

CONOCIÉNDONOS DESDE LA DIVERSIDAD

Guía 4 de participación juvenil y género





Esta guía es publicada por el Movimiento Vuela Libre Regional por una niñez y adolescencia libre de explotación sexual. El Movimiento es apoyado por Conexión Latinoamérica y financiado por Asdi Bolivia.

Contenidos temáticos: Marta López.
Guía elaborada por el equipo del Programa de Protección y Movilización Juvenil de Conexión. 2023

Diseño por: www.el-taburetecg.com

INTRODUCCIÓN

Con esta guía queremos proponer algunas reflexiones y herramientas que nos ayuden a analizar cómo aprendemos a ser mujeres u hombres, cómo nos percibimos, cómo nos relacionamos, qué expectativas tenemos, qué desigualdades y violencias existen. Mirar de esta manera es entender la realidad desde un enfoque de género.



¿SABÍAS QUE?

El enfoque de género es la mirada que nos permite entender y analizar en profundidad las desigualdades que existen entre mujeres y hombres.



Paso 1

Tomamos conciencia



PRIMERA PREGUNTA

¿Qué es el género?

Para entender la idea de género necesitamos conocer la diferencia y la relación entre el sexo biológico y el género.

SEXO BIOLÓGICO

El sexo biológico es el cuerpo sexual con el que nacemos: cromosomas, órganos reproductivos y/o genitales. Lo más frecuente en nuestras sociedades es reconocer solo dos: hombre o mujer.



SIN EMBARGO, TE CONTAMOS QUE:
*Existen cuerpos con cromosomas y /o genitales que no son exclusivamente de hombre o de mujer. A esto se llama intersexualidad.
Esto nos demuestra que ¡hay más diversidad!*

GÉNERO

Por otro lado, el género son las características, roles, funciones, etc. que cada cultura nos atribuye según el cuerpo con el que nacemos, seamos hombres o mujeres. Por ejemplo, en muchas culturas se espera que las niñas sean tranquilas, lleven vestidos y jueguen con muñecas, y que los niños no lloren, lleven cabello corto y que les gusten los autos. Se espera que las mujeres sean maternales y que los hombres sean decididos y capaces de ser líderes.

Sin embargo, han existido y existen muchas reflexiones y luchas para que hoy cada persona tenga más libertad para vivir y expresar su género.

Entonces, el género se aprende, **NO es natural**, lo crean las sociedades. Son costumbres que pueden ser totalmente contrarias entre una cultura y otra, además, pueden cambiar con el tiempo.

ROLES Y ESTEROTIPOS DE GÉNERO

Un estereotipo es la imagen o idea que se tiene sobre una persona o un grupo, de forma generalizada. "Las mujeres son celosas". "Los hombres son rudos".

Los estereotipos de género, entonces, son generalizaciones simplistas sobre las diferencias entre mujeres y hombres, y se utilizan para justificar la discriminación y la violencia.



EJEMPLOS DE ESTEREOTIPOS DE GÉNERO

LAS MUJERES		LOS HOMBRES	
Son...	Les gusta...	Son...	Les gusta...
Emocionales	Que las protejan	Racionales	Proteger
Muy sensibles	Maquillarse	Valientes	El sexo
Complacientes	Que las miren	Agresivos	El fútbol
Cuidadoras	Los hombres	Superficiales	Las mujeres
Bonitas	Jugar con muñecas	Astutos	Jugar con autos
Maternales	Comprar	Fuertes	No llorar

Los estereotipos implican “roles” y aunque algunos nos parezcan “buenos” y otros “malos”, todos suponen una limitación a la libertad de ser, hacer, sentir y expresar. Un hombre tímido puede sentir una gran presión social y una niña a la que no le

gusta jugar con muñecas puede recibir juicios e incomprensión. Los estereotipos de género no sólo se viven dentro de la familia, entre amigos o el colegio, sino también en las leyes, en el trabajo y en otros ámbitos.



¿SABÍAS QUE?

El color rosado, tan relacionado hoy en día con “las niñas” en Japón sirve como símbolo nostálgico del samurai asesinado, es un color masculino y lúgubre. En Corea se interpreta como un signo de confianza y en Alemania como un símbolo de pacifismo y dulzura.

Reconozcamos que existen desigualdades y transformarlas empieza por mirarnos y repensarnos a nosotros y nosotras mismas para luego poder incidir en nuestro entorno.



ACTIVIDAD Extaterrestres



Comenzamos relatando que: en la ciudad de... en el barrio de... han llegado unos seres extraterrestres que quieren entender cómo funcionamos las personas terrícolas. Algo que les ha llamado la atención es que parece que en la Tierra

nos dividimos entre hombres/chicos y mujeres/chicas, y no entienden bien cuáles son estas diferencias. Así que quieren nuestra ayuda y experiencia para poder camuflarse como chico o chica.

1 Hacemos una lista con estos estereotipos de género socialmente aceptados.



4 Nos preguntamos cómo nos hizo sentir.

2 Individualmente o por grupos nos preguntamos con cuáles de estas características nos identificamos. Con cuáles no.

5 Buscamos nuevas ideas o acciones que pueden romper algunos de los estereotipos.

3 Recordamos si alguna vez nos han exigido responder a alguno de estos estereotipos.



¿SABÍAS QUE?

La diversidad son todas las posibilidades que tienen las personas de asumir, expresar y vivir sus afectos, deseos y sexualidad.





SEGUNDA PREGUNTA

¿Qué es la identidad de género?

IDENTIDAD DE GÉNERO

La identidad de género es cómo te sientes en tu interior y cómo expresas tu género a través de tu manera de vestir, de comportarte y de tu apariencia personal. Es un

CISGÉNERO Es la persona que tiene sexo biológico de mujer y se identifica con el género femenino, o la persona que tiene sexo biológico de hombre y se identifica con el género masculino.

TRANSGÉNERO Son las personas que tienen el sexo biológico de hombre y se identifican con el género femenino, o las personas de sexo biológico mujer que se identifican con el género masculino. Es decir, son personas que sienten que su género es distinto al que se espera de ellas.

GÉNERO FLUIDO Son las personas que transitan entre dos o más géneros de forma permanente u ocasional.

Como hemos visto, el género es una construcción social y cultural, y no todas las personas se identifican con la norma general.

sentimiento que comienza temprano en la vida. Hay muchas maneras de sentir y expresar, tantas como personas. Te presentamos algunas opciones:



TERCERA PREGUNTA

¿Qué es orientación sexual?

Durante mucho tiempo las personas gays (hombres que se sienten atraídos por otros hombres y mujeres que se sienten atraídas por otras mujeres) o bisexuales (personas atraídas por ambos sexos) se escondían, disimulaban y, sobre todo, debían ser muy discretas. Ya que vivían muchísima discriminación. Ser gay o lesbiana era considerado una enfermedad.

Lo más frecuente en nuestras sociedades es la heterosexualidad, es decir que a las chicas les atraigan los chicos y a los chicos les gusten las chicas. Sin embargo, existen personas que sienten otro tipo de orientación, es decir chicos a los que les atraen chicos, chicas a las que les atraen chicas o personas que se sienten atraídas por ambos sexos.

HETEROSEXUALIDAD
Es la atracción sexual que siente una persona por otra de diferente sexo.

ASEXUALIDAD
Se refiere a las personas que no sienten ningún tipo de atracción sexual.

ORIENTACIÓN SEXUAL
La orientación sexual se refiere a quién te atrae y hacia quién sientes atracción romántica, emocional y sexual.

HOMOSEXUALIDAD
Es la atracción sexual que siente una persona por otra del mismo sexo.

BISEXUALIDAD
Es la atracción sexual que siente una persona tanto por el sexo opuesto, como por el mismo sexo.



Todas las opciones de orientación e identidad se resumen en la sigla LGBTIQ+ (lesbianas, gays, trans, intersexuales, queer, asexuales y otros).



¿SABÍAS QUE?

El 28 de junio se conmemora el Día Internacional del Orgullo LGBTIQ+ porque se recuerdan los disturbios en Stonewall en 1969; donde personas trans, gays y lesbianas respondieron a los ataques policiales, con una revuelta que se extendió por varios días y que marcó el inicio simbólico del movimiento.

Por eso es importante que recordemos estas diferencias:



IDENTIDAD DE GÉNERO:

La identidad de género es cómo te sientes respecto a ti mismo. Es la forma en que tu cerebro interpreta quién eres. No está ligada al sexo biológico



ORIENTACIÓN SEXUAL

Se refiere a la persona por la sientes atracción (física y emocionalmente).



SEXO

Características físicas-biológicas con las que nacemos (incluyendo los órganos sexuales, hormonas y cromosomas).



Paso 2

Reconocemos violencias

En el Paso 1 hemos descubierto qué es el género, cómo se construye y qué es la diversidad sexual. Ahora entenderemos por qué el género crea **desigualdades**:

 **DESIGUALDAD:**
Se da cuando un grupo social tiene más privilegios que otro (mayor acceso a la educación, al trabajo, más libertades y derechos...) generándose una situación de discriminación y vulneración de derechos.

En general, los hombres tienen más oportunidades, derechos y libertades que las mujeres y las personas heterosexuales viven con mayor aceptación social y

derechos que las diversidades sexuales. Esto se debe a una forma de organización social y cultural que se llama **patriarcado**.

¡En la que vivimos todas y todos!

Es la forma en que funciona una sociedad. Se basa en creencias (culturales, religiosas y políticas...), que consideran que los hombres tienen más poder que las mujeres, y que pueden ejercer dominación sobre ellas.

También considera que la única opción válida es la relación sexo-género, es decir que los hombres sean masculinos y las mujeres femeninas. Por ejemplo, que las mujeres sean las responsables de cuidar y criar a los hijos e hijas, y que los hombres estén preparados naturalmente para ser líderes políticos.

EL PATRIARCADO...

- ▶ Educa a los hombres para que tengan poder y a las mujeres para que sean obedientes.
- ▶ Reconoce a la heterosexualidad como la única forma de relación de pareja. Rechaza y discrimina cualquier forma distinta de orientación sexual.
- ▶ Considera sólo un tipo de familia como centro de la sociedad, en la que las mujeres se encargan de la casa y los hombres mandan, toman decisiones y tienen una vida social.
- ▶ Tiene formas de organización jerárquicas, es decir, donde hay jefes y empleados/as.
- ▶ Considera que la violencia es válida para mantener el orden dentro de la familia, escuela u otro espacio.



CUARTA PREGUNTA

¿Qué es el patriarcado?



ACTIVIDAD Somos el ejemplo

En esta actividad tomaremos conciencia si estamos pensando, sintiendo y mirando con los lentes de la desigualdad.

Reunámonos en grupos y elijamos un lugar importante para el grupo, por ejemplo, una cancha de fútbol, el patio

de la escuela, el mercado, el parque, etc. A continuación, dibujemos el espacio e identifiquemos con un color los lugares que ocupan con frecuencia los chicos y con otro color los espacios en los que se ubican las chicas.

1 Dialoguemos ahora: ¿por qué creemos que ocupamos esos lugares como chicos y como chicas?

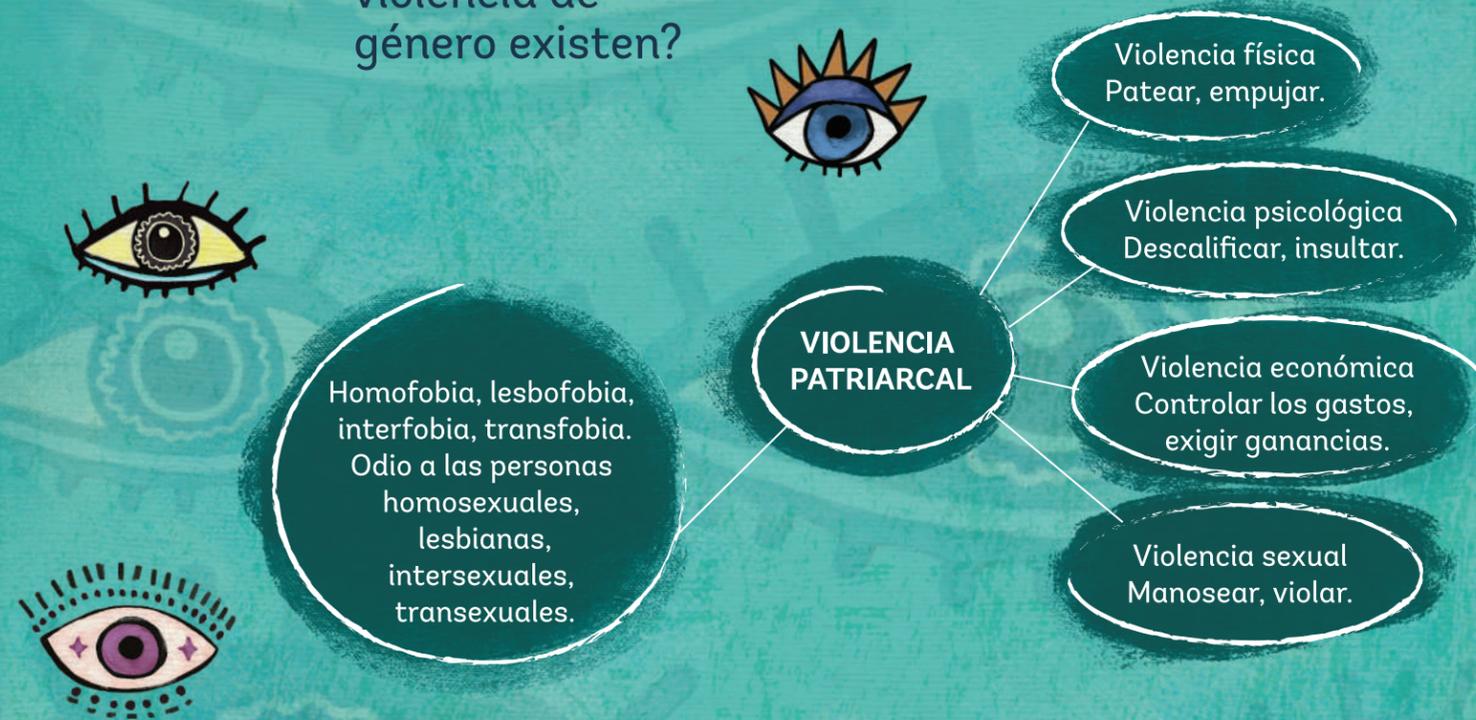
2 Discutimos si en el grupo chicas o chicos hemos tenido ganas de ocupar el espacio del otro. ¿Por qué no hemos ocupado esos lugares antes?

3 ¿Sería posible cambiar el uso de esos espacios? ¿Cómo sería posible hacerlo? ¿Nos interesa lograrlo?



QUINTA PREGUNTA ¿Qué tipos de violencia de género existen?

Como hemos visto, el patriarcado genera desigualdad y valida la violencia: ¿qué tipos de violencia existen?



La violencia tiene impactos en las personas:

- Emocionales: como el miedo, la depresión o la ansiedad.
- Físicos: como dolores de cabeza o digestivos.
- Cognitivos: como desorientación u olvido.
- Sociales: como aislamiento o intento de suicidio.



¿SABÍAS QUE?

En varias sociedades y a lo largo del tiempo, hemos normalizado formas de vivir el amor que esconden violencia patriarcal, conocido como "amor romántico".





SEXTA PREGUNTA

¿Qué es el amor romántico?

Nos relacionamos pensando que existe un "amor ideal", en el que predominan muchos mitos:

MITO DE LA MEDIA NARANJA

Creencia de que existe una única pareja perfecta que ha sido elegida por el destino y que será para siempre.



MITO DE LOS CELOS

Creencia de que los celos son un signo de amor, cuando en realidad son demostraciones de posesividad. (Los celos los sentimos todas y todos, lo importante es que no justifiquen alguna forma de violencia).

MITO DE LA UNIDAD

Creencia de que ambas personas deben ser uno y moverse por los mismos intereses.

MITO DE LA OMNIPOTENCIA

Creencia de que el amor todo lo puede y hay que soportar cualquier cosa por amor.



Estos son algunos ejemplos de cómo se romantiza la violencia en nombre del amor. Esta situación no solo se da en relaciones heterosexuales, puede reproducirse también en parejas gays, lésbicas o de cualquier tipo de diversidad sexual.

Además, el cine, la publicidad, la literatura, la música... nos muestran constantemente esta idea de amor ¿tóxico?.

Sabemos que hay distintas formas de violencia, ahora veremos uno de los ámbitos de la vida donde la violencia es frecuente y puede quedar silenciada.

¡Las relaciones amorosas!



ACTIVIDAD Amor del bueno



Discutamos las siguientes preguntas:

¿Qué implica ser media naranja de alguien? ¿Estamos incompletos si no tenemos pareja?

¿Es correcto que mi pareja me pida pruebas de amor en nombre de los celos, mis contraseñas a redes sociales, fotos de dónde y con quién estoy, que no me deje salir con mis amigos?

¿Es correcto pensar que por ser pareja debemos renunciar a nuestros intereses, actividades, gustos personales?

¿Debemos mantener una relación que hace daño en nombre del amor?

¿Qué características tendría una relación sana para ti?



Paso 3

Transformamos

Ahora que podemos reconocer la desigualdad y las violencias construidas por el patriarcado, es necesario entender y conocer que existen opciones de **transformación** de los estereotipos, las desigualdades y al patriarcado.

 **TRANSFORMACIÓN SOCIAL:** Procesos por medio de los que un grupo o comunidad propone reconstruir la sociedad en la que viven y en la que desean que vivan sus pares.

Existen distintas opciones de transformación a través de movimientos sociales, espacios de expresión como las artes, de evidencias como la ciencia, de formación como la educación y de acción como la política.

Uno de los movimientos sociales más importantes de resistencia y transformación es el feminismo desde sus diferentes propuestas.

FEMINISMOS

El feminismo es una propuesta política y un movimiento social activo que surge de las mujeres y que busca transformar las desigualdades de género, para construir sociedades más justas.

Recuerda, no solo hay una forma de ser feminista.

En todo el mundo hay diversos grupos, experiencias y proyectos generando cambios positivos en la sociedad para que las niñas, mujeres y diversidades sexuales puedan ser más libres.

¡Desde todos los ámbitos!

Como parte de los procesos de transformación social surgen nuevas alternativas de ser, de relacionarnos y de habitar para todas y todos.

MASCULINIDADES

Surge la necesidad de muchos hombres que no se sienten identificados con la figura de un hombre macho tradicional (masculinidad patriarcal), de buscar nuevas formas de expresar sus masculinidades.



NOS CUIDAMOS

¡Felicidades! Estamos atreviéndonos a cambiar de perspectiva y posiblemente se ha generado un terremoto en nosotras y nosotros. Es muy importante que este proceso de mirar y mirarnos diferente lo hagamos con empatía, respeto y paciencia.

Para transformar el patriarcado y todas las formas de injusticia que nos rodean, es fundamental aprender a cuidarnos nosotras y nosotros mismos, generando una red de apoyo en nuestros entornos.

Cuidado COLECTIVO

Las personas somos, por naturaleza, sociales por eso es importante construir espacios donde nos cuidamos mientras nos sentimos acompañados y sostenidos por quienes nos aprecian.

¿Cómo construimos un espacio de cuidado?

- ▶ Damos espacio para hablar, escuchar, contener, encontrarnos.
- ▶ Reconocemos las dificultades que atravesamos, las escuchamos y encontramos soluciones en conjunto.
- ▶ No exigimos más de lo que cada una y uno pueda dar.
- ▶ Revisamos las formas de violencia que existen en nuestro grupo.



¿SABÍAS QUÉ?

El cuidado es una práctica revolucionaria. Las mujeres rompen con el mandato de “deber ser” sumisas y callar, aunque duela. Mientras, los hombres, rompen el estereotipo de que deben ocultar sus sentimientos y ser siempre fuertes.

AUTO cuidado

Todas las acciones que emprendemos personalmente para estar en equilibrio a nivel emocional, mental, físico y espiritual sirven para cuidarnos.

Consejos para apapacharnos:

- ▶ Reconocemos nuestras emociones y qué situaciones las generan.
- ▶ Buscamos tiempos y espacios de alegría, ilusión, de calma.
- ▶ Me valoro como soy, sin comparaciones.
- ▶ Pongo límites a lo que me sobrepasa, a lo que me violenta.

ACTIVIDAD



Círculo de la palabra

Para finalizar este viaje armaremos un Círculo de la palabra.

En círculo nos pasaremos un objeto que simbolice respeto, la persona que tiene ese objeto toma la palabra, las demás escuchan, sin debatir, ni reaccionar.

Podemos expresar cómo nos sentimos, qué hemos aprendido y qué no nos gustó.

Por último, reflexionamos sobre las incomodidades.



A MODO DE CIERRE

Pensar el enfoque de género es conocernos y respetar todas las identidades y formas de ser. Es querer vivir las relaciones de una manera más sana y positiva. Ahora te toca a ti elegir cómo quieres mirar la realidad, a qué transformaciones quieres contribuir y qué camino necesitaremos emprender para lograrlo.

¡Adelante!





El Movimiento Vuela Libre por una niñez y adolescencia libre de Explotación Sexual nace a partir de las acciones estratégicas de ICCO/Conexión Latinoamérica en alianza con diversos socios de distintos países latinoamericanos.

El movimiento se constituye como un espacio de participación, fortalecimiento institucional, asistencia técnica, aprendizaje e incidencia, promoviendo el encuentro entre diversos actores del sector público, privado y la comunidad, para la generación de entornos protectores de la niñez y adolescencia.



Iniciativa de:



Con apoyo de:

