia cerró el 2019 con 117 casos de feminicidios. (Los Tiempos, enero, 2020).

Por otra parte, según el Fondo de Mujeres Bolivia, en la gestión 2019, sucedieron 117 feminicidios de las cuales 49 corresponden a adolescentes y jóvenes entre 13 a 28 años de edad.

Entre el 21 de marzo y el 5 de abril, se presentaron 246 denuncias de violencia intrafamiliar en Bolivia, informo ayer desde Sucre Pilar Díaz, directora de la Fiscalía Especializada en Delitos de Violencia Sexual y en razón de Género. Es decir que en este periodo se presentó un promedio diario de 22 casos.

La mayor incidencia se presenta en el departamento de Santa Cruz con 158, seguido de La Paz con 68, Cochabamba con 40; Beni con 41, Potosí con 11, Pando con nueve, Tarija con ocho, Chuquisaca con seis y Oruro con cinco. (Villca, 2020).

Según datos de la Fiscalía de Bolivia (2020), la gestión 2020 cerró con 113 casos de feminicidio, registrados oficialmente, de los cuales 30 ocurren antes de la cuarentena, 53 durante el periodo de confinamiento y 30 en tiempo de postconfinamiento. De acuerdo con las cifras (Ministerio público, diciembre, 2020) entre las víctimas hay adolescentes. Esto indica que la violencia ocurre desde edades tempranas, debido a que el 46% de los feminicidios registrados en los últimos años corresponden a adolescentes y jóvenes de 13 a 28 años de edad.

Una investigación efectuada por el Instituto Nacional de Estadística, de La Paz, Bolivia, sobre violencia de género, realizada con mujeres de entre 15 a más años, presento los siguientes resultados: El 46,5% de las mujeres declararon haber sufrido violencia psicológica; el 21,2 % violencia sexual, el 16,8% violencia física y el 12,2 % violencia económica, todas estas agresiones fueron cometidas por su enamorado o ex enamorado. (INE, EPCVM, 2016).

A **nivel local**, Tarija se encuentra entre los departamentos del país que lideran con casos de violencia familiar. El diario chuquisaqueño *Corre del Sur* presenta una tabla comparativa, donde ubica a Tarija, Pando y Beni como los departamentos con mayores índices de violencia familiar; que muestra una relación entre la cantidad de familias y los casos suscitados.

El promedio de los hechos de violencia familiar en Tarija es de 1 caso por cada 54 familias (Guevara, mayo de 2019 Diario Correo del Sur, párr. 5).

Las denuncias por violencia de género incrementan en el departamento. La Fuerza Especial de Lucha Contra la Violencia (FELCV) de Tarija recibió 3.238 denuncias de violencia contra las mujeres. El 82% (2.683 casos) se dieron dentro del entorno familiar. Así mismo, la directora del ECAM, Puky Rubín de Celis, indica que, dentro de la violencia familiar, la mayor cantidad de casos tiene relación con la violencia de pareja. (Diario El Periódico, 2019).

También según la encuesta realizada por el INE los datos en la ciudad de Tarija revelan que el 64% de las mujeres indicó que sufrió algún tipo de violencia en su relación de pareja. La violencia sexual es otro dato alarmante para Tarija, ya que 4 de 10 mujeres entrevistadas afirmó haber sufrido algún tipo de violencia sexual en sus vidas (INE, EPCVM, 2016).

Ante la emergencia causada por este fenómeno con características sociopsicológicas alarmantes, y en base a los datos recabados, en diversas fuentes informativas, es necesario elaborar estrategias de prevención contra la violencia de género en la ciudad de Tarija. Para ello, se utilizan los recursos de acceso, interactividad y trabajo mediante las plataformas digitales, existentes en el ámbito de la educación y la formación.

Por efecto de la emergencia sanitaria en el país, que continúa, la educación presencial en todos sus niveles está también afectada.

“Aunque diversos fenómenos de orden natural o social habían implicado cierres e interrupciones en los sistemas educativos nacionales y locales, en ningún otro momento de la historia se habían visto suspendidas las actividades de

más de 1,215 millones de estudiantes, de todos los niveles educativos, en el mundo”. (UNESCO, 2020)

Lo presencial en la educación regular, pública y privada, cambió a virtual. Aunque esta últimase utiliza como parte del sistema educativo en otros países, desde mucho antes, en Bolivia recién a partir de la pandemia el gobierno y otras organizaciones echan mano de los recursos digitales e informáticos disponibles como auxiliares de la pedagogía en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

La educación virtual, también llamada “educación en línea (on line en inglés)”, se refiere al desarrollo de programas de formación que tienen como escenario de enseñanza y aprendizaje al ciberespacio (MEN, 2009, párr. 3). En otras palabras, la educación virtual permite tener un encuentro de diálogo o experiencia de aprendizaje, donde se puede establecer una relación interpersonal, sin que se dé un encuentro cara a cara entre el profesor y el alumno es posible establecer una relación interpersonal de carácter educativo.

Desde esta perspectiva, la educación virtual es una acción que busca propiciar espacios de formación, apoyándose en las TIC para instaurar una nueva forma de enseñar y de aprender.

La educación virtual tiene ciertos beneficios, que ayudan a equipar las limitaciones que han impedido seguir con la educación de manera presencial, por ejemplo, el aprendizaje diferenciado, flexible y activo, retroalimentación, sesiones con audio y video (E-Learning, 2017).

La Dra. Regina Stone-Edge, menciona que, no se trata de dar clases en línea, sino de impulsar aprendizajes significativos, nuevas experiencias, actividades reflexivas, entre otros, por medios formales e informales de comunicación.

Teniendo como base lo anteriormente indicado y considerando la importancia que se debe dar a esta problemática social, como es la violencia, especialmente la violencia de género, ante las cifras alarmantes, se ve necesario generar estrategias de prevención, y para esto se considera conveniente hacer uso de las plataformas digitales.

1.2. Justificación de la propuesta

En la situación actual de pandemia, cuando las instituciones educativas de nivel primario y secundario han suspendido sus actividades presenciales en todo el país; es necesario acceder a los grupos poblacionales objeto de estudio mediante las herramientas digitales y plataformas virtuales disponibles. Los adolescentes en etapa son el sector de la población a la cual esta investigación propositiva está dirigida con la finalidad de realizar acciones educativas de prevención de la violencia de género, mediante programas virtuales de prevención.

Se considera prioritario trabajar en la prevención de la violencia de género con fuerza, enfocar los contenidos en la formación del adolescente que atraviesa una etapa muy sensible; proclive a incitaciones que pueden deformar sus ideas y pensamientos sobre la temática. Por su edad temprana en pleno crecimiento, los cambios físicos y psicológicos que conllevan a su desarrollo posterior están, ampliamente, influenciados por su deseo de experimentar nuevas sensaciones hacia el sexo opuesto.

Juega un rol importante en la vida del adolescente conocer y establecer las primeras relaciones de pareja, a través del enamoramiento o noviazgo. En esta etapa construyen lazos afectivos, que usualmente tienden a estar afectados por estereotipos familiares, culturales, modelos y patrones a seguir, que proceden del seno de la familia a la que pertenecen, de sus amistades o por lo que ven en los medios masivos como la televisión e internet.

Bajo las condiciones arriba señaladas, aparecen diferentes mitos sobre el amor que les impulsan aceptar o normalizar ciertas actitudes violentas. Muchas de estas son asumidas como signos de amor hacia la pareja y, con frecuencia, los tipos de violencia se manifiestan desde una etapa temprana. Inclusive los adolescentes no relacionan la

falta de amor con el maltrato. Piensan que se puede agredir, hacer sufrir y causar daño a alguien que quieren.

Los mitos referidos al amor se basan en determinadas creencias que son aceptadas como verdaderas y normales, enmascaran actitudes de violencia de género y perpetúan la existencia de este vínculo. Existe la urgencia que los adolescentes sean más conscientes de semejantes incongruencias, cuyas consecuencias sobre la salud mental y la calidad de sus relaciones es devastadora.

Las conductas de abuso psicológico que suelen ejercer sobre sus parejas son el control del tiempo, del dinero, de la ropa, de las amistades, en los proyectos y las actividades que realizan cotidianamente. Por otro lado, está también la coacción, el chantaje y las amenazas e incluso insultar y zarandear a la pareja son considerados como actos de no violencia o agresión.

Cuando piensan en maltrato, los adolescentes consideran solo agresiones físicas graves. El trabajo de educación y concientización integrales, debe generar valores en ellos y conocimiento acorde con el respeto y cuidado de la vida.

La violencia es uno de los fenómenos con mayor penetración social todo en el mundo. Su impacto se advierte no sólo en situaciones de conflicto, sino inclusive en la solución de simples problemas de la vida cotidiana.

A menudo se escuchan casos de violencia de género entre personas casadas o convivientes, que cohabitan muchos años; pero actualmente sucede en el inicio de una relación todavía en construcción (enamoramiento).

Este trabajo de investigación propositiva desarrolla una propuesta para la elaboración de un “Programa Virtual de Prevención de Violencia de Género”, orientado a un sector de la población de adolescentes de la ciudad de Tarija. Se busca incidir en las prácticas

de relacionamiento social adolescente con el objetivo de disminuir la violencia de género, en todos sus contextos y formas, mediante la prevención. Por el contrario, motivar a la construcción de relaciones sanas, recíprocas y armónicas, basadas en el respeto e igualdad entre personas.

Parte de la metodología del programa es trabajar, de manera integral y conjunta, con varones y mujeres. A los adolescentes hombres no se los considera agresores o victimarios, sino parte de la solución y no del problema de violencia de género.

De aplicarse el Programa de Prevención con adolescentes podrán crearse espacios aptos para la reflexión y el análisis, que propicien la construcción y transformación de relaciones afectivas saludables entre adolescentes. El propósito es apoyar en la identificación y prevención de las desigualdades, las dependencias, las situaciones de violencia y sus indicadores o señales; visibilizar los mitos del amor romántico y asumir medidas preventivas ante tal situación.

Una de las formas de prevenir, sin duda, es la educación desde la etapa de la adolescencia con la adopción de una percepción igualitaria, este es el primer paso. Así, tanto hombres y mujeres deben incorporar los principios de respeto hacia el otro sin importar el sexo.

En cuanto a la prevención en la violencia de género, la OMS (2002) afirma que “es necesario intervenir aplicando medidas para evitar que llegue a producirse”. Entonces, para proyectar una adecuada prevención de la violencia de género en los adolescentes hay que comprender el significado de esa violencia y, a su vez, ayudarles a identificar sus diversas manifestaciones, señales o indicadores además de sus consecuencias.

Por estos motivos, se ve necesario llevar a cabo la prevención de violencia de género, desde la adolescencia, debido a que, en la etapa adolescente, las

personas empiezan a conocer, explorar y establecer sus primeras relaciones sentimentales de pareja. Aunque la violencia de género en las relaciones afectivas no afecta necesariamente a todos los jóvenes; sin embargo, pueden beneficiarse de la adquisición de conocimientos y habilidades para su prevención.

La adolescencia es una edad de transición, de cambios y es esencial en este periodo generar en hombres y mujeres valores positivos en torno a sus relaciones afectivas en sentido de prevenir la violencia para que no se manifieste a lo largo de su vida. Durante la adolescencia la información y la orientación son herramientas útiles, que favorecen al desarrollo integral de la persona.

Desde la psicología, la prevención de violencia se refiere a una serie de medidas integrales orientadas a evitar que aparezca y sobre todo que reaparezca, que se agrave y empeoren las posibilidades de, que una persona o grupo sean víctimas de violencia o se involucren en hechos de violencia (Psine, 2015).

Para que la finalidad de prevenir y reducir la violencia en los adolescentes, sea eficaz, “debe impartirse con una metodológica vivencial, es decir que permita obtener experiencia y participación que fomente el desarrollo psicosocial y no limitarse a mensajes directivos o información puramente teórica” (Díaz Agudo, 2003, p. & Pick y Poortinga, 2005, p.).

Esto nos lleva a una dirección que genera conocimientos y brinda información a los adolescentes. Así también es fundamental fomentar aprendizajes significativos, reflexivos, que lleven a los adolescentes a cuestionarse, buscar soluciones, actuar y poder obtener experiencia a través de las actividades de análisis y reflexión.

Es necesario desarrollar y fortalecer herramientas que capaciten a los adolescentes para hacer frente a esta problemática; además de incrementar sus conocimientos acerca de la temática. Con la propuesta de un Programa Virtual de Prevención de la Violencia de

Género en adolescentes se busca crear un espacio de respeto mutuo, igualdad y aprendizaje, que tenga un impacto positivo.

Metodológicamente, el presente trabajo aporta el diseño y elaboración de una propuesta virtual estratégica, dirigida a adolescentes para la prevención de la violencia de género. Las herramientas principales son las plataformas virtuales e interactivas, desde donde se trabajará con diversas actividades en base a la obtención de conceptos integradores y enriquecedores a la vez, mediante los cuales, quienes participarán, puedan generar constituirse en agentes de prevención.

El Programa consta de tres áreas: conceptos básicos, tipos de violencia e indicadores o señales de violencia y relaciones afectivas en la adolescencia.

La propuesta está estructurada con base en diversos estudios documentados, que tratan la temática de la violencia generacional, mismos que pueden ser consultados en páginas de internet de fundaciones o instituciones que trabajan y desarrollan la prevención e intervención de la violencia de género; además de diferentes programas nacionales e internacionales, que abordan la temática.

Así también, pretende servir como una guía para futuras réplicas que puedan ser implementados, a través del uso de plataformas virtuales. En este sentido, la metodología del Programa es flexible y podrá ser utilizada en su totalidad o adaptársela de acuerdo a las características de vida y entorno socioeducativo de la población a la cual se pretenda aplicarlo.

El Programa también brinda información, orientación y prevención para beneficio de la población adolescente, a través de un abordaje sobre diferentes temáticas como son: conceptos básicos sobre violencia, tipos de violencia, la violencia de género, los indicadores o señales, el ciclo de la violencia, los diversos mitos del amor romántico, fomentar la construcción de relaciones sanas, igualitarias, recíprocas y armónicas. Por

otra parte, permitirá mejorar determinados procesos de interrelación como la comunicación asertiva, empatía y el pensamiento crítico y reflexivo con el objetivo de generar un entorno más saludable emocionalmente, basado en la equidad de género para prevenir la violencia y por ende su manifestación más extrema que son los feminicidios.

Así también, cuenta con un instrumento de medición (cuestionario de elaboración propia), el cual contiene 17 preguntas, basados en los temas planteados en el programa, este instrumento tiene como finalidad identificar los conocimientos iniciales que poseen los adolescentes al inicio de la implantación del programa y los conocimientos adquiridos después de la aplicación del mismo

CAPÍTULO II

DISEÑO TEÓRICO

II. Objetivos

2.1. Objetivo general

Elaborar una propuesta de Programa Virtual que contribuya a la prevención de la violencia de género en adolescentes de 13 a 16 años de la ciudad de Tarija.

2.2. Objetivos específicos

- Elaborar un instrumento (cuestionario pre test y post-test) que contribuya a identificar los conocimientos iniciales acerca de la temática y el impacto de los aprendizajes adquiridos tras la aplicación del Programa.
- Diseñar las sesiones del programa de manera que el adolescente consolide conocimientos básicos sobre violencia y equidad de género, roles y estereotipos de género como factores aprendidos socialmente y generadores de desigualdad entre varones y mujeres.
- Proponer actividades que contribuyan a identificar los tipos de violencia y sus indicadores o señales como estrategia para actuar frente a situaciones de violencia.
- Diseñar actividades que permitan promover la construcción de relaciones afectivas sanas basadas en igualdad, respeto, confianza, comunicación, que ayuden a vivir una vida sin violencia.

CAPÍTULO III

MARCO TEÓRICO

III. MARCO TEÓRICO

A continuación, se presenta las bases teóricas de los conceptos que se abordarán en el programa, como marco referencial, que ayudarán, orientarán en el desarrollo de la propuesta de investigación propositiva y por ende a la elaboración del programa de prevención.

3.1. Programa de prevención

3.1.1 Programa

El término nos refiere a un proyecto o planificación ordenada de las distintas partes o actividades que componen algo y/o documento que se va a realizar.

“El programa es el conjunto de actividades y proyectos que pretenden realizarse para cumplir con los propósitos de un plan, en sentido amplio hace referencia al programa como un conjunto organizado, coherente e integrado de actividades, servicios o procesos expresados en un conjunto de proyectos relacionados o coordinados entre sí y que son de similar naturaleza” (Arder-Egg, s.f.).

Por tanto, un programa está compuesto por acciones orientadas a alcanzar las metas y objetivos propuestos dentro de un periodo determinado.

3.1.2 Prevención

El término denota una significación de acción y efecto de prevenir. Se refiere a la preparación con la que se busca evitar, de manera anticipada, un riesgo, un evento desfavorable o un acontecimiento dañoso (Prevención, 2016, párr. 1).

Así también, Bower (1969) considera la prevención como cualquier tipo de intervención psicológica y social que promueve o realza el funcionamiento emocional o reduce la incidencia y prevalencia del mal en la población en general.

En conclusión, la finalidad de la prevención y de los programas de prevención es actuar frente a las diversas problemáticas de la sociedad. Trabajando de manera cognitiva, afectiva y conductual, lo cual permite a los adolescentes ver, juzgar y actuar.

La adolescencia es una de las etapas en la cual es importante trabajar la prevención de las diferentes problemáticas de la sociedad, a partir de diversos programas de prevención.

3.2. Educación virtual

La educación virtual es una estrategia educativa, que facilita el manejo de la información y permite la aplicación de nuevos métodos pedagógicos enfocados al desarrollo de aprendizajes significativos, los cuales están centrados en el estudiante y en la participación activa. Permite superar la calidad de los recursos presenciales, se ajusta al horario personal de los estudiantes y facilita la interacción continua entre compañeros y el docente por un medio virtual.

Loaza Alvares (2002) define la educación virtual: “Es un paradigma educativo que compone la interacción de las cuatro variables: el maestro y el alumno; la tecnología y el medio ambiente”(p. 1-4).

Educación virtual significa que se genera un proceso educativo, una acción comunicativa con intenciones de formación, en un lugar distinto del salón de clases: en el ciberespacio (EcuRed, 2014, párr. 1).

3.3. Adolescencia

La adolescencia es una etapa que presenta significativos cambios físicos, psicológicos y sociales, a través de los cuales se ingresa en un período de transición de la infancia hacia la adultez.

La Organización Mundial de la Salud define a esta etapa como “el periodo de crecimiento y desarrollo humano que se produce después de la niñez y antes de la edad adulta, entre los 10 y los 19 años” (OMS, 2002).

Por otra parte, la adolescencia es considerada una etapa de búsqueda de identidad, de aprender a poner en práctica valores aprendidos en su primera infancia y a desarrollar habilidades que les permitirán convertirse en adultos atentos y responsables (UNICEF, 2002).

La adolescencia es una edad de transición, de cambio, de conflicto por la búsqueda y construcción de identidad, la familia deja de ser el modelo de referencia para serlo su grupo de iguales, comenzando a ejercer presión en esta etapa las redes sociales, se dan las primeras relaciones afectivas, es un tiempo de aprendizajes, de ensayar roles de pareja, de experimentar nuevas emociones, entre otros.

Así mismo, la adolescencia es la etapa que transcurre entre los diez y 19 años de edad, donde se consideran dos fases: la adolescencia temprana (de los diez a los 14 años) y la adolescencia tardía (de los 15 a los 19 años).

A continuación, se describe brevemente las características de cada fase:

3.3.1 La adolescencia temprana (de los diez a los 14 años)

Tomada en un sentido amplio, podría considerarse como adolescencia temprana el período que se extiende entre los diez y los 14 años de edad. Es en esta etapa en la que, por lo general, comienzan a manifestarse los cambios físicos, que usualmente empiezan con una repentina aceleración del crecimiento, seguido por el desarrollo de los órganos sexuales y las características sexuales secundarias. (UNICEF, 2011). Estos cambios externos son con frecuencia muy obvios y pueden ser motivo de ansiedad, así como de entusiasmo para los individuos cuyos cuerpos están sufriendo la transformación.

3.3.2 La adolescencia tardía (de los 15 a los 19 años)

La adolescencia tardía abarca la parte posterior de la segunda década de la vida, en líneas generales entre los 15 y los 19 años de edad. Para entonces, ya usualmente han tenido lugar los cambios físicos más importantes, aunque el cuerpo sigue desarrollándose. El cerebro también continúa desarrollándose y reorganizándose, y la capacidad para el pensamiento analítico y reflexivo aumenta notablemente (Ibídem). Las opiniones de los miembros de su grupo aún tienden a ser importantes al comienzo de esta etapa, pero su ascendente disminuye en la medida en que los adolescentes adquieren mayor confianza y claridad en su identidad y sus propias opiniones.

La adolescencia es un período de contradicciones, donde los adolescentes alcanzan la madurez física y sexual, antes de que sean cognoscitivamente y emocionalmente maduros. Es importante desarrollar y fortalecer herramientas y habilidades con las que puedan formar relaciones interpersonales saludables, de igual manera trabajar su educación y formación cognitiva, que le lleve a la reflexión y análisis de diferentes situaciones en las que ellos puedan actuar.

Con lo anteriormente mencionado se llega a la conclusión que, aparte de ser una etapa de cambios, los adolescentes en su proceso de socialización van adquiriendo su propia identidad, experimentando sus primeras relaciones afectivas, grupo de pares. La socialización ocupa el primer plano y la familia pasa a segundo plano. Por ello, es importante promover la construcción de relaciones afectivas sanas, desde diversos programas de prevención, puesto que en esta etapa tienen las primeras relaciones de enamoramiento es necesario trabajar antes que se den las primeras señales de alerta; donde los adolescentes puedan identificar las situaciones de violencia y las relaciones tóxicas, tener un conocimiento de la violencia de género, identificar los tipos de violencia como estrategias de prevenir la violencia de género desde la adolescencia y, así, generar un entorno más saludable emocionalmente. Lo que antecede debe estar basado en la equidad de género, la construcción de relaciones igualitarias, respeto recíproco, una comunicación adecuada, para evitar toda violencia posible.

3.3.3 Cambios físicos y psicológicos de la adolescencia

Durante la adolescencia se presentan diferentes cambios tanto en lo físico y psicológico, se tomó como referencia el Manual de Salud Reproductiva en la Adolescencia (2001) donde se mencionan los cambios tanto físicos como psicosociales del periodo de transición:

3.3.3.1. Crecimiento y maduración somática

Para el aspecto físico se reserva el término puberal, que proviene del latín *pubertas* ("edad de la hombría") y se refiere "al desarrollo de las características sexuales primarias y secundarias: los cambios glandulares y las transformaciones del tono de voz, el pelo corporal y la estructura del cuerpo, los cambios corporales

que están asociados a la pubertad crean inevitablemente cierto grado de tensión emocional o inclusive de manifiesto temor en los jóvenes adolescentes” (Rappoport León, 1986, p.14).

3.3.3.2. Cambios psicosociales

Los cambios que registra el adolescente significan rupturas más o menos considerables que, aunque normales, obligadas y necesarias, tienen evidentemente un coste psíquico personal y una considerable repercusión sobre su entorno más cercano.

La integración en el grupo de amigos es fundamental en esta etapa, comienza a disminuir el contacto y la relación con la familia en favor de las relaciones con los de su grupo de edad y las primeras relaciones afectivas.

3.4. Importancia de trabajar prevención de la violencia desde la adolescencia

El trabajo con adolescentes, es una buena opción para lograr un progreso rápido y sostenido en materia de prevención de la violencia de género, en esta etapa de la vida se trata de una época crucial, en la cual se forman valores y normas relativas a la igualdad de género (ONU Mujeres, sf, párr. 3).

Por otra parte, es la etapa en la que empiezan las primeras relaciones de pareja, en la que todo se vive de una manera mucho más intensa y es en esta etapa en la que es fundamental detectar los primeros indicios de comportamientos agresivos, que posteriormente pueden derivar en malos tratos.

Lo fundamental de trabajar la prevención de la violencia desde la adolescencia, se debe a que en esta etapa de la vida caracterizada y condicionada por los numerosos e importantes cambios que se producen a nivel físico, psicológico y social. Este momento

evolutivo tiene una importante repercusión sobre el desarrollo psicosocial de las personas, ya que suele conllevar una expansión en las relaciones entre iguales, el fraguado de nuevas redes sociales, grupos y parejas sentimentales, y con ello de modo inherente la aparición de nuevas situaciones conflictivas y violentas. Este aspecto es uno de los pilares de trabajo.

3.5. Sistema sexo-género

Se denomina sistema sexo-género a un proceso en el cual se asocia a las personas con una serie de características, de expectativas y oportunidades particulares dependiendo de su sexo biológico, así como la apropiación que cada persona hace de estas, es decir la identificación (Guía metodológica sistema sexo-género, sf.).

Se refiere a que las decisiones tales como el nombre, la ropa, los juguetes, que recibirá, variarán según se trate de un niño o de una niña; cuáles actividades le corresponden, cuáles no y cómo puede desarrollarlas.

Es necesario comprender la diferencia entre sexo y género debido a que en algunos casos son tomados como sinónimos y en realidad son dos conceptos totalmente diferentes. Y que los adolescentes lleguen a diferenciar cada uno de los conceptos, de esta manera poder introducirnos a abordar la violencia de género.

3.5.1 Sexo

Se refiere a las diferencias y características biológicas, anatómicas, fisiológicas y cromosómicas de los seres humanos que los definen como hombres y mujeres; son características con las que se nace, universal e inmodificable (Comisión Nacional para Prevenir y Erradicar la Violencia contra las Mujeres, 2016).

3.5.2 Género

Género es el conjunto de características sociales, culturales, políticas, psicológicas, jurídicas, económicas asignadas a las personas en forma diferenciada de acuerdo al sexo. El género está estrechamente vinculado tanto al factor cultural como al social; este último está referido a los aspectos socioeconómicos que participan en los procesos de producción y reproducción de género, tales como las diferencias salariales, que las mujeres sean las máximas responsables de las tareas domésticas, las más "machacadas", desigual distribución de los roles domésticos, desigual o diferente representación en los espacios de toma de decisión; el primero comprende todo el simbolismo relacionado con el ser mujer o ser hombre, presente en cada cultura y época histórica. Es así que el género se refiere a los conceptos sociales de las funciones, comportamientos, actividades y atributos que cada sociedad considera apropiados para los hombres y las mujeres (OMS).

Esto reafirma que el género como perspectiva tiene una visión crítica, explicativa y alternativa a lo que acontece en el orden de género; es una visión científica, analítica y política. Ello permite analizar y comprender las características que definen a las mujeres y los hombres de manera específica, así como sus semejanzas y diferencias. Sí, nos muestra una visión diferente de un mismo asunto y, ello lo logramos cuando generamos conciencia de género y promovemos el cambio (Molina, 2010).

En conclusión, cuando se habla de sexo se refiere a las diferencias biológicas y anatómicas entre hombre y mujer y el género es un conjunto de rasgos asignados a hombres y mujeres en una sociedad que son adquiridos en el proceso de socialización. Son las responsabilidades, pautas de comportamiento, valores, gustos, temores, actividades y expectativas, que la cultura asigna en forma diferenciada a hombres y mujeres. En otras palabras, es el modo de ser hombre o de ser mujer en una cultura determinada. Permite reconocer cuales son los diferentes roles, funciones, responsabilidades que la sociedad le ha asignado a hombres y mujeres.

3.6. Roles de género

Para poder comprender los roles de género, primeramente, vamos a analizar qué es un rol. Se trata de un papel o función que debemos asumir o en algunos casos se nos asigna.

En el desarrollo histórico de la humanidad se han ido transmitiendo valores a través de la cultura, la religión, las costumbres, etc., relacionadas con el papel y rol que deben asumir los diferentes sexos en la sociedad. Por lo general la mujer se destinaba a la procreación, el cuidado de los hijos y del hogar, mientras que del hombre se esperaba que fuera capaz de garantizar la satisfacción de las necesidades de su familia y su subsistencia. La mujer, por tanto, era confinada al ámbito doméstico, y el hombre era el que mantenía un vínculo con el exterior del sistema familiar.

“Estos roles son asignados por la sociedad en que vivimos y, como consecuencia de ello, las personas se desarrollan como mujeres o como hombres identificándose con los roles que por su sexo le han sido asignados” (M. J. Moreno, R. B. Aguirre GómezKorta, M. Cuadrado, 1999).

Algunos ejemplos de roles son: las mujeres están a cargo de las labores de la casa, cuidar de los hijos/as, hermanos/as y los hombres deben proveer en el hogar, ser la cabeza de la familia, entre otros. Son roles que a lo largo de nuestra sociedad se asignan según el sexo de la persona.

En conclusión, un rol de género es un conjunto de tareas y funciones que se asignan a mujeres y a hombres en una sociedad dada y en un momento histórico concreto.

El concepto de "roles de género" es fundamental para entender algunos procesos que se interrelacionan en la vida cotidiana. Su transformación podría ser un paso importante para conseguir vivir en una sociedad más equitativa.

3.7. Estereotipos sociales

Una definición está referida al “conjunto de creencias o imágenes mentales, muy simplificadas y con pocos detalles acerca de un grupo determinado de gente, que son generalizados a la totalidad de los miembros del grupo. El término suele usarse en sentido despectivo, puesto que se considera que los estereotipos son creencias ilógicas que sólo pueden ser desmontadas mediante la sensibilización, la reflexión y sobre todo la educación”. (Secretaría Técnica del Proyecto Equal, 2007, p. 5)

Los estereotipos de género son ideas preconcebidas, que están muy arraigadas y determinan las conductas, comportamientos y actitudes que deben tener las personas.

En síntesis, los estereotipos y los roles de género están muy presentes en nuestra sociedad. Podemos encontrarlos en los medios de comunicación, en la publicidad de numerosos productos, en el lenguaje que utilizamos y leemos a diario, en la asignación de responsabilidades y obligaciones dentro de la familia, en el desarrollo de las relaciones afectivas.

Son elementos transversales en las sociedades, que es necesario trabajar con los hombres y a las mujeres, y de esta manera generar relaciones más igualitarias.

3.8. Violencia

La violencia puede definirse de muchas maneras, según quién lo haga y con qué propósito, es necesario poder reflexionar, qué entendemos por violencia, y no catalogar cualquier situación como violencia.

La Organización Mundial de la Salud define a la violencia como “el uso deliberado de la fuerza física o el poder, ya sea en un grado de amenaza o efectivo, contra uno mismo, otra persona, que cause o tenga muchas posibilidades de causar lesiones, daños psicológicos, trastorno en el desarrollo, privaciones e incluso la muerte”. (OPS-OMS, 2002, p. 5)

Entonces se debe entender a la violencia como todo acto que busca dañar, lesionar, lastimar a alguien con palabras, hechos, gestos o descuidos.

3.8.1 Violencia de género

La violencia de género es aquella que se ejerce sobre las mujeres por parte de quienes estén o hayan estado en una relación afectiva (parejas o ex parejas). El objetivo del agresor es producir daño y conseguir el control sobre la otra persona, por lo que se produce de manera continuada en el tiempo. También la violencia de género se da por el machismo; es decir, el poder de los hombres expresado con violencia y la desigualdad.

La Asamblea de las Naciones Unidas, la define como “todo acto de violencia basado en el género que tiene como resultado posible o real un daño físico, sexual o psicológico, incluidas las amenazas, la coerción o la privación arbitraria de la libertad, ya sea que ocurra en la vida pública o en la vida privada”. (Asamblea General de las Naciones Unidad, 1993).

Antes, la violencia de género era solamente un asunto de familia que no debía salir de puertas para fuera y, por lo tanto, en el que no se debía intervenir. Ahora se sabe que la violencia no debe ser tolerada bajo ninguna circunstancia, ya que todas las personas tienen derecho a vivir una vida libre de violencia.

La violencia de género en la adolescencia, en muchos casos, no es tomada en cuenta o existe la idea que los adolescentes en su etapa de enamoramiento o noviazgo no sufren violencia de género; creyéndose exclusiva para las parejas que conviven dentro de un entorno familiar.

El término violencia de género se refiere a la violencia que afecta a la mujer como fruto de actitudes, conductas y creencias basadas en la desigualdad de género. Esta es concebida como un constructo social, que establece roles claramente diferenciados para el varón y la mujer, y tiene como consecuencia un trato desigual en contextos de pareja, familiares, sociales y hasta educativos.

3.8.1.1. Violencia de género en la pareja

Siguiendo la definición realizada por la ONU (1993), la violencia de género en la pareja tiene su origen en las relaciones de desigualdad entre hombres y mujeres, porque una de las partes tiene más poder que la otra. Son relaciones no horizontales, basadas en la dominación y sumisión donde mayormente el hombre ejerce el papel de dominador, y la mujer de sumisión. En nuestra cultura, este modelo de relación está muy relacionado con la idea de “amor romántico”, que se basa en una serie de creencias

3.8.1.2. Violencia de género en la adolescencia

En la adolescencia en general, las formas en las que se manifiesta la violencia de género, son percibidas como sinónimo de amor, cariño y/o preocupación, los varones utilizan conductas que conllevan los celos y el control obsesivo hacia la mujer. La falta

de conocimiento de ambos sexos puede dar lugar a este tipo de relaciones por la vulnerabilidad que se tiene frente a las primeras relaciones afectivas, por lo que no se detecta el comienzo de una relación tóxica, sino la aparición de un gran amor.

Además de la influencia cultural, existe otra variable que está agravando las cifras de maltrato entre los adolescentes. Las redes sociales forman parte del día a día adolescente, son los nativos digitales; emplean estas redes no solo como instrumento de distracción, sino principalmente como una forma de comunicación constante entre iguales. Es esta disponibilidad y accesibilidad las 24 horas del día lo que hace que, junto con las creencias del amor romántico, se den situaciones de control por parte de unos usuarios hacia otros totalmente justificadas desde su perspectiva; la principal dificultad a superar es que las adolescentes sean conscientes de que son víctimas de violencia de género cuando lo son, y no justifiquen comportamientos violentos en base al amor (García-Díaz, et al., 2013, p. & Vizcarra, et al., 2013, p.).

3.9. Tipos de violencia

La violencia contra las mujeres, niños, niñas y adolescentes tiene diversas formas de expresión: física, sexual, psicológica y económica. Cada una se presenta bajo determinadas situaciones.

En la actualidad según estudios realizados en España, principalmente, la violencia de género incluso se llega a ejercer mediante la tecnología y es denominada en algunos casos como violencia 2.0.

3.9.1 Violencia física

Es uno de los tipos de violencia que, según las cifras indicadas a nivel mundial, es ejercida sobre las mujeres, adolescentes y niñas por parte su pareja o alguien de su entorno familiar.

La violencia física incluye cualquier acto de fuerza contra el cuerpo de la mujer, con resultado o riesgo de producir lesión física o daño, ejercida por quien sea o haya sido su pareja.

3.9.1.1. Indicadores o señales de la violencia física

Se refiere, en general, a todas las agresiones visibles: empujones, golpes, quemaduras, pellizcos, patadas, sopapos, heridas por arma u otro objeto, mordeduras, tirones de pelo, fracturas o lesiones, entre otros.

Con la violencia física inclusive se llega a la expresión máxima: el feminicidio.

3.9.2 Violencia psicológica

Incluye toda conducta, verbal o no verbal, que produzca en la mujer desvalorización o sufrimiento.

3.9.2.1. Indicadores o señales de la violencia psicológica

Se da a través de amenazas, humillaciones o vejaciones, exigencia de obediencia o sumisión, coerción, insultos, aislamiento, culpabilización o limitaciones de su ámbito de libertad. Es ejercida por quien esté o haya estado ligado a ella por análoga relación de afectividad, aún sin convivencia. Incluye gritos, amenazas, intimidaciones, chantajes, descalificaciones, entre otras formas.

En muchos casos, la violencia psicológica es el tipo de violencia que pasa desapercibida pero sus consecuencias llegan a dejar grandes secuelas en las víctimas; lo cual es necesario prevenir y trabajar en cambio por la construcción de entornos y relaciones afectivas saludables.

3.9.3 Violencia sexual

Incluye cualquier acto de naturaleza sexual forzada por el agresor o no consentida por la mujer. Abarca la imposición, mediante la fuerza o con intimidación, de relaciones sexuales no consentidas y el abuso sexual, con independencia de que el agresor guarde o no relación de pareja o familiar, afectiva o de parentesco con la víctima.

En conclusión, la violencia sexual es la que se da mediante amenaza o fuerza física para tocar el cuerpo de la otra persona con la intención de obtener placer sexual, sin que la otra persona se lo permita.

3.9.3.1. Indicadores o señales de la violencia sexual

Se refiere a toda forma de acoso, abuso sexual o violación, tocamientos y contactos no deseados (manoseos).

Así mismo la violencia sexual está entre los tipos de violencia que más prevalece en el mundo, debido a que 243 millones de mujeres y niñas (de edades de entre 15 a 49 años) a nivel mundial han sufrido violencia sexual o física por parte de un compañero sentimental (ONU Mujeres, abril, 2020, párr. 4).

3.9.4 Violencia económica

Incluye la privación intencionada, y no justificada legalmente, de recursos para el bienestar físico o psicológico de la mujer y de sus hijas e hijos o la discriminación en la disposición de los recursos compartidos en el ámbito de la pareja.

Quien la ejerce no deja que la mujer controle los recursos de la economía familiar, limita el dinero, entrega cantidades insuficientes para el mantenimiento de la familia, la culpa de no saber administrar bien el dinero, impide que trabaje para que no tenga independencia económica.

Es importante denotar que, muchas veces, en esta etapa adolescente las parejas no conviven; por lo tanto, es poco notorio este tipo de violencia.

A estas consecuencias se añaden otras formas de violencia en la adolescencia, que son relativamente nuevas pero cada vez más frecuentes. A continuación, se explicará.

3.9.5 La violencia de género en la adolescencia a través de los medios digitales

En este escenario las formas de violencia de género en las relaciones de pareja se han proyectado en las redes sociales, y muy especialmente la adolescencia, ya que son el grupo social que mantiene un vínculo más directo y permanente con el mundo digital y el de Internet. Han aparecido provenientes de los comportamientos y actitudes propias de la violencia ejercida sobre la mujer por parte de su pareja o ex parejamasculina.

Dentro de la violencia digital se desarrolla en específico la violencia psicológica, mediante insultos, control excesivo, manipulación, intimidación, etc. Es de ahí que se al no ser detectada pasa a la situación de violencia física o sexual.

3.10. Efectos y consecuencias de la violencia de género

La violencia de género y sus repercusiones nocivas van desde el ámbito personal y familiar hasta el social con consecuencias para la salud física, mental y relaciones sociales.

La Organización Mundial de la Salud considera que la violencia de género constituye un grave problema de salud pública, debido a que se han podido identificar los siguientes efectos o consecuencias:

- **Daños físicos:** Fracturas, quemaduras, cortaduras, hematomas, heridas, dolores de cabeza, invalidez temporal o permanente, violación sexual, problemas ginecológicos, embarazos no deseados, partos prematuros, abortos, enfermedades de transmisión sexual, infección con VIH, y consumo abusivo de alcohol, drogas y tabaco, consecuencia más extrema el feminicidio.
- **Daños psicológicos:** Depresión, ansiedad, angustia, trastornos del apetito, estrés, fobias, obsesiones, conductas compulsivas, abuso de sustancias tóxicas, insomnio, hipersomnia, frigidez, baja autoestima, disfunciones sexuales, labilidad emocional, baja del rendimiento y reducción de las capacidades cognoscitivas e intelectuales.

3.11. Ciclo de la violencia

Comienza de manera muy sutil y va creciendo poco a poco con el tiempo. Las personas, sin darse cuenta y al vivir en un entorno violento, frecuentemente aprenden a relacionarse de esta manera, y creen que es normal en la relación de pareja.

Se han descrito diferentes fases en esta espiral, que también se conoce como el ciclo de la violencia, que fue planteado por Leonor Walker (1979) para explicar cómo se da la violencia en las relaciones de pareja:

- **Fase de la acumulación de tensión.** - Comienza con burlas sobre cosas que dices o haces, insultos sutiles, amenazas, control, humillaciones en público, gritos, y

constantes insinuaciones de que haces las cosas mal o que no sirves para nada. Esta, en sí, ya es una etapa de violencia psicológica principalmente.

- **Fase de la explosión violenta.** - Momento en que existe la agresión física violenta que puede comenzar por empujones, sacudidas, tirones de brazo, y llegar a golpes que pueden provocar lesiones graves e incluso la muerte. Sientes miedo constantemente a que reaccione de manera violenta, y por muchos esfuerzos que realices lo hace de un momento a otro.

- **Fase de arrepentimiento o “Luna de miel”.** - Luego de un episodio de violencia, el agresor muestra signos de: Arrepentimiento, pide perdón y promete que no volverá a suceder o justifica su agresividad siempre en nombre del amor y pide que “cambies su comportamiento”. Se considera honesta esta disculpa y se cree realmente en el cambio, se retoma la relación sometiéndose para no desencadenar otra situación de violencia. Esta fase dura por un tiempo hasta que comienza nuevamente la fase de acumulación de tensión y volverá a comenzar el ciclo.

Conocer este ciclo, a través del cual se vive la violencia en las relaciones de pareja, permitirá que se pueda identificar cuándo se está en una relación no sana y agresiva.

3.12. Mitos del amor romántico

El amor romántico es el modelo cultural en el que son socializados, de manera diferente, mujeres y hombres según las expectativas de rol de género.

Dentro de este modelo hay una serie de pautas ideales acerca de la persona de la que hay que enamorarse, como debe ser la relación, qué conductas se pueden tener y cuáles no, etc. Pautas que llevan implícitos los estereotipos tradicionales y una serie de mitos

y creencias vinculados a los mismos, teniendo como resultado los mitos del amor romántico.

“Se puede considerar que los mitos románticos son el conjunto de creencias socialmente compartidas sobre la supuesta verdadera naturaleza del amor, soliendo ser ficticios, irracionales e imposibles de cumplir” (Yela, 2003).

Diversas investigaciones han confirmado que la interiorización de los mitos del amor romántico podría ser un factor de riesgo para la aparición de violencia de género; por lo que se hace necesario trabajar en la deconstrucción de estas creencias y patrones transmitidos generacionalmente y fomentar relaciones de pareja sanas e igualitarias que potencien el pleno desarrollo de cada persona.

Los mitos del amor romántico, son la base de las creencias que dan lugar a conductas de control y como consecuencia relaciones de desequilibrio de poder en las parejas. En diversas investigaciones y trabajo con adolescentes, se ha detectado que aparecen con más frecuencia los siguientes mitos:

- **Mito de la media naranja:** Creencia en que se escoge a la pareja predestinada y que ésta ha sido la única y mejor elección posible.
- **Mito de los celos:** Creencia en que los celos son un signo de amor, e incluso el requisito indispensable de un verdadero amor.
- **Mito de los polos opuestos se atraen:** Dentro de los diferentes escenarios que podemos encontrar con relaciones entre “opuestos” es que una de las partes “domine” a la otra, ante lo cual, con el tiempo, el débil puede hacer dos cosas: Hacerse cada vez más dependiente del otro, o rebelarse contra el dominio de su pareja.
- **Mito de la omnipotencia “el amor todo lo puede”:** Creencia bajo la cual subyace la idea de que si hay verdadero amor no deben influir los obstáculos externos o

internos sobre la pareja y es suficiente con el amor para superar todos los problemas, “el amor lo puede todo”.

3.12.1 Consecuencias de los mitos del amor romántico

- Confusión Justificación, a veces se aceptan conductas que no tienen que ver con el amor.
- Se impulsa a renunciar a otras aspiraciones.
- Se coarta la libertad individual.
- Se potencia la dependencia.
- El sufrimiento se asume como necesario y positivo.
- A veces se invisibiliza el maltrato.
- No se ve ni se acepta al otro tal y como es.
- Solo con decir te amo ya es suficiente.
- Se fomenta y potencia la desigualdad y no corresponsabilidad.
- No se aprende una adecuada gestión de conflictos.
- Se establecen relaciones afectivas no saludables.

3.13. Relaciones afectivas en la adolescencia

La construcción de la vida social y afectiva en la adolescencia depende de distintos factores de socialización como son la familia, escuela, relación entre pares y medios de comunicación; por lo que las relaciones establecidas en esta etapa se van a ver influenciadas por todos ellos. En el trato con sus iguales cambian las relaciones de amistad, las viven de una manera más intensa, ya que estos comienzan a tener un papel importante en su vida y comienzan a tener sus primeras relaciones afectivas, de noviazgo.

En el ámbito más frecuente, donde la violencia de género, se podría llegar a manifestarse, durante las relaciones afectivas desde la adolescencia es donde se dan las primeras experiencias afectivas y amorosas. Por ello, es fundamental poder reconocer los síntomas de una relación insana o también denominada tóxica.

3.13.1 Relaciones sanas

Una relación sana está libre de violencia física, emocional y sexual. Cualidades como la honestidad, respeto y buena comunicación son partes importantes de una relación. Educar a adolescentes sobre la importancia y el valor del respeto (el respeto por uno mismo y respeto por otras personas) puede permitirles establecer relaciones sanas, antes de comenzar para evitar la violencia durante el noviazgo. Las relaciones sanas se construyen sobre una base de respeto. El respeto es una opción, necesaria, que posterior a ser practicado por una persona, el resto imita o necesita de ese valor. Es importante para los adolescentes, aprender a tratar a los demás, como ellos quieren ser tratados. Los adolescentes también necesitan reconocer cuando no hay respeto; sus relaciones pueden recurrir de saludable a no saludables (tóxicas) (Manual de relaciones saludables de la organización Bear River Head Start, 2003, p 1-3).

Las relaciones sanas estas basadas principalmente en respeto, confianza, comunicación, igualdad, empatía. Es un espacio donde primeramente te sientes bien consigo misma/o, el cual te permite crecer como persona.

En conclusión, es fundamental e importante poder generar, promover la construcción de relaciones afectivas sanas, y de esta manera poder prevenir la violencia de género dentro de las parejas adolescentes.

3.13.1.1. Características de una relación sana:

- ✓ **Respeto mutuo:** Respeto significa que cada persona valora al otro y comprende los límites de la otra persona.

- ✓ **Confianza:** Las parejas deben elegir confiar mutuamente y darse el beneficio de la duda.
- ✓ **Honestidad:** Cuando una pareja miente, toma tiempo para reconstruir esa confianza en él o ella. La honestidad genera confianza y fortalece la relación.
- ✓ **Compromiso:** En una relación amorosa, cada pareja no siempre consigue su manera. Deben reconocer diferentes puntos de vista y estar dispuestos a dar y recibir.
- ✓ **Individualidad:** Cada pareja no debe comprometerse, y su identidad no debe basarse en su pareja. Cada pareja debe seguir viendo a sus amigos o haciendo las cosas que él o ella ama. Deben de apoyarse si su pareja quiere buscar nuevos pasatiempos o hacer nuevos amigos.
- ✓ **Buena comunicación:** Cada socio debe hablar sinceramente y abiertamente para evitar problemas de comunicación. Si una pareja tiene que aclarar sus sentimientos, su pareja debe respetar los deseos y esperar hasta que estén listos para hablar.
- ✓ **Control de la ira:** Todos nos enojamos, pero cómo expresamos puede afectar nuestras relaciones con los demás. La ira puede ser manejada en formas saludables, tales como, tomar una respiración profunda, contar hasta 10 o hablando.
- ✓ **Resolución de problemas:** Las parejas pueden aprender a resolver problemas e identificar soluciones nuevas, dividiendo un problema en partes pequeñas o hablando acerca de la situación.
- ✓ **Evitar insultos:** Todo el mundo pelea en algún momento, pero mantenerse en el tema y evitar insultos resulta en más probabilidades para llegar a una solución.
- ✓ Las parejas deben tomar un breve descanso alejados uno del otro si el debate va aumentando la tensión.
- ✓ **Entendimiento o Empatía:** Cada pareja debe tomar tiempo para entender lo que el otro podría estar sintiendo al ponerse en sus zapatos.

3.13.2 Relaciones tóxicas

Hoy en día, en nuestra sociedad es muy común escuchar sobre las relaciones tóxicas y se podría llegar a la conclusión de que las personas lo toman como algo natural o normal y que forma parte de una relación, esto se debe por la carencia total de valores que se vive, pero además por la globalización conceptual del término (tóxico).

Una relación tóxica es destructiva, insalubre y que a una de las dos partes o ambas le está generando cierto daño o malestar.

Las relaciones tóxicas son relaciones con comportamientos disfuncionales, entendidos como aquellos que no permiten, o cohiben el crecimiento individual, inhiben la expresión psicoafectiva, afectando así a las emociones, conductas y cogniciones de las personas que forman parte de la relación (Andrade Salazar, Castro, Giraldo&Martínez, 2013). Estos comportamientos conllevan cierta toxicidad, porque los seres humanos son seres sociales y necesitan establecer vínculos con las personas que les rodean.

La psicóloga Carolina Reyes C. (2020), especialista en adolescencia, indica cuáles son las señales como ser; los celos, aislamiento, disminución del rendimiento académico, desmotivación, signos físicos, entre otros son las señales que pueden evidenciar que una persona es víctima de una relación tóxica y qué actitudes de su pareja, por ningún motivo, se debe normalizar.

También cuando el adolescente mujer está en el rol de víctima, es posible observar algunas conductas, que pueden indicar que sufren su relación de pareja y está pasando un mal momento (Charpentier, D, 2020).

3.13.2.1. Indicadores de una relación toxica o violenta

Según la psicóloga Carolina Reyes C, los indicadores o señales de que una persona se encuentra en una relación toxica son los siguientes:

✓ **Aislamiento**

De repente, deja de juntarse con amigos, salir, conversar con la familia y participar de las actividades sociales que antes realizaba. Asimismo, se observa un mayor encierro en su dormitorio, comienza a dormir mucho y a no querer vincularse con el resto de la familia.

✓ **Cambios abruptos de ánimo sin explicación “aparente”**

Si bien la adolescencia suele caracterizarse por su estabilidad emocional (o incontinencia emocional), ahora, más que antes se intensifica, se observa una mayor cantidad de llantos, una constante irritabilidad y actitudes de descarga y rabia hacia su familia, en especial los padres.

✓ **Desmotivación generalizada**

En este mismo sentido, deja de asistir a las actividades que antes le generaban placer, algún deporte o taller del que antes disfrutaba.

✓ **Disminución del rendimiento académico**

Cuando se instala una relación de pareja tóxica, ésta suele consumir toda la energía vital del adolescente, la cual, ya no tiene ganas de estudiar, ni aprender, viéndose afectada también su capacidad y motivación de logro.

✓ **Aumento del tiempo frente a su celular**

Si bien, sabemos que la adolescencia de hoy es digital, se produce un aumento de la interacción con su celular, muchas veces, es durante la noche donde se desvelan “batallando” por este medio, a través de eternos mensajes escritos y conversaciones también.

✓ **Signos físicos**

Si hay presencia de violencia física, pueden aparecer marcas en el cuerpo: moretones, rasguños y mordeduras, entre otros.

✓ **Celos**

Los celos como el control, son una muestra de amor. “Estas actitudes se manifiestan cuando la pareja “prohíbe” la realización de actividades que antes hacía, “prohíbe” que pueda tener y salir con los amigos, la familia o hacer cualquier actividad que no implique estar exclusivamente con él, control de la vestimenta”.

Es importante que los adolescentes tengan cuidado cuando una relación es de dominio y control, ya que puede terminar en violencia.

3.14. Equidad de género

Según la ONU, el concepto de equidad de género se refiere a “la capacidad de ser equitativos y justos en relación al trato de hombres y mujeres, teniendo en cuenta sus diferentes necesidades. En una situación de equidad de género, los derechos, responsabilidades y oportunidades de los individuos no se determinan por el hecho de haber nacido hombre o mujer”.

La equidad de género significa que mujeres y hombres:

“Independientemente de sus diferencias biológicas, tienen derecho a acceder con justicia e igualdad al uso, control y beneficio de los mismos bienes y servicios de la sociedad, así como a la toma de decisiones en los ámbitos de la vida social, económica, política, cultural y familiar”. (API, 2011, p.).

CAPÍTULO IV

METODOLOGÍA

IV. METODOLOGÍA

El presente trabajo de investigación propositiva está enmarcado en el área de la práctica socioeducativa, estructurada en dos vertientes del conocimiento:

Una vertiente es la psicología educativa, que está dedicada a “la reflexión e intervención sobre el comportamiento humano, en situaciones educativas, mediante el desarrollo de las capacidades de las personas, grupos e instituciones. Se entiende el término educativo en el sentido más amplio de formación y desarrollo personal y colectivo”. (Psicología de la Educación, s.f.)

Otra vertiente es la psicología social que intenta comprender “cómo el pensamiento, los sentimientos o la conducta de los individuos están influidos por la presencia actual, imaginada o implícita de los demás” (Allport, 1968, p.).

Esta investigación tiene el objetivo de promover en los adolescentes de la ciudad de Tarija, mediante la realización de un Programa Virtual, la apropiación de conocimientos, desempeño de actitudes, práctica de valores, demostración de habilidades y herramientas conceptuales esenciales para prevenir la violencia de género en la etapa de vida que se encuentran, donde desarrollan emociones y sentimientos primarios hacia sus parejas de sexo opuesto.

Así, a nivel de lo socioeducativo y con el apoyo de recursos didácticos de formación integral, provenientes de la teoría sistematizada y respaldada por fuentes consultadas utilizadas en el Marco Teórico; se propone brindar a los adolescentes las herramientas necesarias que les permitan realizar su aprendizaje en un contexto favorable para que amplíen su visión sobre la violencia de género como factor de maltrato psicológico, físico, económico y social.

En otra de las líneas del Programa, se propone favorecer la educación en valores de los adolescentes para inculcarles comportamientos positivos, inherentes al desarrollo pleno de las dimensiones personal, social, educativa y familiar.

4.1. Tipo de investigación

La investigación propositiva es una propuesta de estudio, que “se caracteriza por generar conocimiento, a través de un proceso dialéctico que utiliza un conjunto de técnicas y procedimientos con la finalidad de diagnosticar y resolver problemas fundamentales” (Ramírez García, 2017, párr. 17).

El trabajo de investigación responde a un modelo de investigación que la Universidad Autónoma “Juan Misael Saracho” (U.A.J.M.S), a través de la Carrera de Psicología, establece como alternativa a la Práctica Institucional (PI). Esta decisión fue asumida debido a la imposibilidad de realizar las prácticas institucionales presenciales, debido a la pandemia por el nuevo coronavirus o COVID 19.

Bajo este criterio, es la persona investigadora, en este caso la estudiante es quien plantea y elabora una propuesta de Programa Virtual con uso de alguna plataforma virtual, para implantar acciones de intervención o prevención de la violencia de género entre adolescentes en la ciudad de Tarija.

4.2 Métodos, técnicas e instrumentos

4.2.1 Métodos

- **Método para la investigación propositiva**

En la investigación propositiva se utilizó el **método teórico** para recopilar información en diversas fuentes: libros impresos y digitales, revistas digitales, investigaciones de

grados y portales de páginas web. El conjunto de información obtenida ha sido utilizado para sustentar y construir el marco teórico.

- **Métodos para el programa virtual**

Los métodos que se utilizarán, con carácter sustancial, para el desarrollo y futura implementación del Programa Virtual son:

- ✓ **El método virtual**

El método e-Learning o virtual se da a través de la utilización de dispositivos electrónicos. En la actualidad, el modo de aprendizaje con este método basa su programa en plataformas online, TIC.

Algunas de las características de este método son la educación y capacitación a través de internet. Este tipo de enseñanza en línea permite la interacción del usuario con el material, mediante la utilización de diversas herramientas informáticas (Avanzo, 2017, p.). La aparición de nuevas tecnologías para los entornos educativos ha derivado en formas novedosas de transmitir conocimientos.

Según Elliot Maise (2005), fundador del Masie Center, Futurista del e-learning, este método “Implica el uso de internet, pero también incluye la tecnología móvil, (...), todo uso de la tecnología que tiende a expandir, reforzar, distribuir, desarrollar, evaluar, certificar o acelerar los procesos de aprendizaje, (...) abarca elementos tales como gestión del conocimiento, colaboración y apoyo al desempeño”.

✓ **Método activo-participativo**

Se sugiere para realizar el desarrollo de las clases, implementar una metodología participativa orientada en concebir y abordar los procesos de enseñanza aprendizaje y construcción del conocimiento. Este método concibe a los participantes en el proceso como agentes activos en la construcción, reconstrucción y deconstrucción del conocimiento y no como agentes pasivos o simplemente receptores (Agrelo, 2017).

En las sesiones y actividades que se realizarán, el método activo-participativo se visibiliza a través de diversas técnicas que generan y concentran una mayor participación, consciente y responsable, de la población beneficiaria. Además, se busca fomentar en las personas diferentes formas que poseen para adquirir conocimientos. Las técnicas están compuestas por diferentes actividades: dinámicas de grupo, juegos, vídeos y dibujos, entre otras más.

4.3 Técnicas

Las técnicas son consideradas procedimientos didácticos de ayuda para el proceso de aprendizaje. Son de gran utilidad para el desarrollo de las actividades en una intervención o un programa a realizarse con la población objeto de estudio.

“Se utilizan en determinados procesos informativos, de toma de decisiones, solución de problemas, y se aplican para adquirir conocimientos partiendo siempre de la práctica, es decir de lo que la gente sabe, de las experiencias vividas y de los sentimientos que muchas situaciones

originan, así como de los problemas y dificultades”. (Vargas, Bustillos&Marfan, 2001, pág. 4)

Las técnicas a utilizar en el proceso de implementación del Programa son las siguientes:

- **Técnicas didácticas para medios virtuales**

Estas técnicas ayudarán a que se logren los propósitos que percibe el Programa Virtual.

Lluvia de ideas

La lluvia de ideas (Brainstorming) es una técnica de grupo para generar ideas originales en un ambiente relajado. Esta herramienta creada en el año 1941 por Alex Osborne, cuando su búsqueda de ideas creativas resulto en un proceso interactivo de grupo no estructurado de “lluvia de ideas” que generaba más y mejores ideas que las que los individuos podían producir trabajando de forma independiente. (Sociedad Latinoamericana para la Calidad, 2000, p.1).

Es una estrategia colaborativa con la cual el docente solicitará que los estudiantes aporten sus ideas o conocimientos, acerca de la temática que se tratará.

Hecho lo anterior y bajo la guía del profesor, de manera conjunta, se formulará una conclusión. Esta estrategia permite también, al docente, realizar una evaluación diagnóstica de lo que saben los estudiantes del tema y así tomar decisiones oportunas con miras a realizar los ajustes necesarios a su intervención.

Dinámicas

La dinámica grupal es una experiencia social de aprendizaje integral en la que se conjugan aprendizajes de distinto orden y se propicia la transferencia de los aprendizajes a la práctica cotidiana. Según Caviedes, la dinámica “es una experiencia

colectiva que dinamiza internamente a cada participante, promoviendo introspección y reflexión” (En Banz, 2015, pp. 1-6).El objetivo de esta técnica, apunta a lograr una estructuración del sujeto en términos en la que se ve a sí mismo, la realidad o la de los demás, así también ayuda en la capacidad de escuchar a los demás, de ser empático y darse cuenta que las personas tienen perspectivas distintas acerca de las cosas.

Exposición digital

El profesor solicitará a los estudiantes (de manera individual o en equipos) realizar la exposición de un tema estudiado mediante el uso de un material digital creativo. Algunos ejemplos pueden ser: periódico, cartel, afiche, video, canción, presentación, cuento o revista. Posteriormente los materiales serán compartidos en la plataforma que se empleará.

Estudio de casos

Es el análisis de un hecho real o imaginario, con la finalidad de interpretarlo, reflexionar o resolverlo. Algunos ejemplos de recursos que se pueden emplear para esta estrategia son: documentos, vídeos, películas, noticias, entre otros (Guerrero, 2020).

✓ Técnicas audiovisuales

Se caracterizan por el uso de sonido o de la combinación con imágenes, la proyección de videos, etc. Estas técnicas permiten aportar elementos de información adicional y/o enriquecer el análisis y reflexión sobre algún tema.

✓ **Técnicas participativas**

Las técnicas participativas están compuestas por diferentes actividades como, por ejemplo, dinámicas de grupo, videos, adecuación de juegos para fines de capacitación cualquier otro medio que tenga como objetivo generar la participación, el análisis y la reflexión, y un cambio de actitud consiente y duradero en los participantes, que conduzca a una planificación de acciones para la solución de problemas (Manual de técnicas participativas, s.f., p 2-3).

4.4. Instrumentos

En la investigación se utiliza como instrumento el cuestionario de elaboración propia. Está compuesto por 17 preguntas, entre las cuales se encuentran preguntas dicotómicas, de opción múltiple y de desarrollo, donde el participante indica la respuesta que considere correcta de acuerdo con sus percepciones. Así también el instrumento fue elaborado en base a las temáticas a trabajar en las sesiones del programa.

Las preguntas permitirán al futuro facilitador identificar el conocimiento que poseen los adolescentes con relación a la violencia de género; tanto antes como después de la ejecución del Programa Virtual de Prevención.

El cuestionario básico de evaluación constituye una guía con preguntas que podrá ser aplicado por el futuro facilitador, previa consideración del mismo. De acuerdo con los resultados que obtenga podrá realizar las modificaciones que considere pertinentes a este instrumento.

También el Programa de Prevención Virtual "*Construyendo una Vida sin Violencia*" se considera otro instrumento guía, que servirá, una vez aplicado, para elaborar actividades a través del uso de técnicas y estrategias virtuales, llevadas a cabo mediante

una plataforma virtual. A su vez, el Programa está diseñado como medio de comunicación y área de intercambio de trabajo entre el facilitador y los participantes.

La estructura del Programa Virtual consta de 12 sesiones, las cuales serán llevadas a cabo a través de la plataforma Zoom. Además, para su puesta en marcha, se ha considerado aspectos de innovación y desarrollo de estrategias encaminadas a prevenir la violencia de género. Las sesiones estarán divididas en tres áreas de trabajo o ejes temáticos:

Primer Módulo : Conceptos básicos.

Segundo Módulo : Tipos de violencia y sus indicadores o señales.

Tercer Módulo : Relaciones afectivas en adolescentes.

4.5 Población

La población objeto del Programa Virtual son adolescentes, hombres y mujeres, entre 13 a 16 años de edad de la ciudad de Tarija, que tienen acceso a la plataforma Zoom, poseen un celular, computadora o Tablet.

Además, se considera igualmente importante que la aplicación del Programa pueda extenderse a grupos de 15 y 20 participantes para un mayor alcance y posibilidad de aprovechamiento.

4.6 Procedimiento

El Programa incluye las siguientes fases:

4.6.1 Primera fase: Revisión de la literatura

Se trata de una revisión bibliográfica especializada en artículos, libros digitales escritos informativos con el objetivo de detectar el estado de conocimiento sobre la problemática y sus principales exponentes.

Con base en la documentación analizada sobre el fenómeno se define los objetivos, elige la metodología, seleccionan las técnicas e instrumentos y el tipo de diseño más adecuado para estructurar y definir el Programa.

4.6.2 Segunda fase: Elaboración de la propuesta del Programa de Prevención

En este momento del proceso se elabora el Programa Virtual y determina su estructura, que incluye un objetivo general, la propuesta de prevención de la violencia de género en adolescentes basada en los conocimientos fundamentales sobre la violencia y equidad de género, roles de género, estereotipos sociales y desigualdad entre varones y mujeres, entendidos como factores que se aprenden socialmente.

Así también, son incluidos en la estructura del Programa los contenidos que ayudarán a identificar los tipos de violencia, sus indicadores o señales y el ciclo de la violencia. Con su puesta en marcha, mediante las estrategias anteriormente señaladas, se espera la manifestación de ciertos indicadores de la violencia, que pueden ser reconocidos por los adolescentes y así predecir, con cierto grado de asertividad, cómo deben cambiar sus actitudes frente a situaciones que representan posibles hechos de maltrato y dominación. Al mismo tiempo, está previsto que tales acciones impulsen la promoción de relaciones afectivas sanas, basadas en igualdad, el respeto, la confianza y la comunicación.

Los módulos, apuntados más arriba, se desprenden de los objetivos específicos de la investigación propositiva y se arman en base a grupo de sesiones, cada una con un tema a desarrollar y el objetivo que corresponde a la actividad prevista.

Tabla 1

Contenido del programa (Parte I)

CONTENIDO DEL PROGRAMA		
	Sesión	Contenido
PRESENTACIÓN Y CIERRE DE PROGRAMA	Sesión 1: “Presentación y evaluación inicial”	Información del programa (objetivos del programa) -Dinámica de presentación “YO SOY”.
	Sesión: 12 “Cierre del programa”	-Indicación de la evaluación -Evaluación final. -Experiencias obtenidas.
MÓDULO I Conceptos básicos Objetivo: Consolidar conocimientos básicos sobre violencia y equidad de género, roles y estereotipos de género como factores aprendidos socialmente y generadores de desigualdad entre varones y mujeres	Sesión 2: El sistema sexo- género y Equidad de género.	-Exposición teórica del sistema sexo–género y la equidad de género. -Dinámica. - Video. -Reflexión o cierre.
	Sesión 3: Roles y estereotipos de género	-Roles y estereotipos de género. -Construcción social de los roles de género. Manifestación de la desigualdad por los roles y estereotipos asignados.
	Sesión 4: Violencia de género.	-Lluvia de ideas. - Exposición teórica sobre la violencia y violencia de género.

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 2

Contenido del programa (Parte II)

CONTENIDO DEL PROGRAMA		
<p>MÓDULO II Tipos de violencia y sus Indicadores o señales</p> <p>Objetivo: Identificar los tipos de violencia y sus indicadores o señales, como estrategias para actuar frente a situaciones de violencia.</p>	<p>Sesión: 5 Tipos de violencia</p> <p>“Violencia física y Violencia psicológica”</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Proyección de video “formas de violencia”. - Exposición teórica sobre violencia física y psicológica. - Trabajo en grupos.
	<p>Sesión: 6 Violencia sexual, violencia económica y violencia 2.0</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Exposición teórica sobre Violencia sexual, violencia económica y violencia 2.0. - Como se da la violencia en la adolescencia. - Dinámica “identificar imágenes”. - JuegoEducaplay.
	<p>Sesión: 7 Ciclo de la violencia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Proyección de video “ciclo de la violencia”. - Exposición teórica sobre los ciclos de la violencia y sus tres fases. - Trabajo en grupo.

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 3

Contenido del programa (Parte III)

CONTENIDO DEL PROGRAMA		
<p>MÓDULO III Relaciones afectivas en adolescentes.</p> <p>Objetivo: Promover la construcción de relaciones afectivas sanas basadas en igualdad, respeto, confianza, comunicación, que ayuden a vivir una vida sin violencia.</p>	<p>Sesión: 8 Mitos del amor romántico en las relaciones afectivas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Lluvia de ideas. - Proyección de video sobre los mitos del amor romántico. - Exposición de los mitos.
	<p>Sesión: 9 Relaciones afectivas sanas VS relaciones nocivas (toxicas).</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Proyección de video “no toleres la violencia” - Trabajo en grupo. - Exposición teórica sobre las relaciones sanas y las relaciones nocivas.
	<p>Sesión: 10 Indicadores de una relación toxica o violenta.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Lluvia de ideas. - Exposición de los indicadores de una relación violenta. - Trabajo grupal.
	<p>Sesión: 11 Bases para una relación saludable.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Proyección de video “relaciones saludables y tecnología” - Dinámica “los ingredientes para una relación saludable”.

Fuente: Elaboración propia.

En la segunda fase de elaboración de la propuesta del Programa de Prevención, se acude a la revisión de varios documentos de investigación referentes a la temática: páginas de internet, programas nacionales e internacionales y las recomendaciones de

instituciones que trabajan con violencia de género. Algunos de ellos son descritos a continuación:

Tabla 4

Lista base

Autores	Descripción
Díaz-Aguado, M. J., y Carvajal, I. (2011).	<i>Igualdad y prevención de la violencia de género en la adolescencia y la juventud</i> . Madrid, España: Ministerio de Sanidad, Igualdad y Servicios Sociales.
Ferrer, V. P., y Bosch, E. F. Pérez. (2013).	“Del amor romántico a la violencia de género. Para una coeducación emocional en la agenda educativa”. Profesorado. <i>Revista de Currículum y Formación de Profesorado</i> , 17(1).
Hernando, A. (2007).	“La prevención de la violencia de género en adolescentes. Una experiencia en el ámbito educativo”. <i>Apuntes de Psicología</i> . 26(3).
Pazos M. G., Oliva A. D., y Hernando Á. G. (2014).	“Violencia en relaciones de pareja de jóvenes y adolescentes”. <i>Revista Latinoamericana de Psicología</i> .
Rueda Aguilar Cecilia, 2018.	<i>Actitud frente a la violencia de género, que presentan los estudiantes de secundaria del municipio de san Lorenzo, en la gestión 2018</i> . [Tesis de Psicología]. UAJMS.
OMS (2002).	En cuanto a la prevención en la violencia de género, la ONU afirma que “es necesario intervenir en la prevención aplicando medidas para evitar que llegue a producirse. Por lo que, para poder proyectar una adecuada prevención de la violencia de género en los adolescentes se tiene que comprender el significado de esta violencia, a su vez identificar sus diversas manifestaciones, señales o indicadores y sus respectivas consecuencias”.

4.6.3 Tercera fase: Materialización digital del proyecto

En esta fase se procederá a transferir el material textual al formato digital, realizar las diapositivas, organizar los recursos audiovisuales, seleccionar videos, imágenes y preparar todo para el Programa virtual.

CAPÍTULO V

PROPUESTA DEL PROGRAMA

VIRTUAL

PROGRAMA VIRTUAL DE PREVENCIÓN DE
VIOLENCIA DE GÉNERO EN
ADOLESCENTES.



"CONSTRUYENDO UNA VIDA
SIN VIOLENCIA"

V. PROPUESTA DEL PROGRAMA VIRTUAL

PROGRAMA VIRTUAL: “CONSTRUYENDO UNA VIDA SIN VIOLENCIA”.

5.1 Fundamento

Debido a la situación actual por la pandemia del COVID 19, en el mundo y a nivel nacional, se generó un cambio radical en el estilo de vida de millones de personas, quienes se vieron obligadas a suspender todas aquellas actividades que impliquen aglomeración e inmediatamente adoptaron un confinamiento dentro sus casas; además de asumir normas de higiene y bioseguridad.

En este contexto, de gran impacto al inicio de la pandemia, que desde los últimos meses de 2020 se ha flexibilizado lo suficiente, las actividades educativas presenciales continúan suspendidas en todos sus niveles y modalidades. Frente a esta emergencia nacional, la educación virtual y a distancia queda establecida, aunque su implantación aún hoy representa una práctica dificultosa para docentes y estudiantes; debido a su desconocimiento anterior e incursión reciente en Bolivia.

Las investigaciones de grado para optar la licenciatura en psicología en la UAJMS, debieron adaptarse también a la nueva normalidad y exigencias impuestas por la situación sanitaria en todo el territorio boliviano. La respuesta es realizar estudios propositivos, que no implican asistir a los centros educativos ni de otro tipo donde antes normalmente se iba para desarrollar actividades de campo.

El medio y el método ahora son las herramientas digitales que existen para realizar labores educativas e informativas. Su funcionalidad y acceso dependen grandemente del tipo de uso que se le den y la finalidad por la cual son empleadas.

5.2 Objetivos del programa

5.2.1 Objetivo general

Prevenir la violencia de género a través de la implementación de un Programa Virtual “Construyendo una vida sin Violencia”, dirigido a adolescentes de 13 a 16 años de la ciudad de Tarija.

5.2.2 Objetivos específicos

- Evaluar los conocimientos iniciales y finales que tienen los adolescentes con respecto a los temas planteados y desarrollados en el Programa.
- Consolidar conocimientos básicos sobre violencia y equidad de género, roles y estereotipos de género como factores aprendidos socialmente, que generan desigualdad entre varones y mujeres.
- Identificar los tipos de violencia y sus indicadores o señales, como estrategias para actuar frente a situaciones de violencia.
- Promover la construcción de relaciones afectivas sanas basadas en igualdad, respeto, confianza, comunicación, que ayuden a vivir una vida sin violencia.

5.3 Metodología

La metodología del Programa se basa en el enfoque de atención primaria por su fin preventivo. Se desarrollarán actividades de modalidad expositiva y participativa.

Las del primer tipo estarán dirigidas a informar a los participantes sobre conocimientos necesarios del tema de cada sesión. Las del segundo tipo fomentarán la participación

activa, a través de trabajos grupales, lluvia de ideas, dinámicas, exposiciones teóricas, etc.

El documento analiza de inicio algunos conceptos básicos y después se adentra en el trabajo de aprender a reconocer los tipos de violencia, las señales de la violencia de género promover la construcción de relaciones saludables.

5.3.1 Contenido del programa.

El programa virtual de prevención de violencia de género en adolescentes propone una serie de actividades que promueven la adquisición de conocimientos y así también el fortalecimiento de diferentes habilidades como ser; pensamiento crítico, toma de decisiones, comunicación, empatía y generar espacios de reflexión. Dichas herramientas ayuden a prevenir la violencia de género desde la adolescencia, para la construcción de relaciones afectivas saludables.

El programa está compuesto por cuatro partes:

1. La primera parte, comprende la sesión N° 1 y la sesión N°12, la primera está orientada a la presentación del programa, evaluación inicial (sobre los conocimientos que poseen los adolescentes) y la segunda al cierre del programa y la evaluación final.
2. La segunda parte, está compuesta por el primer módulo, cuenta con tres sesiones orientadas a trabajar; conocimientos y conceptos básicos como ser; el sistema sexo género, la equidad de género, roles y estereotipos y se adentra de igual manera a definir la violencia y la violencia de género.
3. La tercera parte, está compuesta por el segundo módulo, cuenta con tres sesiones; tipos de violencia y sus indicadores o señales.
4. La cuarta parte, cuenta el tercer y último módulo compuesto por 4 sesiones orientado a trabajar las relaciones afectivas en la adolescencia, mitos del amor romántico, indicadores de una relación toxica y las bases para una relación saludable.

Es así que, el Programa está previsto para desarrollarlo en 12 sesiones, distribuidas en los tres módulos establecidos anteriormente en la estructura del Programa. Cada sesión tiene una duración de 60.

Cada sesión es presentada mediante diapositivas (PowerPoint), lo cual está sujeto a modificaciones por los futuros replicadores, la duración como se indica anteriormente es de 60, pero está a consideración de los replicadores reajustar el tiempo de duración de cada sesión.

Así también, en cada sesión se toma en cuenta lo siguiente:

- Sesión N°.
- Objetivos.
- Tiempo.
- Recursos didácticos.
- Desarrollo de la sesión.
- Reflexión o Cierre de la sesión.
- Notas para el facilitador o facilitadora.

5.4 Recursos didácticos

Los recursos didácticos que se utilizarán para la implementación del Programa son los siguientes:

- Plataforma virtual:Zoom.
- PowerPoint-diapositivas.
- Videos.
- Imágenes.
- Juegos virtuales- Educaplay.
- Medios tecnológicos (computadoras, celulares, Tablet).

5.5 Recomendaciones o sugerencias

En la aplicación del presente Programa se recomienda que el facilitador o facilitadora tenga a disposición los siguientes recursos didácticos:

- ✓ **Medios tecnológicos**

Computadora, celular, laptop, tabletas, etc.

- ✓ **Plataformas virtuales**

Zoom es una herramienta virtual muy accesible y fácil de usar. Este tipo de herramienta permite realizar videoconferencias; además de contar con un pizarrón virtual para escribir, dibujar o llevar a cabo explicaciones de manera sencilla y cómoda. También permite programar reuniones y grabar las sesiones llevadas a cabo. Cuenta con una pestaña de chat, donde los participantes pueden enviar algunas preguntas, comentarios, opiniones.

Cabe aclarar que es decisión del facilitador elegir la plataforma virtual que utilizará.

- ✓ **Aplicaciones**

PowerPoint permite realizar presentaciones en forma de diapositivas y mostrarlas en forma continua con un sistema determinado.

Educaplay, es una plataforma educativa diseñada para crear y compartir actividades multimedia educativas; es decir, a través de esta plataforma podemos crear sopa de letras, completar palabras y adivinanzas, entre otras actividades en línea.

- ✓ **Grupo de comunicación**

Crear un grupo de WhatsApp para coordinar el envío de los enlaces en cada sesión y actividades.

5.6. Desarrollo de la Propuesta de Programa Virtual.

SESIÓN N° 1 PRESENTACIÓN

Objetivo de la sesión

- ✓ Dar a conocer el programa de manera breve, presentación del o la facilitador/a o facilitadores y de los participantes.
- ✓ Establecer las normas o acuerdos de convivencia para el desarrollo de cada una de las sesiones.
- ✓ Identificar las expectativas que presentan los adolescentes respecto al programa.
- ✓ Aplicar cuestionario de evaluación inicial.

Tiempo: 60 minutos (aproximadamente).

Materiales

Hojas blancas o de color, bolígrafos o marcadores.

Recursos didácticos

- Diapositivas
- Hoja de recurso N° 1 (dinámica de presentación).
- Cuestionario
- Plataforma Zoom

Desarrollo de la sesión

1. Ingresar a la plataforma virtual 15 a 20 minutos antes para organizar todo lo referente a la logística antes de iniciar la sesión. Organizar el contenido de la sesión. Mientras los participantes van ingresando, se les solicita que vayan escribiendo su nombre completo en el chat. Se sugiere que en el tiempo de espera que ingresen los participantes, se reproduzca una canción o video que se considere adecuado para la ocasión.
2. Esperar 10 minutos de tolerancia para que todos los participantes ingresen a la sesión.
3. En la presentación el facilitador dará su nombre, saludará y pronunciará la bienvenida a todos los participantes. (En caso de ser más de un facilitador presentarse solo indicando su nombre de igual manera).
4. Introducirá la sesión del Programa y el contenido que abordarán entre todos los participantes, bajo su guía.
5. Explicará el Programa, a través del propósito encaminado a “reconocer que cada quien del grupo es una persona capaz prevenir situaciones de violencia y actuar adecuadamente en caso de darse”. Continuará indicando “que la violencia como práctica cotidiana, en todos sus contextos y en todas sus formas, pueden ser disminuida mediante la construcción de relaciones sanas, recíprocas y armónicas; basadas en el respeto e igualdad, reconociendo el valor que cada quien tiene como persona para crear las condiciones propicias de un entorno más saludable Así mismo el programa busca fortalecer sus conocimientos y capacidades para poder prevenir la violencia de género desde la etapa en que se encuentran, que sean capaces de reconocer los indicadores de una relación insana y de esta manera poder apostar por una construcción de relaciones saludables y evitar la violencia”.

6. Mencionar a los participantes que; el programa se divide en 3 módulos y serán participes de 12 sesiones, en las que se hablara y trabajara sobre diversos temas como ser:
 - Roles y estereotipos de género.
 - Equidad de género.
 - Violencia, tipos de violencia y sus indicadores.
 - Violencia de género en la adolescencia.
 - Relaciones saludables y las relaciones no saludables.
 - Mitos sobre el amor romántico, entre otros.

7. Seguidamente mostrará las normas que rigen a todas las sesiones del Programa ([hacer Click aquí](#)). “Explicar a los participantes que estas normas o acuerdos que se establecerán como grupo, ayudarán en el desarrollo de cada una de las sesiones, promoviendo el respeto el uno con el otro y se preguntará a los participantes si quieren añadir algún otro acuerdo o norma”.

8. Continuando se procederá con la actividad denominada **“Yo Soy”** (dinámica de Presentación) para romper el hielo y propiciar un momento de socialización entre los participantes. Para esto se requerirá que cada quien tenga a mano una hoja blanca (sin escritura) y un bolígrafo, lápiz o marcador.

9. Pedirá a los participantes que coloquen su mano (derecha o izquierda) en la hoja y delinee en su contorno (tiempo aproximado cinco a diez minutos).

10. Explicará lo siguiente: “En la parte central de la hoja escriban su nombre y luego en cada dedo indiquen algo sobre sí mismo, que les gustaría compartir con los demás. Por ejemplo, algún pasatiempo, deporte favorito, música favorita, datos sobre tu familia: número de hermanos/as) o programa de televisión favorito”.

11. Procederá con un ejemplo para que los demás puedan guiarse o comprender mejor cómo debería estar su mano dibujada en la hoja (Hoja de recursos N° 1 [Clic aquí](#)).
12. El facilitador pedirá a cada uno que explique brevemente el contenido de la silueta de su mano, primeramente, los voluntarios y después proseguirá en secuencia intercalada. (tiempo aproximado 20 a 25 minutos).
13. Concluidas las presentaciones pedirá a cada participante que muestre el dibujo de la silueta de su mano y tomará una fotografía.
14. Terminada la presentación procederá con el cuestionario digital pre test ([Click aquí](#)), explicándoles que enviará un enlace para el cuestionario al chat del zoom, y no necesitarán escribir su nombre, pues, tiene la forma anónima. Finalmente, dirá que cualquier duda o consulta la realicen.
15. Inmediatamente aclarará que disponen de 15 a 20 minutos para responder el cuestionario.
16. Finalizará pidiendo a los participantes expresen por escrito sus expectativas acerca de la actividad que han iniciado recién y las comenten por el micrófono, si desean en una o dos palabras.

Reflexión o cierre de la sesión

El facilitador felicitará y agradecerá a los participantes por ser parte del proceso, les mencionará que están apostando al cambio, a la construcción de relaciones afectivas y sociales saludables, que beneficiarán a la sociedad. Que son partícipes y responsables

de disminuir la violencia como práctica cotidiana, motivándoles a continuar en este proceso.

Para finalizar, mostraránuevamente las normas de convivencia que se establecieron para todo el proceso del Programa. Cerrará la sesión y despedirá.

Nota para él o la facilitador/a

- El desarrollo de la sesión se realizará mediante el siguiente PowerPoint. ([Hacer Click aquí](#))
- El punto número 8 es opcional.
- Se sugiere que en el tiempo de espera que ingresen los participantes, se reproduzca una canción o video que se considere adecuado para la ocasión.

MÓDULO I: CONOCIMIENTOS BÁSICOS

Objetivo del módulo

- ✓ Consolidar conocimientos básicos sobre violencia y equidad de género, roles y estereotipos de género y la desigualdad entre varones, y mujeres como factores aprendidos.

SESIÓN N°2: El sistema sexo-género y la equidad de género

Objetivo de sesión

- ✓ Que los participantes puedan reconocer y reflexionar sobre:
 - El sistema sexo-género y su deferencia, el cual es considerado como una base de la desigualdad social y cultural entre hombres y mujeres.
 - La equidad de género como promotor para que las oportunidades sean igualitarias para ambos sexos.

Tiempo: 60 minutos (aproximadamente).

Recursos didácticos:

- Diapositivas.
- Plataforma Zoom.

Desarrollo de la sesión

1. Ingresar a la plataforma virtual 15 a 20 minutos antes para organizar todo lo referente a la logística antes de iniciar la sesión, organizar el contenido de la sesión. Mientras los participantes van ingresando, se les solicita que vayan escribiendo su nombre completo en el chat. Se sugiere que en el tiempo de espera que ingresen los participantes, se reproduzca una canción o video que se considere adecuado para la ocasión.

2. Esperar 10 minutos de tolerancia para que todos los participantes ingresen a la sesión, mientras se espera se coloca en pantalla la siguiente diapositiva ([hacer Click aquí](#)).
3. Al inicio saludará a quienes estén conectados y dará la bienvenida a una nueva sesión. Indicará que cinco minutos va a esperar para que ingresen los demás participantes.
4. Se indicará a los participantes que habrá una dinámica la misma consiste en la siguiente consigna, que se mostrará en la pantalla ([hacer Click aquí](#)). “Deberán presentarse mencionando su nombre, su sexo y una característica relacionada a su sexo”. Si no comprendieran la consigna el facilitador o facilitadora dará este ejemplo: “Soy María y soy mujer porque... soy sensible”.
5. Una vez comprendida la consigna se procederá a iniciar la dinámica, el facilitador o facilitadora procederá a preguntar si hay voluntarios/as o también podrá elegirlos al azar.
6. Registrará las respuestas de los participantes para luego promover una reflexión.
7. Comentará sobre la dinámica, referirá que cada persona asigna características similares las mencionadas en la dinámica. Si escuchamos decir hombre o mujer, inmediatamente se nos viene a la cabeza mujer de cabello largo, delicada, etc., son ideas o constructos sociales.
8. En la sesión del día se analizará y reflexionará sobre el sistema sexo-género y la equidad de género.
9. Se compartirá un cuadro con las palabras sexo y género ([hacer Click aquí](#)).

¿Qué es? o ¿qué entiendo por sexo?	¿Qué es? o ¿qué entiendo por género?

10. Posteriormente el facilitador, mediante una lluvia de ideas, pedirá a los participantes expresen si alguna vez han escuchado: ¿Qué es? o ¿qué entienden por sexo? Se registrarán las ideas y respuestas de los participantes.

11. Una vez concluida, se procederá a preguntar: ¿Qué es? o ¿qué entiendo por género? También registrará las ideas y respuestas.

12. El facilitador agradecerá a los participantes y analizará los términos trabajados anteriormente, para luego motivar a una reflexión con apoyo de diapositivas (donde se encuentre la definición de ambos términos), los cuales deben mantener relación con las repuestas de los participantes.

13. Con base en las respuestas indicará que la palabra “sexo”, a pesar de tener varias definiciones, se refiere a las diferencias y características biológicas, anatómicas, fisiológicas y cromosómicas de los seres humanos que los definen como hombres y mujeres. (Para ver la diapositiva con audio explicativo [hacer Click aquí](#)).

14. Procederá ahora con la palabra “genero” que, a pesar de las muchas conceptualizaciones, que tiene es un conjunto de rasgos asignados a hombres y mujeres en una sociedad que son adquiridos en el proceso de socialización. Son las responsabilidades, pautas de comportamiento, valores, gustos, temores, actividades y expectativas, que la cultura asigna en forma diferenciada a hombres y mujeres. (Para ver la diapositiva con audio explicativo [hacer Click aquí](#)).

15. Seguidamente dialogará con los participantes sobre ambas palabras, según las respuestas obtenidas de la lluvia de ideas. De esta manera, entre todos podrán identificar las características que le atribuyen a cada persona, dependiendo del sexo, las características atribuidas a hombres y mujeres en base de nacer niño o niña.

15. Antes de culminar, advertirá que la reflexión y el análisis sobre cómo es el sistema sexo-género, llegará a su fin sobre la base de la desigualdad social.

Reflexión o cierre de la sesión

Los participantes advertirán la importancia de reconocer qué es sexo-género y su diferencia, debido a que por lo general es considerado como una base de la desigualdad social y cultural entre hombres, y mujeres.

Esta temática del sexo-género nos ayudara a comprender que una de las causas de la desigualdad entre hombres y mujeres no son las características biológicas, sino los atributos socialmente construidos; es decir, las características que se asignan por ser hombre o mujer.

Mencionará por ese motivo que también se habla de la equidad de género, preguntará a los participantes si tiene conocimiento sobre la equidad de género. De ser sí, podrán responder y compartir sus respuestas a las preguntas: ¿qué comprenden por equidad de género?, ¿es lo mismo que igualdad o son diferentes?

El facilitador dando respuesta a las preguntas relajadas procederá a explicar qué; “El término equidad de género significa que mujeres y hombres independientemente de sus diferencias biológicas, tienen derecho a acceder con justicia e igualdad al uso, control y beneficio de los mismos bienes y servicios de la sociedad, así como a la toma de decisiones en los ámbitos de la vida social, económica, política, cultural y familiar”.

La equidad de género contribuye a que la desigualdad, ya mencionada anteriormente, no avance debido a que la equidad promueve las oportunidades igualitarias, para ambos sexos.

Equidad de género e igualdad no son lo mismo, para que exista igualdad debe haber la equidad, que es la realización de medidas de acción afirmativa conducente a la igualdad.

Finalmente agradecerá a los participantes, al tiempo que motivará su participación en el próximo encuentro.

Nota para el facilitador

- PowerPoint de la sesión completa ([hacer Click aquí](#)).
- Se sugiere que en el tiempo de espera que ingresen los participantes, se reproduzca una canción o video que se considere adecuado para la ocasión.
- La dinámica de inicio podría ser realizada por ocho o diez participantes. Es opcional decidir si participarán todos.

SESIÓN N° 3: Roles y estereotipos de género

Objetivo de sesión

- ✓ Que los participantes puedan identificar y reflexionar sobre los roles y estereotipos de género asignados socialmente.
- ✓ Reconocer los roles y estereotipos de género como factores de desigualdad, que afectan tanto a hombres como mujeres.

Tiempo: 60 minutos (aproximadamente).

Recursos didácticos:

- Diapositivas.
- Video sobre estereotipos y roles de género.
- Plataforma Zoom.

Desarrollo de la sesión

1. Ingresar a la plataforma virtual 15 a 20 minutos antes para organizar todo lo referente a la logística antes de iniciar la sesión, organizar el contenido de la sesión. Mientras los participantes van ingresando, se les solicita que vayan escribiendo su nombre completo en el chat. Se sugiere que en el tiempo de espera que ingresen los participantes, se reproduzca una canción o video que se considere adecuado para la ocasión.
2. Esperar 10 minutos de tolerancia para que todos los participantes ingresen a la sesión, mientras se espera se coloca en pantalla la siguiente diapositiva([hacer Click aquí](#)).
3. Dar una cordial bienvenida a todos los participantes a una nueva sesión.
4. A manera de iniciar la sesión, hacer las siguientes preguntas, ¿Con qué se quedaron de la sesión anterior o de qué trato?
5. Se escucha las sensaciones o aprendizajes que hayan sido mencionadas sobre la sesión anterior.
6. En el inicio realizará una lluvia de ideas preguntando a los participantes ¿qué es un rol? o ¿qué son los roles?En tanto se escuchan las respuestas, el facilitador deberá reforzar las idease indicar que un rol es una función o tarea que las personas cumplen y según con su sexo, se les asignan características y roles.

7. Se procederá a formar dos grupos: de chicas y de chicos.
8. Se indicará la división de los participantes en dos grupos de trabajo por sexo.
9. El facilitador indicará que el trabajo grupal consistirá en mencionar aspectos de los hombres y las mujeres, tales como el rol o los roles que desempeñan, su comportamiento, cualidades, actitudes y características. Deben anotar las respuestas en una hoja para después socializarlas.
10. El grupo de hombres trabajará en base a los aspectos de las mujeres, y viceversa([hacer Click aquí](#)).
11. En caso de necesitar ayuda u orientación se les mostrará un listado de ejemplos con características, cualidades y algunos roles.

Fuerte	Cuidado de hijos
Escucha	Cocina
Poder	Limpieza
Generosidad	Valiente
Belleza	Sensible
Paciente	Amable
Timidez	Agresividad

12. Una vez comprendida la consigna de trabajo se anunciará los participantes, que en pantalla aparecerá una invitación para conformar una sala pequeña de Zoom, donde deben ingresar para trabajar de manera grupal.

13. Recalcará la duración máxima de la actividad: diez minutos. Una vez concluido el trabajo de grupo, deberán volver a la sala general.
14. Cada grupo explicará sus conclusiones y las características que han atribuido a lo trabajado.
15. Registrará todo lo realizado en grupo y a partir de ahí procederá analizar y reflexionar sobre qué son los roles y estereotipos de género. Explicará los términos trabajados.
16. Indicará a los participantes que, así como señalaron en la dinámica, se atribuyen roles y características a cada persona según el sexo de nacimiento en base a los cuales se establecen roles y estereotipos de género.
17. Una vez concluida la actividad, deberá dar una explicación teórica de lo que son los roles y estereotipos de género, extendiéndose a los roles de género como; un conjunto de tareas y funciones que se asignan a mujeres y a hombres en una sociedad dada y en un momento histórico concreto. Así también los estereotipos de género son ideas preconcebidas, que están arraigadas en la sociedad, las cuales determinan las características, conductas, comportamientos y actitudes que deben tener las personas. (Para ver la diapositiva con audio explicativo [hacer click aquí](#)).
18. Para finalizar deberán mostrar un video ([Click aquí](#)) Sobre roles y estereotipos de género.
19. Pasar a la reflexión mediante el video.

Reflexión o cierre de la sesión

Reflexionarán en base al objetivo identificado, que es determinar y analizar los roles y estereotipos de género asignados socialmente. Se concluirá que los roles y estereotipos de género están muy presentes en la sociedad. Podrán encontrarlos en los medios de comunicación, en la publicidad de numerosos productos, en el lenguaje que cotidiano y lecturas diarias, en la asignación de responsabilidades y obligaciones dentro de la familia y en el desarrollo de las relaciones afectivas. Es por eso que en nuestra sociedad es necesario trabajar porque afecta tanto a hombres como mujeres.

Las características otorgadas tanto a hombres como a mujeres, son mayoritariamente tradicionales. A las mujeres se las tipifica por la paciencia, la sensibilidad, las emociones y a los hombres por su fuerza, dureza, y competitividad. Hay que desmontar estas creencias, demostrando que muchas características son compartidas.

Es importante poder identificar y analizar los roles y estereotipos de género, los cuales son construidos social y culturalmente. La deconstrucción de roles estereotipados es posible compartiendo las responsabilidades en el hogar, realizando de manera conjunta las actividades y sobre todo tener presente la igualdad como base de las relaciones interpersonales y afectivas.

Al concluir, el facilitador insistirá que las únicas diferencias innatas entre hombres y mujeres son las biológicas, el resto como la sensibilidad o la fuerza son características culturales y aprendidas.

Fomentará la construcción de la feminidad y la masculinidad desde un enfoque igualitario.

Agradecerá a los participantes a tiempo de expresarles que esperará su participación en la próxima sesión.

Notas para el facilitador o facilitadora:

- PowerPoint de la sesión completa ([hacer Click aquí](#)).
- Se sugiere que en el tiempo de espera que ingresen los participantes, se reproduzca una canción o video que se considere adecuado para la ocasión.

SESIÓN N°4: Violencia-violencia de género

Objetivo de sesión

✓ Que los participantes puedan reflexionar acerca de la violencia y violencia de género, conceptualizarla y reconocerla.

Tiempo: 60 minutos aproximadamente.

Recursos didácticos

- Diapositivas.
- Juego completar y descubrir el concepto.
- Plataforma Zoom.

Desarrollo de la sesión

1. Ingresar a la plataforma virtual 15 a 20 minutos antes para organizar todo lo referente a la logística antes de iniciar la sesión, organizar el contenido de la sesión. Mientras los participantes van ingresando, se les solicita que vayan escribiendo su nombre completo en el chat. Se sugiere que en el tiempo de espera que ingresen los participantes, se reproduzca una canción o video que se considere adecuado para la ocasión.

2. Esperar diez minutos de tolerancia para que todos los participantes ingresen a la sesión. mientras espera se coloca en pantalla la siguiente diapositiva ([hacer Click aquí](#)).
3. Pasado los diez minutos, saludará y dará la bienvenida a los participantes a una nueva sesión.
4. A manera de introducción realizará una lluvia de ideas para conocer qué conceptos tienen los participantes sobre violencia.
5. Dirigirá una lluvia de ideas. Cuando escuchan la palabra violencia:
 - ¿Qué se nos viene a la mente?
 - ¿Qué es lo que entendemos por violencia?
6. Se les pedirá a los participantes que respondan con una o dos palabras, a través del chat. Se registrará en PowerPoint sus respuestas.
3. Habrá un espacio para reflexionar sobre el concepto de violencia. Previamente se les indicará que existen diferentes definiciones y que la violencia puede entenderse de muchas maneras, según quién lo haga y con qué propósito. Por eso, es necesario analizar qué se entiende por violencia.

A la violencia se la define como: "el uso deliberado de la fuerza física o el poder, ya sea en un grado de amenaza o efectivo, contra uno mismo, otra persona, que cause o tenga muchas posibilidades de causar lesiones, daños psicológicos, trastorno en el desarrollo, privaciones e incluso la muerte". (OMS). (Para ver la diapositiva con audio explicativo [hacer click aquí](#)).

4. Indagarse si hay alguna duda o pregunta.

5. ¿Escucharon algo acerca de la violencia de género, saben a qué se refiere? Luego de escuchar las diferentes respuestas se pasará a otra actividad.
6. Se procederá a desarrollar otra actividad (un juego), para lo cual se les enviará un enlace por chat, ([Clickaquí](#)). El tiempo límite para jugarlo será cuatro minutos, habrá dos intentos. La actividad consiste en “completar y descubrir el concepto de violencia de género”.
7. Mencionará que concluido el juego deberán volver a la sala de Zoom.
8. Ya con todos nuevamente de regreso en la sala, preguntará:
 - ¿Cómo les fue?
 - ¿Les fue complicado formar el concepto?
 - ¿Qué concepto encontraron?
 - ¿Qué entendieron del concepto?, participarán de manera voluntaria.
9. Explicará que la violencia de género es:

“Todo acto de violencia basado en el género que tiene como resultado posible o real un daño físico, sexual o psicológico, incluidas las amenazas, la coerción o la privación arbitraria de la libertad, ya sea que ocurra en la vida pública o en la vida privada”. (Asamblea General de las Naciones Unidas, 1993). (Para ver la diapositiva con audio explicativo [hacer click aquí](#)).
10. Preguntará a los participantes si creen que la violencia de género:
 - ¿Se puede dar en las relaciones afectivas?
 - ¿Y de qué manera creen que puede manifestarse?

11. Podrán responderlas preguntas de manera voluntaria o aleatoria. Se procederá a analizar cómo se da la violencia de género en las relaciones de pareja.
12. Indicará que la violencia de género en la pareja tiene su origen en las relaciones de desigualdad entre hombres y mujeres, donde una de las partes tiene más poder que otra. Son relaciones no horizontales basadas en la dominación, sumisión, donde mayormente el hombre ejerce el papel de dominador y la mujer, de sumisión. En nuestra cultura, este modelo de relación está muy relacionado con la idea de “amor romántico”, que se basa en una serie de creencias.
13. Para finalizar se procederá con la reflexión antes de cerrar la sesión.

Reflexión o cierre de la sesión

La violencia de género, como quedó analizado, es todo acto de violencia basada en el género que tiene como resultado posible o real un daño físico, sexual o psicológico, incluidas las amenazas, la coerción o la privación arbitraria de la libertad, ya sea que ocurra en la vida pública o privada.

La violencia de género es considerada como un problema social y no como algo privado. Las estadísticas a nivel mundial y nacional reflejan que el género femenino es el más afectado. En la actualidad, los casos de violencia contra las mujeres continúan en aumento. Los reportes de dan cuenta de violencia sexual, física, psicológica e inclusive hasta feminicidio.

La violencia de género es un fenómeno que no tiene límite de edad, se produce tanto entre personas adultas como en las relaciones de pareja adolescentes. Cada quien puede formar parte del cambio y la transformación, la decisión es de uno mismo.

Finalmente, el facilitador agradecerá a los participantes y se despedirá, reiterándoles que espera su presencia en la siguiente sesión.

Nota para el facilitador/a:

- PowerPoint de la sesión completa ([hacer Click aquí](#))
- Se sugiere que en el tiempo de espera que ingresen los participantes, se reproduzca una canción o video que se considere adecuado para la ocasión.

MÓDULO II: TIPOS DE VIOLENCIA Y SUS INDICADORES

Objetivo del módulo

- ✓ Identificar los tipos de violencia y sus indicadores o señales como estrategias para actuar frente a situaciones de violencia.

SESIÓN N° 5: Violencias

(Parte 1)

Objetivo de sesión

- ✓ Que los participantes sean capaces de reconocer los tipos de violencia y las señales o indicadores que presentan cada uno de ellos.
- ✓ Reconocer y reflexionar sobre la violencia física y psicológica.

Tiempo: 60 minutos (aproximadamente).

Recursos didácticos

- Diapositivas.
- Video sobre tipos o formas de violencia.
- Plataforma Zoom.

Desarrollo de la sesión

1. Ingresar a la plataforma virtual 15 a 20 minutos antes para organizar todo lo referente a la logística antes de iniciar la sesión, organizar el contenido de la sesión. Mientras los participantes van ingresando, se les solicita que vayan escribiendo su nombre completo en el chat. Se sugiere que en el tiempo de espera

que ingresen los participantes, se reproduzca una canción o video que se considere adecuado para la ocasión.

2. Esperar 10 minutos de tolerancia para que todos los participantes ingresen a la sesión
3. Iniciaré la sesión dando una calurosa bienvenida a los participantes. Preguntado ¿cómo estuvo su día? Y si recuerdan de que trataba la sesión anterior, dialoga en base a las respuestas.
4. Anunciaré que en la sesión del día se trabajará los tipos de violencia y en especial dos: la violencia física y la violencia psicológica.
5. Se iniciará la sesión con un video ([Clickaquí](#)), sobre los tipos de violencia. Indicaré a los participantes que atiendan.
6. Una vez expuesto el video preguntaré:
 - ¿De qué trata el video?
 - ¿Qué tipos de violencia se presentaron?
7. Los participantes reflexionarán y analizarán sus respuestas. El facilitador en un momento dado indicará que existen diferentes tipos de violencia como la física, psicológica, sexual y económica. Cada una presenta señales o indicadores.
8. Indicaré que a continuación habrá un trabajo en grupos. Se formarán cuatro de manera aleatoria. Mencionaré que aparecerá una invitación en la pantalla para unirse a los grupos formados.
9. Indicaré el trabajo que le corresponde a cada grupo, mientras se muestra en pantalla las siguientes diapositivas ([hacer Click aquí](#)):

- Grupo 1 trabajará: ¿Qué es la violencia física?
- Grupo 2 trabajará: Señales o indicadores de la violencia física.
- Grupo 3 trabajará: ¿Qué es la violencia psicológica?
- Grupo 4 trabajará: Señales o indicadores de la violencia psicológica.

10. Una vez repartidos los grupos se dará la pauta para que procedan. El facilitador, asimismo, anunciará que el tiempo máximo son diez minutos y escogerán un delegado y/o grupo para socializar sus respuestas. Una vez terminado el tiempo deberán regresar a la sala general.

11. A partir del nivel de conocimiento de los participantes, el facilitador procederá a explicar y definir cada tipo de violencia, y sus indicadores o señales trabajados.

12. Comenzará explicando la violencia física, la cual incluye cualquier acto de fuerza contra el cuerpo de otra persona, con resultado o riesgo de producir lesión física o daño, ejercida por quien sea o haya sido su pareja. Es decir que ocurre cuando alguien utiliza su fuerza corporal u objetos para dañar a otra persona y le deja marcas externas en el cuerpo y daño interno. (Para ver la diapositiva con audio explicativo hacer [click aquí](#))

13. Continuará la reflexión, acerca de los indicadores o señales de violencia visibles. El daño dirigido al cuerpo de otra persona tiene secuelas, que son advertidas claramente:

• Golpes	• Tirones de pelo
• Heridas	• Quemaduras
• Empujones	• Pellizcos
• Bofetadas	• Fracturas

• Mordeduras	• Apuñalamiento
--------------	-----------------

14. Una vez explicado qué es la violencia física se procederá a explicar la violencia psicológica, definida como: toda conducta, verbal o no verbal, que produzca en la persona que lo sufre desvalorización o sufrimiento. (para ver la diapositiva explicada hacer ([click aquí](#)) Las señales o indicadores de este tipo de violencia son:

• Control y vigilancia constante.	• Manipulación.
• Intimidación.	• Chantajes.
• Culpabilización.	• Insultos.
• Desprecios.	• Humillaciones.
• Amenazas.	• Coacciones

Finalizará la sesión con una reflexión breve de lo realizado en la sesión.

Reflexión o cierre de la sesión

Para ir finalizando se retroalimenta y reflexiona sobre la sesión, indicando que más allá de conocer e identificar la conceptualización de los diferentes tipos de violencia, es necesario poder identificar las señales e indicadores de la violencia, los cuales en muchas ocasiones son normalizados por creencias que culpabilizan de o justifican las acciones violentas hacia los demás.

La violencia física presenta indicadores como golpes, heridas, lesiones e inclusive el feminicidio. La violencia psicológica pasa más desapercibida porque, a diferencia de

la violencia física, deja una secuela a nivel emocional; aunque muchas veces también tienen consecuencias físicas.

Nota para el facilitador:

- PowerPoint de la sesión completa ([hacer Click aquí](#)).
- Se sugiere que en el tiempo de espera que ingresen los participantes, se reproduzca una canción o video que se considere adecuado para la ocasión.

SESIÓN N° 6: Violencias (Parte 2)

Objetivo de la sesión

- ✓ Que los participantes sean capaces de reconocer los tipos de violencia y las señales o indicadores que presentan cada uno de ellos.
- ✓ Reconocer y reflexionar sobre la violencia sexual, económica y la violencia 2.0

Tiempo: 60 minutos (aproximadamente).

Recursos didácticos

- Diapositivas.
- Juego “Tipos de violencia”
- Plataforma Zoom.

Desarrollo de la sesión

1. Ingresar a la plataforma virtual 15 a 20 minutos antes para organizar todo lo referente a la logística antes de iniciar la sesión, organizar el contenido de la sesión. Mientras los participantes van ingresando, se les solicita que vayan escribiendo su nombre completo en el chat. Se sugiere que en el tiempo de espera que ingresen los participantes, se reproduzca una canción o video que se considere adecuado para la ocasión.

2. Esperar diez minutos de tolerancia para que todos los participantes ingresen a la sesión. mientras espera se coloca en pantalla la siguiente diapositiva ([hacer Click aquí](#)).
3. Iniciará la sesión dando una calurosa bienvenida a los participantes. Como en todas las sesiones
4. Iniciará la sesión con un juego denominado “tipos de violencia”(Clickaquí), que será como una retroalimentación a la sesión anterior. Los participantes deberán identificar las señales de violencia física o psicológica, tendrán un minuto y medio para marcar las respuestas que consideren correctas.
5. Una vez culminado el juego se preguntará a los participantes: ¿cómo les fue? Y cuáles indicadores recuerdan haber visto y encontrado.
6. El facilitador indicará que en esta actividad se trabajará con actividades referidas a la violencia sexual y violencia económica. Preguntará si conocen los indicadores de la violencia sexual y si pueden mencionarlos, ¿cuáles indicadores conocen?
7. Se procederá a definir la violencia sexual y cómo se manifiesta.
8. La violencia sexual se da mediante amenaza o fuerza física para tocar el cuerpo de la otra persona con la intención de obtener placer sexual, sin que la otra persona se lo permita.
9. Se mostrará imágenes a los adolescentes que contienen violencia sexual, deberán identificarla dónde aparece y cómo.
10. Explicará cómo se puede anticipar la violencia sexual, mediante cuáles señales como el acoso, abuso sexual o violación, tocamientos y contactos no deseados (manoseos), incluido el mostrar pornografía, que también forma parte de la

violencia sexual. (Explicación de la definición a través de la diapositivas hacer [click aquí](#)).

11. Dejará muy en claro a los participantes que la violencia sexual no solamente es la violación como tal, sino, que como se mencionó, el acoso, los manoseos, sin consentimiento de la persona. La víctima forma parte de la violencia sexual. Lo cual debe ser denunciado, al igual que cualquier tipo de violencia.

12. Explicará que la violencia económica muchas veces pasa desapercibida, recordándoles el contenido del vídeo anterior, en las relaciones de pareja entre adolescentes debido a que suele ser considerada solo en parejas que conviven. Luego explicará en qué consiste este tipo de violencia: incluye la privación intencionada, y no justificada legalmente, de recursos para el bienestar físico o psicológico de la persona y la discriminación en la disposición de los recursos compartidos en el ámbito de la pareja. (Explicación de la definición a través de la diapositivas hacer [click aquí](#)).

13. Mencionará que algunos indicadores son: limitar el dinero, entregar cantidades insuficientes para el mantenimiento de la familia (en caso de convivir), culpar a la mujer de no saber administrar bien el dinero, impedirle que trabaje para que no tenga independencia económica.

Cabe recalcar que en algunos casos esta forma de violencia no es tan notable en las parejas adolescentes, ya que requiere de una convivencia familiar. Existen situaciones en cuales sí hay violencia económica dentro las relaciones adolescentes: controlar el gasto, utilizar dinero sin consentimiento de la otra persona y vender alguna pertenencia con el fin de conseguir dinero.

14. En la finalización preguntará a los participantes, mediante una lluvia de ideas, si creen que puede haber violencia a través de medios digitales.

14. Se esperarán las respuestas y se analizarán. Posteriormente indicará que existe o se dan algunos casos de violencia a través de las redes sociales; sobre todo hoy en día es más común en las parejas adolescentes, pero la violencia a través de medios digitales no es tomada suficientemente en cuenta.

15. Indicará que a violencia ejercida por medios digitales (redes sociales) se la denomina violencia 2.0. Dentro de este tipo de violencia se desarrolla produce también la violencia psicológica, mediante insultos, control excesivo, manipulación, intimidación, etc. (Explicación de la definición a través de la diapositivas hacer [click aquí](#)).

16. Cerrará la sesión.

Reflexión o cierre de la sesión

Se reflexiona con los participantes, partiendo de la importancia de identificar los tipos de violencia, conceptualizarlos e identificar sus indicadores. Los diferentes tipos de violencia que se presentan largo de dos sesiones, existen no solamente en parejas que conviven, se están haciendo más notorias en las parejas adolescentes.

Es muy importante que, desde su edad, estén o no en una relación poder tomar en cuenta los indicadores de los diferentes tipos de violencia que se pueden dar en las relaciones afectivas, y de esta manera no normalizar o minimizar cualquier acto de violencia, ya que nada justifican los hechos de violencia.

Nota para el facilitador:

- PowerPoint de la sesión completa (hacer [Clickaquí](#)).
- Se sugiere que en el tiempo de espera que ingresen los participantes, se reproduzca una canción o video que se considere adecuado para la ocasión.

SESIÓN N°7: Ciclo de la violencia

Objetivo de sesión

- ✓ Que los y las participantes puedan identificar y reflexionar sobre la existencia del ciclo de la violencia y las fases que la componen.
- ✓ Reconocer situaciones de riesgo que se dan a través del ciclo de la violencia, como estrategia para prevenir la violencia.

Tiempo: 60 minutos (aproximadamente).

Recursos didácticos

- Diapositivas.
- Juego completar y descubrir el concepto.
- Video acerca del ciclo de la violencia.
- Plataforma Zoom.

Desarrollo de la sesión

1. Ingresar a la plataforma virtual 15 a 20 minutos antes para organizar todo lo referente a la logística antes de iniciar la sesión, organizar el contenido de la sesión. Mientras los participantes van ingresando, se les solicita que vayan escribiendo su nombre completo en el chat. Se sugiere que en el tiempo de espera que ingresen los participantes, se reproduzca una canción o video que se considere adecuado para la ocasión.
2. Esperar diez minutos de tolerancia para que todos los participantes ingresen a la sesión.
3. Saludará cordialmente a los todos los participantes. Indicara que se empieza una nueva sesión.
4. Iniciará la sesión indicando que en esta oportunidad se hablará acerca del ciclo de la violencia.

5. Con una lluvia de ideas se motivará a los participantes que expresen su conocimiento sobre el ciclo de la violencia. Se escucharán sus aportaciones.
6. Procederá a mostrar un video (hacer [click aquí](#)), denominado “el ciclo de la violencia”.
7. Una vez visto el video, realizará las siguientes preguntas para debatirlas en grupo:
 - ¿Qué es el ciclo de violencia?
 - ¿Por cuántas y cuáles fases está conformado?
 - ¿Cómo se manifiesta?
 - ¿El ciclo se da una sola vez?
 - ¿El ciclo de la violencia qué consecuencias deja en personas que se encuentra dentro de ella?
8. Procederá explicar el ciclo de la violencia y las fases que la componen. (Diapositiva hacer [Click aquí](#)).
9. El ciclo de la violencia comienza de manera muy sutil y va creciendo, poco a poco, con el tiempo.
10. La primera fase es denominada acumulación de tensión: comienza con burlas sobre cosas que dices o haces, insultos sutiles, amenazas, control, humillaciones en público, gritos, y constantes insinuaciones a la otra persona sobre que hace mal las cosas o no sirve para nada. Esta, en sí, ya es una etapa de violencia psicológica.
10. La segunda fase es denominada explosión violenta: momento en que existe la agresión física violenta, que puede comenzar con empujones, sacudidas, tirones de brazo y llegar a los golpes que provocan lesiones graves e incluso la muerte. La persona que sufre esta violencia siente miedo constantemente y por muchos esfuerzos que realice para evitar ser golpeada no consigue hacerlo.

11. La tercera fase denominada del arrepentimiento o “luna de miel”: luego de un episodio de violencia, el agresor muestra signos de arrepentimiento, pide perdón y promete que no volverá a suceder o justifica su agresividad siempre en nombre del amor y le pide a su víctima que “cambie su comportamiento”. Esta disculpa se honesta y se cree que hubo un cambio. La mujer maltratada retoma la relación sometiéndose para no desencadenar otra situación de violencia. Esta fase dura por un tiempo, hasta que comienza nuevamente la fase de acumulación de tensión y volverá nuevamente a repetirse el ciclo.

Reflexión o cierre de la sesión

Mencionará la importancia de conocer e identificar las fases del ciclo de violencia en las relaciones de pareja. Lo cual permitirá a la víctima o posible víctima, que pueda prevenir a tiempo consecuencias lamentables.

Las personas que viven en un entorno violento, frecuentemente aprenden a relacionarse también así y creen que es normal hacerlo en su relación de pareja. Esta situación avala la importancia de aprender a identificar este ciclo y sus fases.

El ciclo de la violencia gira de manera cíclica, algunas fases van desapareciendo y se llega incluso a la expresión máxima de la violencia: el feminicidio.

Una de las estrategias para prevenir la violencia es una relación de pareja es identificar las señales y no caer en la costumbre de normalizar toda reacción agresiva o creer que las situaciones que se viven son parte de la relación y del amor entre la pareja. Es importante dejar de ver a los celos excesivos como signo de amor.

Cuando la persona se encuentra dentro del ciclo de la violencia, le cuesta salir. Por eso, se requiere detectar e identificar tempranamente los indicadores o señales de violencia y actuar lo más antes posible.

Nota para el facilitador:

- PowerPoint de la sesión completa (hacer [Click aquí](#)).
- Se sugiere que en el tiempo de espera que ingresen los participantes, se reproduzca una canción o video que se considere adecuado para la ocasión.

MÓDULO III: ADOLESCENCIA Y RELACIONES AFECTIVAS

Objetivo del módulo

❖ Promover la construcción de relaciones afectivas sanas basadas en igualdad, respeto, confianza, comunicación, que ayuden a vivir una vida sin violencia.

SESIÓN N° 8: Mitos del amor romántico en las relaciones afectivas

Objetivo de sesión

- ✓ Que los participantes puedan reconocer y reflexionar sobre los mitos del amor romántico en las relaciones afectivas.
- ✓ Identificar los principales mitos del amor romántico.
- ✓ Reflexionar acerca de las consecuencias de los mitos del amor romántico.

Tiempo: 60 minutos (aproximadamente).

Recursos didácticos

- Diapositivas.
- Video sobre los mitos del amor romántico.
- Plataforma Zoom.

Desarrollo de la sesión

1. Ingresará a la plataforma virtual 15 a 20 minutos antes para organizar todo lo referente a la logística antes de iniciar la sesión, organizar el contenido de la sesión. Mientras los participantes van ingresando, se les solicita que vayan escribiendo su nombre completo en el chat. Se sugiere que en el tiempo de espera que ingresen los participantes, se reproduzca una canción o video que se considere adecuado para la ocasión.

2. Esperar diez minutos de tolerancia para que todos los participantes ingresen a la sesión
3. Iniciaré la sesión dando una calurosa bienvenida a los participantes. Daré un saludo preguntando cómo están? ¿Qué tal estuvo su día? Para generar un ambiente cálido.
4. Iniciaré la sesión anunciando que se trabajará con relación al tema “mitos del amor romántico”, mediante una lluvia de ideas. Preguntaré a los participantes:
 - ¿Conocen qué son los mitos del amor romántico?
 - ¿Escucharon hablar de ellos?
 - ¿Cuáles conocen?
5. Indicaré que pueden responder a través de chat del Zoom o activando su micrófono.
6. Se registrarán las respuestas o ideas que presentan los participantes.
7. Mostraré el video denominado “Mitos del amor romántico”([click aquí](#)), para luego reflexionar sobre:
 - ¿Qué tipos de mitos lograron escuchar y encontrar en el video?
8. El facilitador explicará lo siguiente: Los mitos del amor romántico son la base de las creencias que dan lugar a conductas de control y como consecuencia a relaciones de desequilibrio de poder en las parejas. En el video se explica que cuando una relación de noviazgo inicia, generalmente se piensa en una relación de tipo Disney donde todos viven felices por siempre. Sin embargo, esta no es la realidad y por ello se crea el un mito del amor romántico, que solo fuerza a la persona víctima aceptar y normalizar ciertas conductas negativas dentro de su relación. Así también, en el video se mencionan los mitos más frecuentes: los celos son signo de amor, polos opuestos se atraen, el mito de la media naranja y el amor todo lo puede.

9. Explicará la definición de los mitos del amor romántico y los tipos de amor romántico: Cuando se habla de mitos sobre amor romántico se refiere al conjunto de creencias socialmente compartidas sobre la supuesta verdadera naturaleza del amor, que suele ser ficticia, irracional e imposible de cumplir. Esto dificulta el establecimiento de relaciones sanas, provoca la aceptación, normalización y justificación o tolerancia de comportamientos claramente abusivos y ofensivos dentro de las relaciones de pareja.
10. Una vez explicados en qué consisten los mitos, el facilitador procederá a explicar los tipos del amor romántico más frecuentes:
- Mito de la media naranja:** Creencia en que se escoge a la pareja predestinada y que ésta ha sido la única y mejor elección posible.
 - Mito de los celos:** Creencia en que los celos son un signo de amor e incluso el requisito indispensable de un verdadero amor.
 - Mito de los polos opuestos se atraen:** Dentro de los diferentes escenarios que podemos encontrar con relaciones entre “opuestos” es que una de las partes “domine” a la otra; ante lo cual, con el tiempo, el débil puede hacer dos cosas: hacerse cada vez más dependiente del otro o rebelarse contra el dominio de su pareja.
 - Mito de la omnipotencia “el amor todo lo puede”:** Creencia bajo la cual subyace la idea que si hay verdadero amor no deben influir los obstáculos externos o internos sobre la pareja, y es suficiente con el amor para superar todos los problemas, “el amor lo puede todo”. (Diapositiva de la sesión hacer [Click aquí](#)).
11. Antes de finalizar hará un análisis con los participantes, acerca de los mitos del amor romántico en la adolescencia. Reflexionarán sobre las consecuencias que tiene los mitos del amor romántico.

Reflexión o cierre de la sesión

Se procederá con una reflexión en base a las consecuencias del amor romántico en las relaciones adolescentes. El facilitador deberá explicar cada una de las consecuencias:

- Confusión Justificación, a veces se aceptan conductas que no tienen que ver con el amor.
- Se impulsa a renunciar a otras aspiraciones.
- Se coarta la libertad individual.
- Se potencia la dependencia.
- El sufrimiento se asume como necesario y positivo.
- A veces se invisibiliza el maltrato.
- No se ve ni se acepta al otro tal y como es.
- Solo con decir te amo ya es suficiente.
- Se fomenta y potencia la desigualdad y no corresponsabilidad.
- No se aprende una adecuada gestión de conflictos.
- Se establecen relaciones afectivas no saludables.

Agradecerá a los participantes motivándoles, a su vez, a ser mejores personas y continuar participando en las próximas sesiones del Programa.

Notas para el o la facilitador/a:

- PowerPoint de la sesión completa (hacer [Click aquí](#)).
- Se sugiere que en el tiempo de espera que ingresen los participantes, se reproduzca una canción o video que se considere adecuado para la ocasión.

Sesión N° 9: Relaciones saludables vs relaciones nocivas (Tóxicas)

Objetivo de sesión

- ✓ Que los participantes puedan identificar y analizar sobre la diferencia entre una relación sana y una relación nociva o toxica, y cuándo la mismas se vuelven violentas.

Tiempo: 60 minutos (aproximadamente).

Materiales

- diapositivas.
- Video “No toleres la violencia”
- Plataforma Zoom.

Desarrollo de la sesión

1. Ingresará a la plataforma virtual 15 a 20 minutos antes para organizar todo lo referente a la logística antes de iniciar la sesión, organizar el contenido de la sesión. Mientras los participantes van ingresando, se les solicita que vayan escribiendo su nombre completo en el chat. Se sugiere que en el tiempo de espera que ingresen los participantes, se reproduzca una canción o video que se considere adecuado para la ocasión.
2. Esperar diez minutos de tolerancia para que todos los participantes ingresen a la sesión.
3. Iniciaré la sesión dando una calurosa bienvenida a los participantes, mencionaré que sé que se tendrá una nueva sesión donde se seguirá trabajando y aprendiendo juntos.
4. Iniciaré la sesión con el video “No toleres la violencia” ([Click aquí](#)), cuyo argumento trata el cambio abrupto en la relación de una pareja, tornándose violenta, antecedida por señales que en su momento no fueron consideradas.

5. Se comunicará a los participantes vean con mucha atención el video para luego reflexionar sobre el contenido.
6. Presentará una serie de preguntas a los participantes, luego del video, ofreciéndoles expresar sus ideas mediante el micrófono del chat.
 - ¿De qué trata el video?
 - ¿Qué tipos de violencia se puede identificar en el video?
 - ¿Cómo era al inicio la relación de Sandra y Mario?
 - ¿Qué paso con el tiempo en la relación de Sandra?
7. Con base en las respuestas se realizará un coloquio sobre el tema.
8. Se formarán dos grupos, uno trabajará en la relación saludable y el otro en la relación tóxica.

Grupo 1	Grupo 2
Indicadores de una relación saludable	Indicadores de una relación toxica.

9. Una vez entendida la consigna del trabajo de grupo, se invitará a los participantes ingresar a la sala para unirse al grupo que les aparecerá en la pantalla.
10. Se procederá a exponer las ideas trabajadas por los grupos, el facilitador deberá reflexionar acerca de lo trabajado en la sesión.
11. Habrá una explicación que iniciará con los conocimientos que presentan los adolescentes, argumentando las definiciones y los indicadores.

12. El facilitador mencionará que las relaciones sanas están basadas principalmente en el respeto, confianza, comunicación, igualdad y empatía. En este entorno es donde primeramente la persona se siente bien consigo misma y le permite crecer como ser humano.

13. Mencionará que una relación tóxica es destructiva, no es saludable y que a una de las dos partes o ambas les está generando cierto daño o malestar. Algunos indicadores en las relaciones tóxicas son el control (incluso llega a un control excesivo), aislamiento, chantaje, intimidación, desvalorización de la persona, agresiones sexuales y golpes.

(Para ver la diapositiva explicativa hacer [click aquí](#)).

14. Cerrará la sesión.

Reflexión o cierre de la sesión

En este momento los participantes deberán poder identificar y analizar las diferencias entre una relación sana y otra nociva o tóxica, además de advertir cuándo se vuelven violentas. El facilitador, entonces, precisará que las relaciones sanas están basadas principalmente en el respeto, la confianza, la comunicación, la igualdad y la empatía. En una relación tóxica la persona no se siente bien consigo misma, debido a que es destructiva.

Nota para el facilitador:

- PowerPoint de la sesión completa (hacer [Click aquí](#)).
- Se sugiere que en el tiempo de espera que ingresen los participantes, se reproduzca una canción o video que se considere adecuado para la ocasión.

SESIÓN N° 10: Indicadores de una relación tóxica o violenta

Objetivo de sesión

- ✓ Que los participantes puedan reconocer y reflexionar sobre los indicadores que presenta una relación violenta.
- ✓ Identificar cada uno de los indicadores.

Tiempo: 60 minutos (aproximadamente).

Recursos didácticos

- Diapositivas.
- Estudio de caso
- Plataforma Zoom.
- Video “Corta el ciclo”.

Desarrollo de la sesión

1. Ingresar a la plataforma virtual 15 a 20 minutos antes para organizar todo lo referente a la logística antes de iniciar la sesión, organizar el contenido de la sesión. Mientras los participantes van ingresando, se les solicita que vayan escribiendo su nombre completo en el chat. Se sugiere que en el tiempo de espera que ingresen los participantes, se reproduzca una canción o video que se considere adecuado para la ocasión.
2. Esperar diez minutos de tolerancia para que todos los participantes ingresen a la sesión. mientras espera se coloca en pantalla la siguiente diapositiva ([hacer Click aquí](#)).
3. Iniciar la sesión dando una calurosa bienvenida a los participantes. Mencionara; “Sean bienvenidos a una nueva sesión, ¿cómo estuvo su día?, ¿cómo están? hoy se

tendrá una nueva sesión y vamos a seguir aprendiendo juntos como en cada uno de las sesiones de las que hemos participado”.

4. Avisará que la sesión tratará sobre “los indicadores de una relación tóxica o violenta”, mediante una lluvia de ideas. Seguidamente preguntará:
 - ¿Conocen algunos indicadores que presenta una relación toxica?
 - ¿Cuáles conocen?

5. Indicará que pueden responder a través de chat en elZoom o activando su micrófono.

6. Una vez expresada las ideas y dadas las respuestas de los participantes, el facilitador deberá explicar cada uno de los indicadores, que presenta una relación tóxica o violenta:

Aislamiento: La persona, de repente, deja de juntarse con amigos, salir, conversar con la familia y participar de las actividades sociales que antes realizaba. Asimismo, se observa mayor encierro en su dormitorio, comienza a dormir mucho y a no querer vincularse con el resto de su familia.

Cambios abruptos de ánimos sin explicación “aparente”, ahora, más que antes, se intensifican. Se observa una mayor cantidad de llantos, una constante irritabilidad, actitudes de descarga y rabia hacia su familia en especial a los padres.

Desmotivación generalizada: Deja de asistir a las actividades que antes realizaba continuamente, como algún deporte o taller del que solía disfrutar.

Disminución del rendimiento académico: Este indicador suele consumir toda la energía vital del adolescente, no tiene ganas de estudiar ni aprender. Está afectada su capacidad y motivación para el logro.

Aumento del tiempo frente a su celular: Se produce un aumento de la interacción con su celular. Muchas veces es durante la noche cuando se desvela “batallando” con mensajes escritos y conversaciones.

Signos físicos: Si hay presencia de violencia física, pueden aparecer marcas en el cuerpo: moretones, rasguños y mordeduras, entre otros.

7. Una vez analizados y explicados cada uno de los indicadores, se procederá con la siguiente pregunta a los participantes: ¿tienen alguna duda o comentario?
8. Se procederá a realizar trabajo en grupos, para ello se formarán cuatro grupos.
9. Indicará que hay trabajo a realizar en base a un estudio de caso denominado “una historia” ([hacer click aquí](#)). Los participantes tendrán que identificar cuáles indicadores aparecen en la historia. El trabajo será realizado en grupo y después deberán socializar sus respuestas. Aclarará que el tiempo máximo será de diez minutos para realizar el trabajo grupal.
10. Enviará un enlace de invitación para las conformar pequeñas salas de grupos. Una vez que los grupos está conformados y completos, el facilitador deberá pasar por cada uno a supervisar el trabajo y ver si surge alguna duda.
11. Una vez concluido el trabajo de grupo, cada representante o todo el grupo si lo desea deberán socializar sus respuestas.
12. Cerrará la sesión.

Reflexión o cierre de la sesión

Se procederá con el cierre de la sesión indicándoles a los participantes la importancia que deben dar a los actos pequeños desde su aparición o notoriedad y tener precaución. Es importante que sepan cuidarse cuando una relación es de dominio y control porque puede terminar en violencia.

Para la reflexión se procederá a ver el video denominado “Corta el ciclo” ([hacer Click aquí](#)), el facilitador deberá destacar que el video muestra cómo los episodios de violencia en una relación van aumentando. Al inicio son pequeños actos, se trata de palabras que dan pie para iniciar una situación violenta. Es importante cortar este ciclo, antes que las consecuencias sean irreversibles.

Nota para el facilitador:

- PowerPoint de la sesión completa ([hacer Click aquí](#)).
- Se sugiere que en el tiempo de espera que ingresen los participantes, se reproduzca una canción o video que se considere adecuado para la ocasión.

SESIÓN N° 11: Relaciones sanas y la tecnología

Objetivo de sesión

- ✓ Que los participantes puedan reconocer y reflexionar sobre la relación saludable y la tecnología.
- ✓ Identificar y reflexionar las bases o características de una relación sana.
- ✓ Fomentar la construcción de relaciones sanas.

Tiempo: 60 minutos (aproximadamente).

Recursos didácticos

- Diapositivas.
- Video “Relaciones saludables y la tecnología”.
- Plataforma Zoom.

Desarrollo de la sesión

1. Ingresar a la plataforma virtual 15 a 20 minutos antes para organizar todo lo referente a la logística antes de iniciar la sesión, organizar el contenido de la sesión. Mientras los participantes van ingresando, se les solicita que vayan escribiendo su nombre

completo en el chat. Se sugiere que en el tiempo de espera que ingresen los participantes, se reproduzca una canción o video que se considere adecuado para la ocasión

2. Esperar diez minutos de tolerancia para que todos los participantes ingresen a la Sesión.
3. Iniciaré la sesión dando una calurosa bienvenida a los participantes. Mencionara; “Sean bienvenidos a una nueva sesión, como han estado? ¿Cómo estuvo su día?, hoy se iniciará con una nueva sesión y vamos a seguir aprendiendo juntos como en cada sesión”.
4. Realizaré preguntas de retroalimentación sobre la anterior sesión.
 - ¿Cuáles son los indicadores de una relación saludable?
 - ¿Cuáles son los indicadores de una relación toxica?Indicará que pueden responder a través de chat o activando el micrófono.
5. Se dará inicio a la sesión del día “Relaciones sanas y la tecnología”, donde se expondrá el video: Relaciones saludables y la tecnología ([Click aquí](#)), que mostrará cómo debe ser una relación sana y su relación con la tecnología; además de señales de violencia a través de medios tecnológicos.
6. Los participantes procederán, mediante la realización de una lluvia de ideas, a expresar lo que observaron en el video. Y el facilitador tomará nota para luego realizar una reflexión. Preguntar:
 - ¿Qué identificaron en el video?
 - ¿Qué sucede en la relación?
 - ¿Qué papel juega la tecnología en las relaciones afectivas?
7. Pedirá que a nivel grupo elaboren un menú con ingredientes que deben tener las relaciones afectivas para que sean sanas.

8. Pedirá a cada participante que aporte un ingrediente. Podrán hacerlo mediante el chat, escribirlo en un papel y mostrarlo, o también activando el audio.
9. Cada ingrediente debe ser anotado en la diapositiva.
10. Una vez todos los participantes expresaron sus ideas o ingredientes, se procede a analizar y reflexionar con cada uno de los ingredientes.
11. Antes de finalizar, pedirá a los participantes que traten de comprometerse a socializar con su familia y amigos los ingredientes para una relación saludable.
12. Continuando el facilitador procederá a explicar las bases o características de una relación sana, indicará lo siguiente:

Respeto mutuo: Respeto significa que cada persona valora al otro y comprende los límites de la otra persona.

Confianza: Las parejas deben elegir confiar mutuamente y darse el beneficio de la duda.

Honestidad: Cuando una pareja miente, toma tiempo para reconstruir esa confianza en él o ella. La honestidad genera confianza y fortalece la relación.

Compromiso: En una relación amorosa, cada pareja no siempre consigue su manera. Deben reconocer diferentes puntos de vista y estar dispuestos a dar y no recibir.

Individualidad: Cada pareja no debe comprometerse, y su identidad no debe basarse en su pareja. Cada pareja debe seguir viendo a sus amigos o haciendo las cosas que él o ella ama. Deben de apoyarse si su pareja quiere buscar nuevos pasatiempos o hacer nuevos amigos.

Buena comunicación: Cada socio debe hablar sinceramente y abiertamente para evitar problemas de comunicación. Si una pareja tiene que aclarar sus sentimientos, su pareja debe respetar los deseos y esperar hasta que estén listos para hablar.

Control de la ira: Todos nos enojamos, pero cómo expresamos puede afectar nuestras relaciones con los demás. La ira puede ser manejada en formas saludables, tales como, tomar una respiración profunda, contar hasta 10 o hablando.

Resolución de problemas: Las parejas pueden aprender a resolver problemas e identificar soluciones nuevas, dividiendo un problema en partes pequeñas o hablando acerca de la situación.

Evitar insultos: Todo el mundo pelea en algún momento, pero mantenerse en el tema y evitar insultos resulta en más probabilidades para llegar a una solución.

Las parejas deben tomar un breve descanso alejados uno del otro si el debate va aumentando la tensión. .

Entendimiento u empatía: Cada pareja debe tomar tiempo para entender lo que el otro podría estar sintiendo al ponerse en sus zapatos.

13. Se procede al cierre de la sesión.

Reflexión o cierre de la sesión

El facilitador procederá a la reflexión y cierre de la sesión indicando a los participantes lo importante que es poder reflexionar y analizar cómo se dan las relaciones a través de la tecnología y que así como se pudo observar en el video se puede generar episodios de violencia en una relación a través de los medios tecnológicos y las redes sociales, que se presenta a través de actitudes y comportamientos que deben ser identificados y no tomarlos como signos de amor. Es fundamental poder construir desde edades tempranas relaciones saludables y sólidas, donde la comunicación, confianza, el respeto, el saber dar el valor que se tiene cada persona, la empatía, controlar la ira, la resolución de conflictos son la base o características de una relación sana.

Se agradecerá a los participantes motivándoles también a ser mejor personas y comprometerse en el fomento de las relaciones sanas y sin violencia.

Nota para el facilitador:

- PowerPoint de la sesión completa (hacer [Click aquí](#)).
- Se sugiere que en el tiempo de espera que ingresen los participantes, se reproduzca una canción o video que se considere adecuado para la ocasión.

SESIÓN N°12: Evaluación final y cierre del Programa

Objetivo de sesión

- ✓ Cierre del proceso de aplicación del Programa.
- ✓ Evaluar los aprendizajes adquiridos, tras la aplicación del Programa

Tiempo: 40 minutos (aproximadamente).

Recursos didácticos

- Diapositivas.
- Cuestionario pos test (digital).
- Plataforma Zoom.

Desarrollo de la sesión

1. El Ingresar a la plataforma virtual 15 a 20 minutos antes para organizar todo lo referente a la logística antes de iniciar la sesión, organizar el contenido de la sesión. Mientras los participantes van ingresando a la fase final del programa, se les solicita que vayan escribiendo su nombre completo en el chat. Se sugiere que en el tiempo de espera que ingresen los participantes, se reproduzca una canción o video que se considere adecuado para la ocasión.
2. Se espera los diez minutos como en todas las sesiones.
3. Saludará cordialmente a los participantes indicándoles que llegó el final del proceso desarrollado en el Programa. Les recordará que fueron 11 sesiones y agradecerá a cada persona por su participación al ser parte de un proceso de cambio, que ayudará en la construcción de una sociedad donde la violencia, en sus diferentes formas, podrá disminuir. Hará hincapié en los aprendizajes y experiencias vividas durante el desarrollo del Programa Virtual para que lo apliquen en su vida.

Recalcará la importancia de identificar las señales e indicadores de violencia de manera temprana y, principalmente, deconstruir relaciones afectivas basadas en la igualdad, el respeto y confianza mutua.

4. Indicará que se procederá a enviar un link([Clickaquí](#)) al chat del Zoom para que los participantes puedan llenar un cuestionario final, mencionándoles que es anónimo y podrán responderlo con confianza.
5. Alertará que tienen 20 minutos máximos para responder el cuestionario.
6. Pedirá a los participantes, cuando acaben de responder el cuestionario, expresen qué es lo más significativo que han logrado hacer durante el proceso y lo escriban mostrándolo al facilitador para que registre las respuestas.
7. Procederá pasar al cierre del programa.

Reflexión o cierre de la sesión

Cerrará la sesión y el proceso de desarrollo del programa de prevención de violencia de género en adolescentes, agradeciendo nuevamente a cada quien por su participación y ser parte del proceso. A su vez les incentivará a que se involucren en diversos proyectos y programas de beneficio para su vida y el desarrollo integral.

Motivar a que continúen en procesos de formación para no solo la obtención de conocimientos, si no dotarse de herramientas y habilidades para su desarrollo personal, y por la decisión de uno mismo ser parte del cambio, valorando y respetando la vida, ante todo. Mencionar que se espera que el programa haya contribuido en cada uno de ellos y ellas, generando y fortaleciendo conocimientos, les haya dotado de herramientas y habilidades de reflexión, pensamiento crítico y toma de decisiones en vida.

Nota para él o la facilitador/a:

- PowerPoint de la sesión completa (hacer [Click aquí](#)).

- Se sugiere que en el tiempo de espera que ingresen los participantes, se reproduzca una canción o video que se considere adecuado para la ocasión.

