Taller

Proceso educativo y terapéutico "Vivo mi vida libre de violencias" en CASA DE LA ADOLESCENTE

Idea Dignidad

Objetivo

Al finalizar el proceso educativo las adolescentes incrementan sus conocimientos y habilidades para ejercer su derecho a una vida sin violencias.

|  |  |
| --- | --- |
| Propósito | Sensibilizar |
| Temas | Derechos humanos, igualdad, adolescencia, género, mujeres, violencia |
| Audiencia | Adolescentes |
| Facilitadores | Myriam Perez (MP)Mónica Rojas (MR)Camila Medina (CM)Gabriela Morales (GM)Carla Patiño (CP)Tamia Rodríguez (TR) |
| Espacio físico | Aula, exteriores |
| Cronograma | 28 horas en 11 días |

# Cronograma

## **Día 1** – 3 horas

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Hora | Actividad |  |
| 2:30pm – 3:15pm | **A1. Abriendo el telón** | Responsables: CM, MP |
| 3:15pm – 4:05pm | **A2. Decoro mi carpeta** | Responsables: CM |
| 4:05pm – 5:30pm | **A3. Silueta adolescentes mujeres** | Responsables: MR, MP  Recursos: R1 |

## **Día 2** – 4 horas

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Hora | Actividad |  |
| 2:30pm – 3:30pm | **A4. Recordando lo aprendido** | Responsables: MR, CM  Notas: la sesión anterior se avanzó la actividad de Siluetas solamente la parte de adentro, se reflexionó sobre esto en plenaria.  Recursos: R2, R3P |
| 3:30pm – 3:40pm | **A5. Vagones del tren** | Responsables: CM  Notas: esta actividad se realizó para introducir el tema de identidad social |
| 3:40pm – 4:30pm | **A6. Perfil de identidad social** | Recursos: R4, R5P, R6 |
| 4:30pm – 5:30pm | **A7. Collage mi adolescencia** | Responsables: CM, MR |
| 5:30pm – 6:00pm | **A8. Te veo y te cuido** | Responsables: MP, MR, CM |

## **Día 3** – 3 horas

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Hora | Actividad |  |
| 2:30pm – 2:35pm | **A9. Simona dice** | Responsables: GM |
| 2:35pm – 3:05pm | **A10. Recordando II, desigualdades por edad y sexo** | Responsables: MR |
| 3:05pm – 4:25pm | **A11. Juegos de roles buena y mala adolescente y madre** | Responsables: CM, MR, GM |
| 4:25pm – 5:25pm | **A12. Una carta para mi yo niña** | Responsables: CM, MR |

## **Día 4** – 2 horas

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Hora | Actividad |  |
| 2:30pm – 3:00pm | **A13. Recordando III, adultocentrismo y patriarcado** | Responsables: MR, CM  Recursos: R7P |
| 3:00pm – 3:50pm | **A14. ¿Sexualidad?** | Responsables: MP, MR |
| 3:50pm – 4:20pm | **A15. Mitos y verdades sobre la sexualidad** | Responsables: GM, MP |
| 4:20pm – 4:55pm | **A16. Placer y chocolate** | Responsables: CM, MP |

## **Día 5** – 3 horas

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Hora | Actividad |  |
| 2:30pm – 2:45pm | **A17. Retomando ideas sobre sexualidad** | Responsables: CM |
| 2:45pm – 3:45pm | **A18. Representando el placer en mi cuerpo** | Responsables: CM |
| 3:45pm – 4:10pm | **A19. Diversidad en la sexualidad** | Responsables: CM  Recursos: R8P |
| 4:10pm – 5:00pm | **A20. Dilemas: derechos sexuales y reproductivos** | Responsables: CM |

## **Día 6** – 3 horas

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Hora | Actividad |  |
| 10:00am – 11:20am | **A21. El juego de los derechos** | Responsables: CP, GM  Notas: Esta sesión la llevó a cabo el área legal. Al final de la sesión se entrega documento de bitácora para integra conocimientos sobre lo aprendido.  Recursos: R9 |
| 11:20am – 12:10pm | **A22. Mi árbol de vida** | Responsables: CP  Notas: Esta sesión la llevó a cabo el área legal.  Recursos: R10P, R11P |
| 12:10pm – 12:40pm | **A23. La adultitis es contagiosa** | Responsables: CP  Recursos: R12P |

## **Día 7** – 2 horas

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Hora | Actividad |  |
| 10:00am – 11:00am | **A24. Recordando lo aprendido: Sexualidad integral** | Responsables: CM, MR  Recursos: R13 |
| 11:00am – 11:55am | **A25. Cien por ciento poder con responsabilidad** | Responsables: MR |

## **Día 8** – 2 horas

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Hora | Actividad |  |
| 10:00am – 10:55am | **A26. El cuento de Pepa y Pepe** | Responsables: MR  Recursos: R14, R15, R16 |
| 10:55am – 12:00pm | **A27. Soy mi hogar** | Responsables: CM |

## **Día 9** – 1 hora

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Hora | Actividad |  |
| 10:00am – 10:55am | **A28. Rompiendo las ideas de amor romántico** | Responsables: GM  Notas: se tuvo apoyo de la voluntaria del área psicosocial |
| 10:55am – 11:25am | **A29. Iceberg de la violencia de género** | Responsables: GM |

## **Día 10** – 2 horas

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Hora | Actividad |  |
| 10:00am – 11:00am | **A30. Cuento sobre ciclo de violencia** | Responsables: CM  Recursos: R17P |
| 11:00am – 12:00pm | **A31. Tipos de violencia de género** | Responsables: GM |

## **Día 11** – 3 horas

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Hora | Actividad |  |
| 10:00am – 10:30am | **A32. MIS COSAS FAVORITAS** | Responsables: TR, CM  Notas: esta sesión la llevó a cabo el área legal. Al final de la sesión se entrega el documento de bitácora para integrar conocimientos.  Recursos: R18, R19 |
| 10:30am – 11:30am | **A33. LA VIDA DE RAFAELA** | Responsables: TR  Recursos: R20P, R21 |
| 11:30am – 12:30pm | **A34. RUTA DE PROTECCION** | Responsables: TR  Recursos: R22P, R23 |

# *Día 1*

Actividad

# A1. Abriendo el telón

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Generar un espacio seguro para el proceso de enseñanza-aprendizaje entre las personas facilitadoras y participantes |
| Propósito | Capacitar |
| Momento | Apertura |
| Modalidad | Presencial: Aula, presencial: exteriores |
| Técnica | Lluvia de ideas, sesión plenaria |
| Audiencia | Adolescentes, adultos, adultos mayores  **Participantes**: 5 – 30 |
| Fases | • Vincular con la experiencia: 15 mins  **Tiempo total**: 45 mins (modificado del original) |
| Materiales consumibles | • Papelógrafos• Marcadores• Cinta adhesiva |
| Precauciones | • Se puede adaptar para niñas y niños utilizando dibujos, ejemplo: para el respeto de los tiempos un reloj. |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## Vincular con la experiencia – 15 mins

**Paso
1**.
Previamente,
escriba
los
temas
o
los
objetivos
del
taller
en
un
papelógrafo
o
en
una
presentación
ppt.

**Paso
2**.
Pregunte
a
las
personas
participantes
cuáles
deberían
ser
las
condiciones
(acuerdos) para
que
se
desarrolle
el
proceso
educativo
en
un
espacio
seguro
para
la
enseñanza-aprendizaje.
Proponga
reflexiones
a
través
de
preguntas
como:
si
hablamos
al
mismo
tiempo
¿nos
escuchamos?
¿es
respetuoso
hablar
al
mismo
tiempo
que
otra
persona?
Genere
acuerdos
básicos
sobre
el
respeto
a
la
opinión
de
las
otras
personas,
el
uso
de
la
palabra,
del
celular,
etc.
Anote
estos
acuerdos
en
un
papelógrafo
mismo
que
será
ubicado
en
un
lugar
visible
durante
todo
el
proceso
educativo.

**Paso
3**.
En
plenaria
invite
a
las
personas
participantes
a
exponer
las
expectativas
que
tienen
del
proceso
educativo
al
que
han
sido
convocadas
y
consigne
las
respuestas
sobre
un
papelógrafo
o
una
pizarra.

**Paso
4**.
Coloque
de
manera
visible
el
papelógrafo
con
los
objetivos
de
aprendizaje
y
contraste
con
las
expectativas
recogidas
en
el
paso
anterior.

**Paso
5**.
Indique
al
grupo
que
si
alguna
expectativa
no
puede
ser
resuelta
en
el
presente
proceso
educativo,
se
lo
anotará
en
una
"Estación de
parqueo"
para
abordarlo
en
otro
momento
(en
este
mismo
proceso
o
en
otro).
En
este
espacio
se
incluirán,
además
de
los
temas
que
no
vayan
a
ser
abordados,
preguntas
que
vayan
a
ser
canalizadas
para
otras
personas
o
instituciones
o
que
ameriten
investigación.
Durante
el
taller
vaya
tachando
las
cuestiones
se
vayan
resolviendo
de
ser
el
caso.

Actividad creada por Defensoría del Pueblo de Ecuador

Actividad

# A2. Decoro mi carpeta

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Proyectar en la decoración de la carpeta entregada, para el taller, quién soy y cómo me presento. |
| Propósito | Formar |
| Temas | Derechos humanos, identidad |
| Momento | Apertura |
| Modalidad | Presencial: Aula, presencial: exteriores |
| Técnica | Trabajo personal |
| Audiencia | Niños, adolescentes, adultos, adultos mayores  **Participantes**: 1 – 15 |
| Fases | • Vincular con la experiencia: 15 mins• Reflexionar: 25 mins• Reflexionar: 10 mins  **Tiempo total**: 50 mins |
| Materiales consumibles | • Carpetas, hojas, marcadores, pinturas. |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## Vincular con la experiencia – 15 mins

**Paso
1**.
Se
menciona
al
grupo
lo
siguiente:
"Van
a
recibir
una
carpeta,
la
cual
les
va
a
acompañar
durante
esta
y
el
resto
de
las
sesiones.
La
carpeta
es
suya,
con
lo
cual
y
de
paso,
para
conocernos
mejor,
la
primera
hoja
de
la
carpeta
van
a
decorarla
representando
quienes
son,
quien
es
la
dueña
de
esa
carpeta
y,
cuando
finalicemos
de
decorar,
quien
lo
desee,
se
va
a
presentar
y
va
a
compartir
con
el
grupo
lo
que
hizo.
Para
decorar,
pueden
dibujar,
pintar,
escribir...
lo
que
les
sienta
mejor
a
cada
una.
Par
esta
actividad
tendrán
15
minutos
y
5
minutos
antes
de
que
finalice
el
tiempo,
les
avisaremos."

**Paso
2**.
Se
entrega
a
cada
persona
del
grupo
la
carpeta
y
se
deja
en
mitad
del
grupo
los
materiales,
para
que
puedan
compartir
entre
todas.
Se
puede
realizar
la
siguiente
aclaración:
"Los
materiales
serán
colocados
en
medio
de
todas,
para
que
todas
tengan
acceso.
Si
desean,
pueden
acercarse
a
coger
lo
que
necesiten.
Pueden
ir
a
cualquier
espacio
para
realizar
esta
actividad,
donde
se
sientan
cómodas."

**Paso
3**.
Se
pregunta
si
hay
dudas
o
preguntas
sobre
la
actividad.
Luego,
se
prosigue
dejando
a
cada
participante
de
manera
libre
decorar
su
carpeta.

**Paso
4**.
Se
anticipa
a
las
participantes
5
minutos
antes
de
acabarse
el
tiempo,
con
el
fin
de
que
puedan
ir
concluyendo.
Finalmente,
transcurrido
los
5
minutos,
se
pregunta
a
las
participantes
si
finalizaron.
Si
no
lo
han
hecho,
se
puede
dar
5
minutos
más,
si
lo
hicieron,
se
les
pide
regresar
a
sus
asientos.

## Reflexionar – 25 mins

**Paso
5**.
Cuando
todas
las
personas
estén
incorporadas,
como
pregunta
inicial
para
el
grupo,
se
les
dice: ¿Cómo
les
fue?

**Paso
6**.
Después
de
escuchar
las
respuestas
del
grupo,
se
invita
a
alguna
de
las
participantes
a
presentarse:
Decir
su
nombre
y
compartirnos
cómo
se
represento
a
ella
misma,
a
través
de
su
trabajo.
En
el
caso
de
que
nadie
se
anime,
pueden
comenzar
las
facilitadoras
presentándose
y
continuar
las
presentaciones
en
sentido
de
las
manecillas
del
reloj.

**Paso
7**.
En
cada
presentación,
se
pueden
realizar
las
siguientes
preguntas,
en
caso
de
ser
conveniente:

      •
¿Cómo
sientes
que
ese
elemento/palabra/imagen
te
representa?

      •
¿Cómo
te
identificas
con
ese
elemento/palabra/imagen?

      •
¿Qué
te
hace
sentir?

## Reflexionar – 10 mins

**Paso
8**.
Considerando
lo
compartido
por
las
participantes,
se
indica
que
esta
actividad
tiene
como
principal
objetivo
el
conocernos,
considerando
que,
la
adolescencia,
es
una
etapa
donde
estamos
más
conscientes
de
nosotras
y
sobre
quienes
somos,
sobre
como
nos
vemos
y
sobre
como
queremos
que
nos
vean
las
demás
personas.
Es
decir,
es
una
etapa
en
la
cual
aprendemos
de
nosotras
mismas,
pero
también
nos
construimos
con
base
a
nuestro
contexto
y
con
las
personas
que
nos
relacionamos.
Por
eso,
este
espacio
y
durante
las
sesiones
que
compartiremos
juntas,
será
un
espacio
para
compartir,
escucharnos
y
hasta
cuestionarnos
quienes
somos,
cómo
nos
relacionamos,
como
nos
queremos
relacionar
con
nosotras
mismas
y
con
el
resto.

Actividad creada por Idea Dignidad

Actividad

# A3. Silueta adolescentes mujeres

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Reflexionar sobre los efectos que puede tener sobre la autopercepción y el amor a una misma, el conflicto entre la identidad impuesta y la identidad propia. |
| Propósito | Sensibilizar |
| Temas | Género, mujeres |
| Momento | Desarrollo |
| Modalidad | Presencial: Aula, presencial: exteriores |
| Técnica | Dinámica de grupo |
| Audiencia | Adolescentes  **Participantes**: 1 – 30 |
| Fases | • Vincular con la experiencia: 40 mins• Reflexionar: 30 mins• Integrar conocimientos: 15 mins  **Tiempo total**: 1 hora 25 mins |
| Recursos | • R1. súper venus |
| Materiales consumibles | • papelotes 2 por persona, marcadores de diferentes colores |
| Equipo | • in focus |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## Vincular con la experiencia – 40 mins

Recursos: R1

**Paso
1**.
Solicitar
a
las
participantes
que
se
junten
en
parejas
y
dibujen
su
silueta
con
ayuda
una
de
la
otra:

a)
Entregue
a
cada
participante
1
papelote
grande
o
2
pequeños
que
deben
juntar
con
masquin;
la
idea
es
que
en
el
o
los
papelortes
quepan
ellas
acostadas.

b)
Por
turnos,
una
de
ellas
se
recuesta
o
se
sienta
sobre
el
papelote
(
a
modo
de
molde). 
Mientras
la
otra
con
un
marcador
dibuja
el
contorno
de
la
silueta
de
su
compañera
sobre
el
papelote.

**Paso
2**.
Explique
que
empezaremos
por
la
parte
externa
de
la
silueta.
Para
esto
pensemos
¿qué
nos
pide/exige
el
mundo
externo
por
ser
mujeres?
,
¿qué
me
han
dicho
que
debo
ser
como
mujer?;
y,
además
pensemonos
como
mujeres
adolescentes
¿cómo
deben
ser
/actuar/
sentir
/comportarse
las
mujeres
de
nuestra
edad?

      1.
En
la
parte
externa
de
la
silueta
escriban, dibujen
o
represente
estas exigencias,
modelos,
comportamientos,
características
o
metas
que
el
mundo
externo
nos exige
por
ser
mujeres.

**Paso
3**.
Ahora,
seguiremos
con
la
parte
interna
de
la
silueta.
Pensemos
¿Quién
soy?

      1.
En
el
interior
de
la
silueta
escriban,
dibujen
o
representen
sus
características
(físicas,
habilidades,
cualidades),
metas,
intereses,
necesidades
propias,
es
decir
aquellas
que
no
están
fuertemente
influenciadas
por
el
mundo
externo
y
que
responden
a
la
pregunta
¿quién
soy?

**Paso
4**.
Una
vez
que
hayan
terminado
invite
a
las
participantas
a
observar
detenidamente
su
silueta
y
pida:

      1.
Identifiquen
las
coincidencias
entre
los
aspectos
identificados
en
la
parte
externa
de
la
silueta
y
los
identificados
en
la
parte
interna
y
únanlos
con
una
línea.

      2.
Identifiquen
los
aspectos
que
no
coinciden
entre
el
mundo
interno
y
el
externo
y
resáltelos
con
un
color
o
una
forma
geométrica,
por
ejemplo,
un
círculo.

**Paso
5**.
Observar
el
vídeo
super
venus
con
atención.

Después
de
observar
el
vídeo
realizar
la
pregunta:

a.
De
esto
que
acabamos
de
ver
¿han
sentido
estas
exigencias
sobre
su
cuerpo?

b.
¿cuáles
han
sido
esas
exigencias
sobre
su
cuerpo?

Pida
a
las
adolescentas
que
escriban
o
plasmen
estas
exigencias
en
su
silueta.

## Reflexionar – 30 mins

**Paso
6**

      1.

Pida
a
las
mujeres
que
observen
sus
siluetas
y
que
reconozcan
las
emociones
que
les
genera
este
ejercicio.

Realice
las
siguientes
preguntas
generadoras:

            •
¿Cómo
se
sienten
con
ese
ejercicio?
¿qué
les
genera
observar
su
silueta
terminada?

            •
¿Existen
diferencias
muy
importantes
o
marcadas
entre
lo
que
han
expresado
en
el
exterior
de
la
silueta 
y
lo
que
han
ubicado
en
el
interior
de
la
misma?
De
ser
así ¿En
qué
consisten?

            •
Cuando
las
exigencias
o
metas
que
el
mundo
exterior
impone
a
una
mujer
no
coinciden
con
los
intereses
o
necesidades
del
mundo
interno ¿De
qué
forma
creen
que
esto
nos
afecta?

            •
¿Cuál
creen
que
es
la
diferencia
entre
las
exigencias
de
una
mujer
adolescente
y
una
mujer
adulta?

            •
¿Cómo
mira
/trata
la
sociedad
a
una
mujer
adolescente?

**Paso
7**

      1.

En
plenaria **promueva**la
reflexión
a
partir
de
las
siguientes
preguntas:

            •
¿Qué
observan
en
sus siluetas?

            •
¿Encuentran
más
coincidencias
o
más
diferencias
entre
aquello
que
nos
exige
el
entorno
y
nuestros
propios
intereses
y
necesidades?

            •
¿Quiénes
son
las
personas
o
instituciones
que
esperan
que
respondamos
a
un
determinado
modelo
de
identidad?

            •
¿Qué
efectos
creen
que
tiene
en
nuestra
identidad
y
en
nosotras
el
conflicto
que
a
veces
se
genera
entre
las
exigencias
que
nos
hace
el
entorno
y
nuestros
propios
modelos?

            •
 ¿Creen
que
esto
afecta
también
la
forma
como
ejercemos
nuestros
derechos?

            •
¿Qué
herramientas
usamos
para
manejar
esa
tensión?

## Integrar conocimientos – 15 mins

**Paso
8**

      1.

**Indique**a
las
mujeres que:

            •
La **autoimagen** (la
forma
como
nos
percibimos
a
nosotras mismas)
y
el **autoconcepto** (la
forma
como
nos
definimos),
conforman
la **valoración
que
nos
damos
a
nosotras
mismas
(el
amor
propio)**.

            •
En
cierta
forma,
la
autoestima
es
el
producto
que
surge
de
la
comparación
que
hacemos
entre
la
imagen
y
el
concepto
que
tenemos
de
nosotros/as mismos/as
y
las
características
consideradas
ideales
o
positivas
en
una
determinada
sociedad.
Así
por
ejemplo,
ser
mujer
en
una
sociedad
que
da
mayor
valor
a
las
características
asociadas
a
lo
masculino,
implica
casi
siempre
enfrentar
desventajas
en
el
trato,
en
el
acceso
a
oportunidades
y
servicios,
etc.;
lo
que
además
de
afectar
la
garantía
de
derechos
afecta
la
autovaloración
que
en
este
caso
las
mujeres
pueden
llegar
a
hacer
de
sí
mismas.
Igual
sucede
con
casi
todas
las
identidades
que
no
representan
este
ideal
social:
niñas,
niños,
adolescentes,
personas
adultas
mayores,
personas
indígenas,
mestizas,
montuvias,
gitanas,
personas
LGBTTI, personas
con
discapacidad,
personas
en
situación
de
movilidad
humana,
entre
otras.

            •
Con
frecuencia
existen
brechas
entre
las
características,
metas,
exigencias,
modelos
o
comportamientos
que
el
entorno
nos
impone
y
aquellas
con
las
que
mejor
nos
identificamos.

            •
Cuanto
más
amplia
es
esta
brecha
existe
un
mayor
riesgo
de
que
nuestra
autoestima, es
decir,
la
imagen
que
tenemos
de
nosotros/as
mismos/as
se
afecte
de
forma
negativa,
pues
se
crea
un
conflicto
entre
aquello
que
se
espera
de
nosotros/as
y
nuestros
propios
gustos,
necesidades
e
intereses.

            •
Esto
con
frecuencia
produce
un
conflicto
entre
aquello
que
“queremos
ser”
y
lo
que
se
espera
que
"seamos".
Este
conflicto
representa
muchas
veces
la
posibilidad
de
"encajar" 
o
de
ser
"excluido/a".
Es
decir,
está
en
íntima
relación
con
los
factores
que
nos
permiten
sentirnos
o
no
"parte
de"
un
grupo,
una
familia,
una
institución,
una
sociedad,
etc.

            •
Cuando
se
ha
contribuido
desde
la
infancia
para
que
las
personas
cuenten
con
herramientas
(confianza
en
sí mismos/as,
autonomía, 
autovaloración),
estas
están
mejor
preparadas
para
resolver
este
conflicto
sin
que
su
autoestima
o
el
ejercicio
de
sus
derechos
se
vea
afectado
negativamente.

            •
Por
el
contrario,
cuando
a
las
personas
se
les
inhibe
o
se
les
impide
desarrollar
dichos
recursos
personales,
el
riesgo
de
que
su
autoestima
y
el
ejercicio
de
sus
derechos
se
vea
afectado
negativamente
puede
ser
mayor.

            •
Este
riesgo
suele
ser
mayor
para
las
personas
o
grupos
que
socialmente
han
sido
puestos
en
situación
de
desventaja
o
que
han
sido
históricamente
discriminados
o
excluidos,
de
ahí la
importancia
de
contribuir
a
su
empoderamiento
a
partir
de
incrementar
la
autovaloración
o
autoestima.

            •
**Cuerpo:**Con
estos
ejercicios
el
cuerpo
está
reaccionando.

            •
Estamos
muy
vinculadas
con
todo
aquello
que 
no
me
gusta
de
mí
misma
y
de
los
otros
porque
vivimos
en
sociedades
que
potencian
el
malestar.
El
sistema
en
el
que
vivimos
no
va
a
funcionar
con
personas
que
se
sienten
bien,
el
sisteme
necesita
de
personas
fragmentadas.
El
dolor
corporal
es
la
forma
en
que
hemos
aprendido
a
vivir,
porque
así
son
la
sociedades
que
potencian
el
sufrimiento.
La
única
forma
en
que
hemos
aprendido
a
vincularnos
es
a
través
del
dolor,
del
sufrimiento
(amor
romántico).

            •
El
cuerpo
es
el
contenedor
de
nuestra
vida,
nuestras
experiencias,
nuestras
emociones.
Es
sobre
el
cuerpo
donde
recaen
esos
mandatos
sociales
y
la
violencia.
Por
eso
trabajar
en
el
cuerpo,
es
volver
a
nosotras.

            •

Las
mujeres
tenemos
poderes
y
los
poderes
no
están
en
el
discurso,
están
en
el
cuerpo,
en
las
manos,
en
la
energía.

Actividad creada por Mónica Rojas Puente de Idea Dignidad

Recurso

# R1. súper venus

|  |  |
| --- | --- |
| Tipo | Video |
| Enlace externo | https://www.youtube.com/watch?v=2POXsZW3kYs |
| Duración | 37 segs |
| Audiencia | Adolescentes, adultos |
| Temas | Adolescencia, mujeres, violencia, empoderamiento, autoestima |
| Publicado |  |
| Resumen | video sobre las exigencias del cuerpo de las mujeres |

# *Día 2*

Actividad

# A4. Recordando lo aprendido

Notas

la sesión anterior se avanzó la actividad de Siluetas solamente la parte de adentro, se reflexionó sobre esto en plenaria.

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Retomar actividad de la sesión pasada que no se haya culminado. Revisar las reflexiones e ideas principales sobre las actividades de la sesión pasada. |
| Propósito | Sensibilizar |
| Temas | Derechos humanos |
| Momento | Apertura, desarrollo |
| Modalidad | Presencial: Aula |
| Técnica | Dinámica de grupo, trabajo personal |
| Audiencia | Adolescentes  **Participantes**: 1 – 11 |
| Fases | • Reflexionar: 15 mins• Vincular con la experiencia: 25 mins• Vincular con la experiencia: 15 mins• Integrar conocimientos: 30 mins  **Tiempo total**: 1 hora (modificado del original) |
| Recursos | • R1. súper venus• R2. Silueta adolescentes mujeres • R3P. Bitácora para adolescentes: Identidad |
| Materiales consumibles | • láminas de identidad impresas, papelores, marcadores, pinturas, masking |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## Reflexionar – 15 mins

**Paso
1**.
Preguntar
¿qué
recuerdan
de
la
sesión
pasada?

Presentar
sus
reflexiones
de
la
primera
sesión.

## Vincular con la experiencia – 25 mins

Recursos: R2

**Paso
2**.
Retomar
actividad:
siluetas,
parte
de
adentro.

-
Indicar
a
las
participantes
que
llenen
su
silueta
por
dentro
con
la
consigna:

      1.
En
el
interior
de
la
silueta
escriban,
dibujen
o
representen
sus
características
(físicas,
habilidades,
cualidades),
metas,
intereses,
necesidades
propias,
es
decir
aquellas
que
no
están
fuertemente
influenciadas
por
el
mundo
externo
y
que
responden
a
la
pregunta
¿quién
soy?

Compartir
en
plenaria,
quienes
quieran,
su
silueta
completa.

## Vincular con la experiencia – 15 mins

Recursos: R1

**Paso
3**

      1.

Observar
el
vídeo
super
venus
con
atención.

Después
de
observar
el
vídeo
realizar
la
pregunta:

a.
De
esto
que
acabamos
de
ver
¿han
sentido
estas
exigencias
sobre
su
cuerpo?

b.
¿cuáles
han
sido
esas
exigencias
sobre
su
cuerpo?

Pida
a
las
adolescentas
que
escriban
o
plasmen
estas
exigencias
en
su
silueta.

## Integrar conocimientos – 30 mins

Recursos: R3P

**Paso
4**.
Entregar
las
láminas
sobre
IDENTIDAD
para
que
las
guarden
en
su
bitácora.

Revisar
la
información
de
las
láminas
junto
con
las
adolescentes
generando
preguntas
o
solicitando/proponiendo
ejemplos
que
permitan
reflexionar
e
integrar
conocimientos
sobre
el
tema.

Actividad creada por Mónica Rojas Puente de Idea Dignidad

Recurso

# R1. súper venus

|  |  |
| --- | --- |
| Tipo | Video |
| Enlace externo | https://www.youtube.com/watch?v=2POXsZW3kYs |
| Duración | 37 segs |
| Audiencia | Adolescentes, adultos |
| Temas | Adolescencia, mujeres, violencia, empoderamiento, autoestima |
| Publicado |  |
| Resumen | video sobre las exigencias del cuerpo de las mujeres |

Recurso

# R2. Silueta adolescentes mujeres

|  |  |
| --- | --- |
| Tipo |  |
| Enlace externo | ${res\_external\_link#2} |
| Duración | ${res\_duration#2} |
| Audiencia | Adolescentes |
| Temas | Género, mujeres |
| Descripción | ${res\_description#2} |
| Autor | ${res\_author#2} |
| Publicado | ${res\_published#2} |
| Resumen | ${res\_summary#2} |
| Año | ${res\_year#2} |
| País | ${res\_country#2} |
| Idioma | ${res\_language#2} |

Recurso

# R3P. Bitácora para adolescentes: Identidad

para participantes

|  |  |
| --- | --- |
| Tipo | Documento (pdf) |
| Audiencia | Adolescentes |
| Temas | Identidad, no discriminación, jóvenes, mujeres, autoestima |
| Descripción | Ideas principales sobre la sesión de identidad |

Actividad

# A5. Vagones del tren

Notas

esta actividad se realizó para introducir el tema de identidad social

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Conocerse y reconocer la diversidad que representan las personas que conforman el grupo y relacionarla con el ejercicio de los derechos humanos. |
| Propósito | Sensibilizar |
| Temas | Fundamentos, no discriminación, educación en derechos humanos |
| Momento | Apertura |
| Modalidad | Presencial: Aula, presencial: exteriores |
| Técnica | Dinámica de grupo |
| Audiencia | Niños, adolescentes, adultos, adultos mayores  **Participantes**: 10 – 30 |
| Fases | • Vincular con la experiencia: 10 mins• Reflexionar: 10 mins• Integrar conocimientos: 5 mins  **Tiempo total**: 10 mins (modificado del original) |
| Precauciones | • La forma o características que se señalan para que se formen los vagones puede variar según las características del público, el tiempo y las necesidades específicas de cada proceso de enseñanza-aprendizaje. |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## Vincular con la experiencia – 10 mins

**Paso
1**.
**Solicite**
al
grupo
que
se
ponga
de
pie
y
se
acomode
formando
un
solo
círculo,
en
un
espacio
dentro
o
fuera
del
salón.

**Paso
2**.
**Pregunte**
a
las
personas
participantes
¿Cuál
medio
de
transporte
público
les
gusta
más?
Recoja
la
respuesta
de
dos
o
tres
personas.

**Paso
3**.
**Indique**
que
en
esta
ocasión
van
a
imaginar
que
hacen
un
viaje
y
que
el
medio
de
transporte
en
que
lo
realizarán
es
el
tren.

**Paso
4**.
Explique
que
van
a
comenzar
caminando
en
cualquier
dirección 
dentro
del
salón
o
espacio
en
que
se
encuentran
y
que
en
un
momento
determinado
usted
va
a
pedirles
que
se
agrupen
en
vagones,
según
una
característica
que
va
a
señalar
y
que
entonces
deberán
conformar
grupos
según
compartan
con
otras
personas
la
característica
por
usted
señalada.

**Paso
5**.
Pregunte
si
están
claras
las
instrucciones
y
dé
la
señal
para
comenzar.

**Paso
6**.
Espere
a
que
empiecen
a
desplazarse
y
unos
segundos
después
indique:
"van
a
agruparse
por...
(señalando
cada
vez,
alguna
de
las
siguientes
características)":

      •
Vagones
de
personas
cuyos
nombres
o
apellidos
comiencen
con la
misma
letra

      •
Vagones
de
personas
con
los
mismos
gustos
musicales

      •
Vagones
de
personas
que
pertenecen
a
la
misma
etnia

      •
Vagones
de
personas
que
tienen
la
misma
ciudad,
país
o
continente
de
nacimiento

      •
Vagones
de
personas
que
viven
en
la
misma
parroquia
(cantón/municipio
o
ciudad)

      •
Vagones
de
personas
que
en
su
tiempo
libre
se
dedican
a
la
misma
actividad

      •
Vagones
de
personas
con
la
misma
profesión

      •
Vagones
de
personas
que
se
indignan
frente
a
la
misma
situación

      •
Vagones
de
seres
humanos

      •
Vagones
de
personas
dignas,
libres
e
iguales

En
las
últimas
dos
indicaciones
por
lo
general
las
personas
dudan
un
poco
sobre
la
instrucción
que
generalmente
les
lleva
a
conformar
un
sólo
vagón
o
grupo.
Si
eso
sucede
pregunte
durante
la
reflexión:
¿Qué
les
hizo
dudar?

**Paso
7**.
Dé
las
gracias
a
las
personas
por
su
participación
en
la
actividad
y
solicite
que
vuelvan
a
los
lugares
en
que
estaban
sentadas.

## Reflexionar – 10 mins

**Paso
8**.
**Invite**
a
las
personas
participantes
a
reflexionar
sobre
las
siguientes
preguntas:

      1.
¿Disfrutaron
la
actividad?

      2.
¿Qué
pudieron
conocer
de
los/as
demás
participantes?

      3.
¿Encontraron
semejanzas
entre
sí?
¿Y
diferencias?
¿Cuáles?

      4.
¿Les
sorprendió
alguna
coincidencia
o
diferencia?

      5.
¿Qué
relación
creen
que
tiene
esta
actividad
con
el
tema
de
derechos
humanos?

## Integrar conocimientos – 5 mins

**Paso
9**.
**Señale**
que
esta
actividad
permite
el
reconocimiento
de
la
diversidad
en
el
grupo
y,
por
lo
tanto,
en
toda
la
sociedad.
Esta
diversidad
social
y
cultural
se
expresa
en
formas
diferentes
de
ver,
de
pensar
y
habitar
el
mundo,
en
diferentes
lugares
de
origen,
prácticas,
comportamientos,
costumbres
o
situación
en
la
que
se
encuentran.
Esta
diversidad
no
nos
hace
desiguales,
solo
DIFERENTES
y
aún
con
esas
diferencias
todas
y
todos
somos
personas
con
igual
DIGNIDAD
y
con
los
MISMOS
DERECHOS
por
algo
que
compartimos:
el
hecho
de
SER
HUMANOS/AS,
sin
importar
nuestro
sexo,
género
u
orientación
sexual,
nuestra
edad,
situación
cultural,
social,
económica
o,
los
lugares
a
los
que
vamos
o
de
los
que
venimos.

Actividad creada por Defensoría del Pueblo de Ecuador, adaptada de Técnicas para promover la igualdad y la no discriminación, P. Gallardo, A. Portillo, B. Peña, 2013, México: Conapred, p. 27.

Actividad

# A6. Perfil de identidad social

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Reconocer la identidad social como eje de inclusión |
| Propósito | Sensibilizar |
| Temas | Identidad |
| Momento | Desarrollo, cierre |
| Modalidad | Presencial: Aula, presencial: exteriores, A distancia: autotutorado, A distancia: tutorado |
| Técnica | Trabajo personal |
| Audiencia | Adolescentes, adultos, adultos mayores  **Participantes**: 1 – 30 |
| Fases | • Vincular con la experiencia: 20 mins• Reflexionar: 20 mins• Integrar conocimientos: 15 mins  **Tiempo total**: 50 mins (modificado del original) |
| Recursos | • R4. Sentido de pertenencia• R5P. Identidad social• R6. Identidad social PPT |
| Materiales consumibles | • Esferos |
| Equipo | • In focus• Computador |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## Vincular con la experiencia – 20 mins

Recursos: R4, R5P

**Paso
1**.
Muestre
a
las
personas
participantes la
imagen
que
se
encuentra en
el
recurso:
Sentido
de
pertenencia,
y
pregunte:
¿qué
ideas
o
reflexiones
les
generan?
Dé el
espacio
para
que
2
o
3
personas
brinden
su
opinión.

**Paso
2**.
Señale
que
la
imagen
puede
asociarse
a
distintas
cosas
pero
que
para
esta
actividad
se
la
relacionará
con
el
"sentido
de
pertenencia"
y
pregunte
¿qué
es
para
ustedes
pertenecer?
Tome
nota
en
un
papelógrafo o
pizarra
de
lo
que
señalen
3
o
4
participantes.

**Paso
3**.
Señale
que
a
continuación
se
trabajará
sobre
dos
temas
o
aspectos
importantes
en
nuestra
vida:
la
identidad
colectiva
y
la
inclusión.

**Paso
4**.
Entregue
a
cada
persona participante
una
hoja
con
la
impresión
del recurso
*-
Identidad
social* y
solicite
que
llenen
el
cuadro.

Precise
que
en
la
columna
de
la
izquierda
del
cuadro encontrarán
una
lista
de
categorías
sociales
(contextura,
nacionalidad,
color
de
piel,
etc.)
y
que
es
importante
que:

      •
En
la
columna
que
está inmediatamente
al
frente
escriban
la
forma
como
se
definen
para
cada
categoría
siguiendo
el
ejemplo
incluido.

      •
Frente
a
cada
categoría
cada
persona
indicará
además
a)
si
ha
sido
muy
o
poco
consciente
de
dicha
categoría
de
identidad,
b)
si
creen
que
esa
categoría
tiene
mucho
o
poco
impacto
sobre
la
forma
como
les
ven
o
tratan
las
otras
personas;
y
c)
si
esa
misma
categoría
le
genera
principalmente
privilegio
o
desventajas.

## Reflexionar – 20 mins

**Paso
5**.
En
plenaria,
**propicie**
un
espacio
orientando
la
reflexión
con
base
en
las
siguientes
preguntas
generadoras:

      •
¿Cómo
se
sintieron
realizando
el
ejercicio?

      •
¿Qué
descubrieron
al
llenar
el
cuadro?

      •
¿Eran
conscientes
del
papel
que
juegan
las
anteriores
categorías
de
identidad
en
su
vida?

      •
¿Sienten que pueden expresar los elementos de su identidad
con
libertad
y
sentirse
a
gusto
con
ellos?

      •
¿Podrían identificar dos elementos que consideran que más
influyen
en
su
identidad?
¿Cómo
han
influido?

      •
¿Cuáles de las categorías les traen privilegios o ventajas?
¿Cuáles
les
implican
limitaciones
o
dificultades?

      •
¿Cómo creen que estas categorías, entre otras, influyen en
su
auto
percepción
y
en
su
forma
de
interactuar
con
otras
personas?

      •
¿Qué
pasaría
si
se
les
pide que
renuncien a
alguno
de
los
elementos
que
conforman
su
identidad?
Imaginen,
por
ejemplo,
si
alguien
les
dijera
que:

            •
Para aceptarles
en una escuela, deben cambiar
su
religión.

            •
Para
hacer
amistades,
deben esconder
su
origen
étnico.

            •
Para
obtener
un
trabajo
deben cambiar
su
orientación
sexual.

## Integrar conocimientos – 15 mins

Recursos: R6

**Paso
6**.
Puntualice
que:

      •
Los
seres
humanos
tenemos
la
necesidad
de
contar
con
raíces
y
sentirnos
"parte
de":
una
familia,
las
y
los
compañeros
de
curso,
el
grupo
de
amigos,
el
lugar
donde
nacimos,
o
la
religión
con
la
que
nos
identificamos.

Más
allá
del
mero
hecho
de
integrar
un
grupo,
implica
toda
una
identificación
personal,
generación
de
vínculos
afectivos,
la
adopción
de
normas
y
hábitos
compartidos,
y
un
sentimiento
de
solidaridad
para
con
el
resto
de
los
miembros.
De
hecho,
cuanto
mayor
es
la
identificación
que
logramos,
mayor
es
también
la
tendencia
a
adoptar
los
patrones
característicos
del
grupo
(El
Sentido
de
la
Pertenencia,
s.
f.,
p.
2).

      •
Cuando
buscamos
incluirnos
independientemente
del
grupo
o
colectivo
que
muchas
veces
puede
ser
abstracto,
estamos
respondiendo
a
una
necesidad
humana
fundamental:
reconocimiento
e
identidad.

      •
La
satisfacción
de
esta
necesidad
constituye
la
realización
del
derecho
a
ese
reconocimiento
y
a
tener
una
identidad.

      •
De
acuerdo
con
el
art. 276
de
la
Constitución
de
la
República
del
Ecuador
(CRE) el
reconocimiento
de
las
diversas
identidades
y
la
promoción
de
su
representatividad
es
un
objetivo
de
desarrollo.

      •
Además,
la
identidad
es
un
aspecto
fundamental
de
la
igualdad
de
tal
forma
que
la Constitución
en
el
art. 11
señala
que
nadie
puede
ser
discriminado
o
discriminada por
razones
de
su
identidad,
así
también, el
art.
57
establece
que nadie
puede
ser
objeto
de
racismo
ni
ninguna
discriminación
fundada
en
la
identidad
étnica
o
cultural.

      •
El
reconocimiento
de
las
"diferencias
étnicas,
nacionales,
sociales,
generacionales,
de
género,
y
la
orientación
e
identidad
sexual"
(CRE,
art.
83,
numeral
14), hacen
parte
de
las
responsabilidades
de
las
y
los
ecuatorianos.

**Paso
7**.
Apóyese 
en el
recurso
*Identidad
social*.

Actividad creada por Educación en ciudadanía, derechos humanos y buen vivir: Manual de implementación para facilitadores y facilitadoras, por Defensoría del Pueblo de Ecuador, 2016, Quito: DPE.

Recurso

# R4. Sentido de pertenencia

|  |  |
| --- | --- |
| Tipo | Documento (ppt) |
| Audiencia | Adolescentes, adultos |
| Temas | Participación, identidad, liderazgo |
| Descripción | Imagen para reflexionar sobre el sentido de pertencia y la identidad social |

Recurso

# R5P. Identidad social

para participantes

|  |  |
| --- | --- |
| Tipo | Documento (docx) |
| Audiencia | Adolescentes, adultos |
| Temas | Identidad |
| Descripción | Cuadro que permite identificar aspectos que hacen parte de la identidad social: nacionalidad, etnia, sexo, entre otros. |

Recurso

# R6. Identidad social PPT

|  |  |
| --- | --- |
| Tipo | Documento (ppt) |
| Audiencia | Adolescentes, adultos |
| Temas | Identidad |
| Descripción | Presentación Power point para abordar aspectos que se relacionan con la identidad social |

Actividad

# A7. Collage mi adolescencia

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Construir un collage que represente el significado de ser mujeres adolescente. |
| Propósito | Sensibilizar |
| Temas | Derechos humanos, identidad, igualdad, adolescencia, género, mujeres |
| Momento | Desarrollo |
| Modalidad | Presencial: Aula |
| Técnica | Trabajo en grupos, trabajo personal |
| Audiencia | Adolescentes  **Participantes**: 1 – 15 |
| Fases | • Reflexionar: 25 mins• Integrar conocimientos: 15 mins  **Tiempo total**: 1 hora (modificado del original) |
| Materiales consumibles | • Hojas de papel bond, tijeras, goma, revistas y/o periódicos. |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## – 30 mins

**Paso
1**.
Primero,
se
le
pide
al
grupo
numerarse
del
1
al
3
y
conforme
al
número
que
les
tocó,
formar
subgrupos.
Luego,
cuando
cada
subgrupo
está
formado,
se
da
la
siguiente
instrucción:
“Una
facilitadora
va
a
pasar
por
cada
subgrupo
y
les
va
a
entregar
una
hoja
de
papel
bond
a
cada
una.
Adicional,
se
le
va
a
entregar
a
cada
subgrupo
revistas,
periódicos,
tijeras
y
goma,
para
crear
un
collage.
El
collage
que
va
a
elaborar
cada
una,
debe
representar
su
adolescencia,
el
qué
significa
para
ustedes
esta
etapa,
el
cómo
se
diferencia
la
etapa
de
ser
adolescentes
mujeres
de
su
etapa
de
ser
niñas
y
el
cómo
la
viven.
Para
esto,
podrán
representarlo
a
través
de
imágenes
y/o
palabras.
Tendrán
30
minutos
para
realizar
esta
actividad”
Se
pregunta
al
grupo
si
se
entendió
la
actividad
o
si
existen
dudas.
Si
existen
dudas,
se
las
responde
y
si
no,
se
pasa
con
la
actividad
entregando
a
cada
grupo
los
materiales
antes
mencionados.

**Paso
2**.
Se
coloca
en
un
lugar
visible
para
el
grupo
lo
que
se
debe
representar
en
el
collage,
que
fue
mencionado
en
las
instrucciones,
para
que
lo
tengan
presenten
durante
la
actividad.
Asimismo,
transcurrido
15
minutos,
se
informa
al
grupo
el
tiempo
que
ha
pasado
y
el
que
queda,
Luego,
cuando
falten
5
minutos
se
lo
menciona
al
grupo.
En
el
caso
de
ser
necesario,
se
podría
otorgar
otro
5
minutos,
para
que
vayan
finalizando
con
su
collage.

**Paso
3**.
Transcurrido
el
tiempo
mencionado,
se
le
pide
a
las
chicas
el
volverse
a
incorporar
en
un
grupo
grande
y
quien
lo
desee,
puede
iniciar
compartiendo
su
trabajo.

## Reflexionar – 25 mins

**Paso
4**.
Se
realizan
las
siguientes
preguntas,
tomando
en
cuenta
lo
que
vaya
contestando
cada
participante:

      •
¿Qué
significa
ser
adolescente?

      •
¿Cuáles
son
las
exigencias
que
se
les
pide
a
las
adolescentes?

      •
¿Cómo
me
dicen
que
debo
ser
como
adolescente
y
como
yo
quiero
ser?

      •
¿Qué
ha
influenciado
e
influye
en
mi
construcción
de
ser
adolescente?

      •
¿Cómo
vivieron
la
transición
de
mi
yo
niña
a
mi
yo
adolescente?

      •
¿Cómo
vivió
y
respondió
esta
transición
mi
círculo
familiar
y
social?

      •
¿Será
lo
mismo
ser
adolescente
hombre
que
mujer?
¿Por
qué?

      •
¿Qué
cambios
puedo
identificar
en
mi
yo
adolescente?
¿Cómo
me
di
cuenta
de
estos
cambios?

## Integrar conocimientos – 15 mins

**Paso
5**.
Se
recopila
lo
mencionado
por
el
grupo
y
se
realiza
una
reflexión
sobre
cómo
el
ser
adolescente
está
mediado
por
las
exigencias
del
medio
social,
familiar,
cultural
y
cómo,
a
partir
de
estos
factores,
la
experiencia
de
ser
adolescente
va
a
ser
distinta
para
hombres
y
mujeres,
para
adolescentes
madres
y
no
madres,
para
adolescentes
migrantes
y
no
migrantes…

Asimismo,
ellas
mismas
pueden
identificar
y
reconocer
los
cambios
que
genera
esta
transición
entre
la
niñez
y
adolescencia,
y,
con
esto,
el
cambio
con
respecto
a
cómo
nos
vemos
a
nosotros
mismas
y
el
cómo
nos
ven,
el
como
nos
dicen
que
debemos
ser
y
el
cómo
queremos
ser
nosotras,
y
cómo,
a
partir
de
esta
transición,
vamos
identificando
nuevos
retos,
nuevas
exigencias
y
experimentando
nuevas
experiencias.

Actividad creada por Idea Dignidad

Actividad

# A8. Te veo y te cuido

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Generar un espacio de cuidado entre las facilitadoras y las personas que participan en el taller para conectar emocionalmente. |
| Propósito | Sensibilizar |
| Momento | Cierre |
| Modalidad | Presencial: Aula, presencial: exteriores |
| Técnica | Trabajo personal |
| Audiencia | Niños, adolescentes, adultos, adultos mayores  **Participantes**: 1 – 10 |
| Fases | • Vincular con la experiencia: 30 mins  **Tiempo total**: 30 mins |
| Materiales consumibles | • talco de bebé y crema de bebé/manzanilla (estos olores activan al cerebro la idea de dejarse cuidar como a una bebé) |
| Equipo | • parlante, música relajante. |
| Precauciones | • El tiempo dependerá del número de particiapantes. |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## Vincular con la experiencia – 30 mins

**Paso
1**.
Dividir
en
3
grupos
de
3-4
adolescentes,
cada
uno
con
una
facilitadora. 
Reproducir
música
relajante
durante
el
ejercicio.

**Paso
2**.
Indicar
que
vamos
a
revisar
sus
manos
y
brazos
para
encontrar
"marquitas",
cicatrices,
lunares
o
lastimados
que
puedan
tener.

**Paso
3**.
Una
a
una
vamos
revisando
sus
manos
y
brazos
y
cuando
encontemos
marquitas,
cicatrices,
lastimados
o
lunares
los
tapamos
con
n
poco
de
talco.
Mientras
lo
hacemos
podemos
decir
frases
que
permitan
conectar
con
la
persona
"oh,
mira
aquí
tienes
una",
"yo
también
tengo
uno
igual
en
mi
mano",
"oh,
tu
manita
está
lastimada".

Por
lo
general
estas
frases
mueven
a
las
participantes
a
contar
sus
historias
detrás
de
esas
marquitas;
escuchar
de
forma
activa,
contener
y
no
juzgar.

**Paso
4**.
Cuanto
todas
tengan
puntos
de
talco
en
sus
manos
y
brazos,
indicar
que
ahora
les
pondremos
puntos
de
crema.
Poner
en
todos
los
puntos
de
talco
crema.

**Paso
5**.
Para
terminar
"borrar
los
puntos"
con
un
masaje
suave,
si
se
requeire
usar
más
crema.
Es
importante
mientras
se
brinda
el
masaje
de
manos
y
brazos
preguntar
"¿está
bien
así?",
"¿te
sientes
cómoda?".
Masajear
palma
de
las
manos,
entre
los
dedos,
dedo
por
dedo,
la
muñeca,
los
brazos
como
sacando
la
energía
que
en
ellos
reposa.

**Paso
6**.
Preguntar
a
las
participantes
cómo
se
sintieron.
Y
agradecer
por
este
espacio
de
cuidado.

Actividad creada por Mónica Rojas Puente de Idea Dignidad

# *Día 3*

Actividad

# A9. Simona dice

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Romper el hielo y conectar con una actividad/juego de la niñez. |
| Propósito | Sensibilizar |
| Momento | Apertura, desarrollo |
| Modalidad | Presencial: Aula, presencial: exteriores |
| Técnica | Dinámica de grupo |
| Audiencia | Adolescentes, adultos  **Participantes**: 1 – 12 |
| Fases | • Vincular con la experiencia: 5 mins  **Tiempo total**: 5 mins |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## Vincular con la experiencia – 5 mins

**Paso
1**.
Una
de
las
facilitadoras
será
Simona,
pedirá
cumplir
algunas
acciones
a
las
participantes.

Las
participantes 
deberán
cumplir
con
lo
que
Simona
solicita.

Actividad creada por Idea Dignidad

Actividad

# A10. Recordando II, desigualdades por edad y sexo

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Revisar las reflexiones e ideas principales sobre las actividades de la sesión pasada.Introducir al nuevo tema. |
| Propósito | Sensibilizar |
| Momento | Apertura, desarrollo |
| Modalidad | Presencial: Aula |
| Técnica | Debate |
| Audiencia | Adolescentes  **Participantes**: 1 – 12 |
| Fases | • Reflexionar: 10 mins• Vincular con la experiencia: 15 mins• Integrar conocimientos: 5 mins  **Tiempo total**: 30 mins |
| Materiales consumibles | • marcadores, papelotes, pizarra. |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## Reflexionar – 10 mins

**Paso
1**.
Preguntar
¿qué
recuerdan
de
la
sesión
pasada?

Complementar
con
las
ideas/reflexiones
realizadas
la
sesión
anterior
entorno
al
tema
de
la
adolescencia:

¿qué
significa
ser
adolescente
mujer?

¿cómo
me
di
cuenta
que
soy
una
adolescente?

¿qué
implica
ser
madre
adolescente?

## Vincular con la experiencia – 15 mins

**Paso
2**.
1.
Tomar
en
cuenta 
las
reflexiones
dadas.

2.
Dibujar
en
la
pizarra
o
en
un
papelote
dos
barras
una
más
alta
que
otra
y
preguntar:

Cuando
somos
adolescentes,
¿qué
piensan
las
personas
adultas
de
nosotras?
,
¿se
valoran
sus
experiencias,
ideas,
opiniones?

¿qué
opiniones
son
las
valoradas
las
de
las
personas
adultas
o
de
las
adolescentes?,
¿por
què
creen
que
esto
sucede?

De
acuerdo
a
lo
que
han
comentado
en
qué
barra
ubicarían
a
las
persona
adultas
y
en
cuál
a
las
adolescentes?

3.
Generar
preguntas
que
lleven
a
una
reflexión
similar
en
cuanto
al
sistema
de
opresión
sexo/género,
etnia
y
clase.

¿Sobre
quienes
recae
el
cuidado
de
lxs
hijxs?,
¿quienes
están
delegadas
al
trabajo
del
hogar,
aunque
trabajen
fuera
de
él
de
foma
remunerada?
,
¿a
quienes
valora
más
la
sociedad:
a
las
madres
o
a
los
padres?,
¿son
las
mismas
exigencias
para
las
madres
que
para
los
padres?
,
¿en
qué
barra
ubicará
la
sociedad
a
la
madre
y
en
cuál
al
padre?

4.
Ir
ubicando
en
las
diferentes
barras
a
los
diferentes
personajes. 

## Integrar conocimientos – 5 mins

**Paso
3**.
Indicar
a
las
adolescentes
que
esta
clasificación
que
acaban
de
hacer
es
real
y
palpable
en
las
**desigualdades
sociales.**

-
Los
grupos
de
la
barra
más
pequeña
son
considerados
los
subordinados
quienes
tienen
menos
acceso
a
derechos
humanos
o
incluso
sus
derechos
son
vulnerados.

-
Esta
ha
sido
una
estrucrtura
histórica
y
social
que
se
ha
mantenido
aún
a
lo
largo
del
tiempo
pese
a
todas
las
luchas
sociales
de
los
grupso
oprimidos,
por
ejemplo
las
mujeres
hemos
podido
acceder
a
diferentes
derechos
sin
embargo
la
violecia
contra
las
mujeres
sigue
vigente
aún.

-
Las
niñas,
niños
y
adolescentes
tienen
derechos.
Sus
experiencias,
opiniones,
reflexiojes
son
válidas.
Sin
embargo,
la
mirada
que
pone
a
NNA
debajo
de
las
personas
adultas
con
prejuicios
como
"no
ha
vivido
lo
suficiente",
"yo
sé
más
porque
tengo
más
experiencia",
"debe
obedercerme
porque
soy
su
padre/madre/profesora,
etc."
son
ideas
a**dultocentristas.**

Indicar
que
en
esta
sesión
vamos
a
reflexionar
sobre
el
ser
adolescente
(edad
-
adultocentrismo)

y
ser
mujer
madre
(sexo/gènero-
patriarcado).

Actividad creada por Mónica Rojas Puente de Idea Dignidad

Actividad

# A11. Juegos de roles buena y mala adolescente y madre

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Representar en un juego de rol lo que socialmente se espera de una buena y mala madre y adolescente. |
| Propósito | Sensibilizar |
| Temas | Igualdad, adolescencia, género, mujeres |
| Momento | Desarrollo |
| Modalidad | Presencial: Aula |
| Técnica | Dinámica de grupo, juego de roles |
| Audiencia | Adolescentes  **Participantes**: 6 – 12 |
| Fases | • Vincular con la experiencia: 45 mins• Reflexionar: 25 mins• Integrar conocimientos: 10 mins  **Tiempo total**: 1 hora 20 mins |
| Materiales consumibles | • Disfraces |
| Precauciones | • Respetar la no participación de alguna de las integrantes del grupo, pero fomentar la participación de todas. |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## Vincular con la experiencia – 45 mins

**Paso
1**.
Primero,
se
divide
al
grupo
en
dos
y
se
da
la
siguiente
instrucción:
“Vamos
a
dividirnos
en
dos
grupos.
Un
grupo
deberá
representar
el
cómo
debería
ser
una
buena
adolescente
y
una
mala
adolescente,
mientras
que
el
otro
grupo,
deberá
representar
cómo
debería
ser
una
buena
madre
y
una
mala
madre.
Para
esto,
podrán
inventarse
alguna
situación,
en
donde
estén
representados
estos
dos
personajes.
Es
decir,
en
el
grupo
de
las
madres,
podrán
crear
una
situación
en
la
que
una
o
unas
hagan
el
personaje
de
una
“madre
perfecta”,
con
base
a
lo
que
nos
han
dicho
y
hemos
escuchado
de
cómo
deber
ser
y
comportarse
una
buena
madre
y
asimismo,
otra
u
otras
de
ustedes,
deberán
representar
a
la
“mala
mamá”,
la
“imperfecta”,
con
base
a
lo
que
hemos
escuchado
o
nos
han
dicho
como
son
las
madres
así.
Lo
mismo
hará
el
otro
grupo,
pero
con
los
personajes
de
adolescente
buena
y
adolescente
mala.”

**Paso
2**.
Dada
la
consigna,
se
pregunta
al
grupo
si
tienen
dudas
o
preguntas.
Si
las
hay,
se
las
contesta,
sino,
se
continua:
“Para
poder
organizarse,
tendrán
20
minutos.
Durante
estos
20
minutos
deberán
crear
como
van
a
hacer
esta
representación,
pueden
hacerlo
como
ustedes
quieran,
lo
importante
es
que
se
ejemplifica
super
claro
estos
dos
roles
en
cada
grupo.
Cuando
terminen,
van
a
presentar
la
situación
enfrente
de
todas,
ocupando
el
espacio
y
los
recursos
que
necesiten,
como
las
mesas,
sillas,
música,
disfraces…”

**Paso
3**.
Si
el
grupo
no
tiene
dudas
o
preguntas,
se
les
da
20
minutos
para
planificar
y
organizarse.
Transcurrido
10
minutos,
se
les
avisa
que
quedan
10
minutos
para
culminar.
Cuando
faltan
5
minutos,
se
les
menciona
que
tienen
5
minutos.
Si
es
necesario,
se
puede
dar
5
o
10
minutos
adicionales.

**Paso
4**.
Finalizado
el
tiempo,
se
les
pregunta:
“¿Cómo
les
fue?;
¿fue
fácil
o
difícil?;
¿cuál
grupo
quiere
empezar?”
En
el
caso
de
que
ningún
grupo
quiera
iniciar,
se
hace
la
elección
al
azar.
Se
da
a
cada
grupo
10
minutos
para
que
haga
su
representación,
en
el
caso
que
se
requiera,
se
podría
dar
15
minutos.

## Reflexionar – 25 mins

**Paso
5**.
Después
de
la
presentación
de
los
grupos,
se
les
pide
retomar
el
espacio
y
formar
un
grupo
entre
todas,
para
reflexionar
sobre
las
siguientes
preguntas:

      •
¿Quiénes
representaron
a
las
adolescentes
y
madres
buenas?
¿Cómo
las
identificaron?

      •
¿Quién
o
cómo
se
construyeron
estos
roles?

      •
¿Cómo
es
ese
deber
ser
buena
o
mala
madre
o
adolescente?

      •
¿Quién
nos
ha
dicho
o
quienes
nos
dicen
cómo
debe
ser
una
madre
y
adolescente
perfecta?

      •
¿Qué
personajes
fue
más
fácil
de
crear
y
representar?,
¿cuál
fue
el
más
difícil?,
¿por
qué?

      •
¿Con
cuál
personaje
se
sintieron
más
identificadas?

      •
¿Qué
tanto
tuvieron
que
renunciar
a
ustedes
mismas
para
representar
estos
personajes?

      •
En
la
vida
real
¿qué
nos
implica
el
representar
estos
personajes?
¿Qué
nos
está
costando
o
nos
podría
costar?
¿Qué
tan
reales
son?

## Integrar conocimientos – 10 mins

**Paso
6**.
Considerando
lo
mencionado
por
el
grupo,
se
realiza
la
reflexión
sobre
cómo
los
roles
que
se
nos
asignan,
nos
pueden
etiquetas
como
malas
o
buenas,
bajo
una
dualidad
que
nos
limita
y,
para
cumplir
con
el
rol
irreal
de
madre
perfecta,
adolescente
perfecta,
debo
sacrificar
y
renunciar
a
cierta
parte
de
mí.

Con
lo
cual,
quien
nos
dice
el
cómo
deberíamos
ser
es
la
sociedad
adultocentrica,
que
quiere
ubicar
a
las
y
los
adolescentes
bajo
un
rol
sumiso,
donde
su
opinión
y
experiencia
no
es
tan
valiosa
en
comparación
a
la
experiencia
y
opinión
adulta.
Adicional,
bajo
esta
concepción
adultocentrica,
se
impone
una
visión
de
que
la
única
adolescente
buena,
es
la
que
respeta
a
los
adultos,
independientemente
de
lo
lógico
que
esto
sea,
es
la
que
obedece,
la
que
calla,
y
en
el
caso,
de
que
llegase
a
no
cumplir
este
rol,
es
una
rebelde,
una
adolescente
mala, 
malcriada,
la
que
está
en
la
edad
del
burro
y
no
sabe
ni
lo
que
dice,
ni
lo
que
hace…
minimizando
y
desvalorizando
quien
soy
yo
y
como
me
siento.
Asimismo
dentro
de
estas
exigencias,
suponen
que
adoptemos
nuevas
responsabilidades,
conductas,
pensamientos,
emociones,
reacciones…
de
forma
inmediata
al
llegar
a
la
adolescencia,
sin
comprender
que
es
una
transición
y
que,
como
todo
ser
humano,
necesitamos
el
factor
de
aprendizaje
y
necesitamos
el
apoyo,
acompañamiento
y
guía
durante
este
aprendizaje.

Asimismo,
las
categorías
de
buena
o
mala
madre
fueron
creadas
y
son
mantenidas
por
una
sociedad
patriarcal,
quien
inventa
el
instinto
materno
y
coloca
a
la
mujer
como
la
“mejor”
para
ejercer
el
cuidado,
resaponbilizandole
de
la
crianza,
desligando
a
los
hombres
ya
que
serían
los
“menos
idóneos”
en
comparación
a
nosotras
las
mujeres.

Con
lo
cual,
¿para
quién
es
funcional
y
a
quién
benefician
estas
categorías
de
buena
o
mala
adolescente
y
madre?
A
los
hombres
y
adultos.

Actividad creada por Idea Dignidad

Actividad

# A12. Una carta para mi yo niña

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Escribir una carta que permita reconocer la capacidad de cada integrante para construir una narrativa propia de bienestar |
| Propósito | Sensibilizar |
| Temas | Igualdad, adolescencia, género, mujeres |
| Momento | Desarrollo |
| Modalidad | Presencial: Aula |
| Técnica | Trabajo personal |
| Audiencia | Adolescentes  **Participantes**: 1 – 15 |
| Fases | • Vincular con la experiencia: 25 mins• Reflexionar: 20 mins• Integrar conocimientos: 15 mins  **Tiempo total**: 1 hora |
| Materiales consumibles | • Hoja de papel bond, esferos, pinturas, marcadores. |
| Precauciones | • Podría movilizar emociones y de ser necesario, realizar una contención emocional. |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## Vincular con la experiencia – 25 mins

**Paso
1**.
Se
da
la
siguiente
indicación:
“En
esta
actividad,
vamos
a
escribir
una
carta.
Esta
carta
estará
dirigida
a
mi
yo
de
niña
¿Qué
le
quisiera
decir?,
¿le
escribirán
a
su
yo
de
niña
de
4
años,
6
años,
10
años
o
a
quién
o
quiénes?
Esta
carta
es
personal,
no
la
van
a
leer
a
nadie
más,
será
solo
para
ustedes.
En
esta
carta
le
contarán
a
su
yo
de
niña
lo
que
han
pasado
hasta
ahora,
los
cambios
que
han
tenido
que
pasar,
las
exigencias
que
se
les
han
pedido,
con
cuáles
de
esas
exigencias
se
quedaron
y
a
cuales
renuncian
y
renunciaron.
Le
van
a
contar
quien
soy,
quien
quiero
seguir
siendo,
quien
quiero
ser
y
cómo
quiero
vivir.

**Paso
2**.
Se
pregunta
si
hay
dudas
con
respecto
a
esta
actividad,
si
no
las
hay,
se
les
comenta:
“Para
esta
actividad,
les
vamos
a
pasar
una
hoja,
un
esfero
y
tendrán
a
su
disposición
material
para
decorar
sus
cartas.
Tendrán
25
minutos
para
realizar
esta
carta.
Pueden
ocupar
el
espacio
donde
se
sienten
más
cómodas."

**Paso
3**.
Se
prosigue
entregando
los
materiales
a
cada
participante.
Mientras
vaya
transcurriendo
el
tiempo,
se
les
va
indicando
cuánto
tiempo
les
queda
para
ir
finalizando.

## Reflexionar – 20 mins

**Paso
4**.
Al
terminar
con
el
tiempo
establecido,
se
les
pide
regresar
a
formar
un
grupo
entre
todas
y
se
les
pregunta:

      •
¿Cómo
se
sienten?

      •
¿Qué
emoción
les
movió
escribir
esta
carta?

      •
¿Cómo
se
sintieron
mientras
escribían
esta
carta?

      •
¿Con
qué
decidí
quedarme
y
qué
dejó?

      •
¿Quién
y
cómo
quiero
ser?

      •
Desde
hoy
¿Cómo
quiero
vivir
mi
adolescencia
y/o
mi
maternidad?

## Integrar conocimientos – 15 mins

**Paso
5**.
Tomando
en
cuenta
lo
compartido
por
el
grupo,
se
realiza
la
reflexión
sobre
las
respuestas
de
las
participantes,
mencionando
que,
la
sociedad
en
la
que
vivimos
nos
exige
ser
de
cierta
forma,
estableciendo
roles
sobre
cómo
debe
ser
una
mujer,
una
adolescente,
una
hija,
una
madre;
mas,
nosotras
tenemos
la
capacidad
para
construir
nuestra
propia
narrativa
sobre
cómo
y
quiénes
queremos
ser,
considerando
el
costo
que
pagamos
por
cumplir
estas
exigencias
o
por
no
cumplirlas.

Actividad creada por Idea Dignidad

# *Día 4*

Actividad

# A13. Recordando III, adultocentrismo y patriarcado

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Conceptualizar las desigualdades por edad y por ser mujer para integrar conocimientos de la anterior sesión. |
| Propósito | Sensibilizar |
| Temas | Género, exigibilidad, empoderamiento |
| Momento | Apertura |
| Modalidad | Presencial: Aula, presencial: exteriores |
| Técnica | Charla |
| Audiencia | Adolescentes  **Participantes**: 1 – 10 |
| Fases | • Reflexionar: 5 mins• Integrar conocimientos: 25 mins  **Tiempo total**: 30 mins |
| Recursos | • R7P. bitácora: adultocentrismo y patriarcado |
| Materiales consumibles | • láminas impresas sobre el tema una por cada adolescente, papelotes de la sesión pasada, marcadores. |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## Reflexionar – 5 mins

**Paso
1**.
Preguntar
¿Qué
recuerdan
de
la
sesión
pasada?

Presentar
sus
reflexiones
realizadas
en
la
sesión
pasada.

## Integrar conocimientos – 25 mins

Recursos: R7P

**Paso
2**.
Entregar
a
cada
adolescente
las
láminas
sobre
ADULTOCENTRISMO
Y
PATRIARCADO
para
que
las
guarden
en
su
bitácora.

Revisar
la
información
de
las
láminas
junto
con
las
adolescentes
generando
preguntas
o
solicitando/proponiendo
ejemplos
que
permitan
reflexionar
e
integrar
conocimientos
sobre
el
tema
.

Actividad creada por Mónica Rojas Puente de Idea Dignidad

Recurso

# R7P. bitácora: adultocentrismo y patriarcado

para participantes

|  |  |
| --- | --- |
| Tipo | Documento (pdf) |
| Audiencia | Adolescentes |
| Temas | Identidad, libertad, dignidad, no discriminación, niñez, adolescencia, creencias, empoderamiento |
| Descripción | Documentos para la bitácora de las adolescentes. |

Actividad

# A14. ¿Sexualidad?

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Revisar los conceptos/creencias que las participantes del taller tienen entorno a la sexualidad para reflexionar sobre ellas. |
| Propósito | Sensibilizar |
| Temas | Derechos humanos, sexuales y reproductivos, igualdad, adolescencia, género, mujeres |
| Momento | Apertura |
| Modalidad | Presencial: Aula |
| Técnica | Debate, lluvia de ideas, sesión plenaria |
| Audiencia | Adolescentes  **Participantes**: 1 – 11 |
| Fases | • Vincular con la experiencia: 15 mins• Reflexionar: 25 mins• Integrar conocimientos: 10 mins  **Tiempo total**: 50 mins |
| Materiales consumibles | • papelotes, marcadores, làpices de colores, tizas, crayones, lápices, témperas. Hojas de papel bond. |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## Vincular con la experiencia – 15 mins

**Paso
1**.
Entregar
a
cada
participante
una
hoja
blanca
de
papel
y
disponer
en
el
espacio
varios
materiales
para
dibujar
o
representar
(tizas,
crayones,
lápices
de
colores,
marcadores)
LA
SEXUALIDAD.

Realizar
las
siguientes
preguntas,
como
una
guía,
que
deberán
estar
visibles
durante
la
actividad
(papelote,
pizarra,
proyectadas):

-¿Qué
es
para
mí
la
sexualidad?

-¿Con
qué
frecuencia
reflexiono
acerca
de
tu
sexualidad?

-¿Qué
mensajes
recibí
acerca
de
sexualidad?

-¿En
qué
momentos
de
mi
vida
me
hablaron
de
sexualidad?
¿Quién
lo
hizo?

-¿Hablo
de
mi
sexualidad?
¿Con
quién?

-¿Qué
tan
libre
siento
mi
sexualidad?

-¿Cómo
se
concibe
la
sexualidad
en
la
sociedad
ecuatoriana?

-¿Qué
tan
frecuente
es
que
se
hable
en
mi
familia
de
sexualidad?

## Reflexionar – 25 mins

**Paso
2**.
En
plenaria
motivar
a
las
participantes
a
compartir
sus
creaciones,
se
puede
usar
las
preguntas
anteriores.

Tomar
nota
de
las
ideas
y
reflexiones
que
surjan
en
plenaria.

¿por
qué
creen
que
nos
cuesta 
hablar
tanto
de
sexualidad?

¿por
qué
a
nuestras
familias
les
cuesta
hablar
sobre
sexualidad?

¿de
dónde
vienen
todas
estas
ideas/
creencias?

¿qué
mismo
es
la
sexualidad?

## Integrar conocimientos – 10 mins

**Paso
3**.
Ideas
claves:

Las
ideas,
creencias
o
conceptos
alrededor
de
la
sexualidad
varían
de
acuerdo
a
la
época,
a
la
historia,
a
los
países,
regiones.

Lo
cierto
es
que
todas
las
personas
tenemos
sexualidad
pues,
es
una
parte
central
del
ser
humano
que
nos
acompaña
desde
que
estamos
en
el
útero
hasta
nuestra
muerte.

La
sexualidad
no
tiene
que
ver
solamente
con
los
genitales,
con
cómo
ser
hombre
o
mujer,
o
la
relaciones
sexuales.
La
sexualidad
es
un
concepto
mucho
más
amplio
que
lo
vamos
a
ir
construyendo
en
estas
2
sesiones.

La
sexualidad
está
relacionada
con
nuestro
cuerpo,
con
nuestro
placer,
nuestros
gustos,
deseos,
planes,
la
identidad,
la
intimidad,
las
relaciones,
nuestras
creencias
y
con
todo
aquello
que
nos
hace
ser
seres
humanos.

Hay
muchas
formas
de
expresar
nuestra
sexualidad
por
ejemplo:
en
este
dibujo
que
hicimos,
o
en
la
forma
en
que
me
visto
o
cuando
elijo
mi
sabor
de
helado
preferido
y
lo
disfruto
muchísimo.

Actividad creada por Mónica Rojas Puente de Idea Dignidad

Actividad

# A15. Mitos y verdades sobre la sexualidad

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Identificar los mitos y verdades que existen en la sociedad sobre la sexualidad. |
| Propósito | Sensibilizar |
| Temas | Derechos humanos, sexuales y reproductivos |
| Momento | Desarrollo |
| Modalidad | Presencial: Aula, A distancia: tutorado |
| Técnica | Dinámica de grupo |
| Audiencia | Adolescentes  **Participantes**: 6 – 8 |
| Fases | • Vincular con la experiencia: 15 mins• Reflexionar: 10 mins• Integrar conocimientos: 5 mins  **Tiempo total**: 30 mins |
| Materiales consumibles | • Globos, carteleras, frases con mitos y verdades, papelotes y marcadores. |
| Equipo | • . |
| Precauciones | • . |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## Vincular con la experiencia – 15 mins

**Paso
1**.
En
10
globos
colocar
5
mitos
y
5
verdades
que
existen
en
la
sociedad
en
torno
a
la
sexualidad

**Paso
2**.
Colocar
en
la
pizarra
o
paredn
2
carteleras:
una
para
mitos
y
otra
para
verdades

**Paso
3**.
Se
pide
a
las
adolescentes
que
formen
2
grupos.  
Consultamos
si
conocen
lo
qué
es
un
mito,
después
de
escuchar
sus
respuestas,
validamos
y
continamos
explicando.

Cada
grupo
debe
escoger
a
una
participante
que
corra
a
tomar
un
globo,
el
cual
debe
ser
reventado
sentándose
en
una
silla
sobre
el.
Debe
tomar
el
papel
que
salga
del
globo
y
en
grupo
deben
identificar
si
se
trata
de
un
mito
o
una
verdad.
Una
vez
que
lo
identifiquen
lo
deben
colocar
en
la
cartelera
respectiva.
Deben
repetir
lo
mismo
con
cada
globo
(5
por
grupo)

**Paso
4**.
Una
vez
finalizado,
se
analizará
entre
todas
si
cada
mito
y
verdad
fue
colocada
en
la
cartelera
correcta.

## Reflexionar – 10 mins

**Paso
5**.
PREGUNTAMOS:

¿Qué
tan
dificil
o
fácil
se
les
hizo
identificar
si
era
un
mito
o
verdad?

¿De
dónde
creen
que
surge
esos
mitos?

¿De
quién
los
han
escuchado?

¿Por
qué
creen
que
existen
tantos
mitos
sobre
la
sexualidad?

¿Cómo
creen
qué
podemos
combatir
esos
mitos?

Finalmente,
se
entrega
a
cada
grupo
un
papelote
para
que
en
grupo
identifiquen
otros
mitos
que
han
escuchado.
Cuando
terminen
deberán
socializar
con
todas.

## Integrar conocimientos – 5 mins

**Paso
6**.
Un
mito
es
una
narración
que
altera
una
realidad.

Los
mitos
sobre
la
sexualidad
al
ser
creencias
que
se
han
transmitido
de
generación
en
generación
han
llegado
a
nosotras,
creándonos
confusión
o
más
dudas.

Los
mitos
sobre
la
sexualidad
surgen
desde
el
desconocimiento,
por
la
existencia
de
creencias
religiosas,
verguenza
social,
etc.,
que
se
traduce
en
la
circulación
de
información
incorrecta
que
nos
puede
llevar
a
experimentarla
de
una
forma
errónea.

Es
importante
identificar
estos
mitos
para
poder
descartar
esa
información
errónea
y
para
esto
es
necesario
tener
educación
sexual,
donde
la
claridad 
la
transparencia
nos
permitirán
vivir
nuestra
sexualidad
de
una
forma
sana
y
segura.

Es
uno
de
los
derechos
sexuales
y
reproductivos
recibir
información
científica
y
veraz
sobre
la
sexualidad.

Actividad creada por Idea Dignidad

Actividad

# A16. Placer y chocolate

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Resignificar el placer |
| Propósito | Formar |
| Temas | Derechos humanos, sexuales y reproductivos, género, mujeres |
| Momento | Desarrollo |
| Modalidad | Presencial: Aula, A distancia: tutorado |
| Técnica | Trabajo personal |
| Audiencia | Adolescentes  **Participantes**: 1 – 15 |
| Fases | • Vincular con la experiencia: 15 mins• Reflexionar: 10 mins• Integrar conocimientos: 10 mins  **Tiempo total**: 35 mins |
| Materiales consumibles | • Chocolate |
| Precauciones | • Alergías |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## Vincular con la experiencia – 15 mins

**Paso
1**.
Se
le
entrega
a
carda
participante
un
chocolate
pequeño
y
se
dan
las
siguientes
instrucciones
cuando
todas
las
participantes
tengan
el
material:

“Primero,
van
a
sentarse
y
buscar
una
posición
en
la
que
se
sientan
cómodas.
Las
personas
que
deseen,
puede
realizar
esta
actividad
con
los
ojos
cerrados.
Vamos
a
tratar
de
concentrarnos
lo
que
más
podamos
en
el
chocolate
que
vamos
a
comer;
para
esto,
van
a
seguir
mi
voz.
Van
a
desenvolver
el
chocolate
y
mientras
lo
hacen
van
a
centrar
su
atención
en
cómo
se
sienten
antes
de
comer
el
chocolate. 
Cuando
lo
haya
desenvuelto,
van
a
centrarse
en
el
olor
del
chocolate
¿a
qué
huele?,
¿qué
les
gusta
de
ese
olor?,
¿Cómo
se
sienten?
No
es
necesario
que
respondas
estas
preguntas
en
voz
alto
lo
van
a
ir
respondiendo
para
ustedes
mismas.”

Luego
de
explorar
el
chocolate
con
el
tacto,
olfato
y
vista,
se
menciona:

“Ahora,
pueden
acerca
el
chocolate
a
su
boca.
Mientras
lo
hacen,
van
a
explorar,
a
su
tiempo,
¿cómo
se
siente
el
sabor
del
chocolate?,
¿qué
les
gusta
de
ese
sabor?,
¿lo
disfrutan?,
¿qué
sensación
les
genera?,
¿la
sensación
es
placentera
o
displacentera?”

Para
realizar
esta
autoexploración
se
determina
el
tiempo
de
10
minutos
y
se
les
menciona
que
este
tiempo
pueden
aprovecharlo
para
autoexplorar
el
cómo
se
sentían
antes,
durante
y
después
de
comer
el
chocolate,
para
después
poder
compartirlo,
si
lo
desean,
con
el
resto
del
grupo.

Al
pasar
el
tiempo
mencionado,
se
les
pide
ir
regresando
y
abriendo
los
ojos.

## Reflexionar – 10 mins

**Paso
2**.
Luego,
cuando
todas
las
personas
ya
hayan
terminado
su
autoexploración,
se
explora
las
experiencias
de
cada
participante,
realizando
las
siguientes
preguntas:

¿Cómo
se
sienten?

¿La
sensación
fue
placentera
o
displacentera?

¿Hay
algo
más
que
les
genere
esta
sensación?
¿Qué?

¿Qué
es
el
placer
para
ustedes?

## Integrar conocimientos – 10 mins

**Paso
3**.
Conforme
las
respuestas
del
grupo,
se
menciona
que
el
placer
y
disfrute
es
parte
de
nuestro
día
a
día,
lo
cual
lo
podemos
sentir
no
solo
durante
las
prácticas
sexuales,
sino,
el
placer
implica
toda
sensación
que
puede
generarnos
bienestar,
ya
sea
la
comida,
tomar
un
ducha,
la
música…”

Actividad creada por Idea Dignidad

# *Día 5*

Actividad

# A17. Retomando ideas sobre sexualidad

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Reflexionar sobre las ideas revisadas la sesión pasada. |
| Propósito | Sensibilizar |
| Temas | Derechos humanos, sexuales y reproductivos |
| Momento | Apertura |
| Modalidad | Presencial: Aula, presencial: exteriores |
| Técnica | Charla |
| Audiencia | Adolescentes  **Participantes**: 1 – 12 |
| Fases | • Integrar conocimientos: 15 mins  **Tiempo total**: 15 mins |
| Materiales consumibles | • papelote |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## Integrar conocimientos – 15 mins

**Paso
1**.
Preguntar
¿Qué
recuerdan
de
la
sesión
pasada?

Presentar
sus
reflexiones
realizadas
en
la
sesión
pasada
usando
el
papelote
donde
tomamos
nota
sobre
las
ideas
de
sexualidad.

**Paso
2**.
Construir
conjuntamente
con
las
adolescentes
el
concepto
de
sexualidad
desde
una
mirada
integral.
Usar
las
ideas
claves:

-
La
sexualidad
es
una
parte
de
nuestro
ser.

-
La
sexualidad
no
hace
referencia
únicamente
a
las
relaciones
sexuales.

-
Podemos
expresar
de
diversas
formas
nuestra
sexualidad.

-
El
placer
lo
podemos
sentir
en
todo
nuestro
cuerpo
y
en
diferentes
actividades
como
comer
chocolate.

Actividad creada por Mónica Rojas Puente de Idea Dignidad

Actividad

# A18. Representando el placer en mi cuerpo

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Identificar en el cuerpo las áreas de placer, para poder reflexionar sobre el poder y lo erótico. |
| Propósito | Formar |
| Temas | Derechos humanos, sexuales y reproductivos, igualdad, adolescencia |
| Momento | Desarrollo |
| Modalidad | Presencial: Aula |
| Técnica | Lectura, trabajo en grupos, trabajo personal |
| Audiencia | Adolescentes  **Participantes**: 3 – 12 |
| Fases | • Vincular con la experiencia: 25 mins• Reflexionar: 20 mins• Integrar conocimientos: 15 mins  **Tiempo total**: 1 hora |
| Materiales consumibles | • Plastilina y hojas impresas con las lecturas del libro "Lo erótico como poder y otros ensayos" |
| Precauciones | • Observar el lenguaje no verbal y adaptar lenguaje de las lecturas según la población |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## Vincular con la experiencia – 25 mins

**Paso
1**.
Se
divide
al
grupo
en
subgrupos.

A
cada
grupo
se
le
da
plastilina
y
se
da
la
siguiente
instrucción:
“Cada
grupo
va
a
tener
plastilina
para
compartir.
Primero,
vamos
a
responder
a
la
pregunta:
¿en
qué
parte
de
mi
cuerpo
siento
más
placer?
Cuando
lo
hayan
identificado,
la
van
a
representar
con
la
plastilina”

**Paso
2**.
Después
de
esta
instrucción,
se
pregunta
al
grupo
si
tiene
dudas
sobre
la
actividad.
Si
no
hay
dudas,
se
pasa
a
realizar
la
representación
con
la
plastilina.

**Paso
3**.
Cuando
las
participantes
del
grupo
hayan
terminado
de
realizar
la
representación
en
plastilina,
se
les
pregunto
si
se
les
hizo
fácil
o
difícil
identificar
esta
parte
del
cuerpo,
cuál
fue
la
dificultad,
qué
parte
del
cuerpo
identificaron,
cuales
otras
partes
del
cuerpo
logran
identificar.

**Paso
4**.
Luego,
a
cada
grupo
se
le
da
una
de
las
siguientes
citas
impresas,
del
texto
“Lo
erótico
como
poder
y
otros
ensayos”
de
Audre
Lorde:

“Lo
superficialmente
erótico
ha
sido
difundido
como
signo
de
inferioridad
femenina;
por
otro,
a
las
mujeres
se
les
ha
hecho
sufrir
y
sentirse
despreciables
y
sospechosas
en
virtud
de
la
experiencia
de
lo
erótico.”

“De
la
misma
manera
en
que
mi
cuerpo
se
abre
a
la
música,
respondiendo
a
ella,
y
escucha
con
atención
sus
más
profundos
ritmos,
así
también
todo
lo
que
siento
puede
abrirse
a
una
experiencia
eróticamente
plena,
sea
ésta
bailar,
construir
un
estante,
escribir
un
poema,
examinar
una
idea.
Esta
autoconexión
es
una
medida
del
goce
de
saberme
capaz
de
sentir,
un
recordatorio
de
mi
capacidad
de
sentir.
Y
ese
profundo
e
irreemplazable
conocimiento
de
mi
capacidad
de
goce
exige
que
viva
toda
mi
vida
en
el
conocimiento
de
que
tal
satisfacción
es
posible
y
no
necesita
llamarse
matrimonio
ni
dios
ni
vida
eterna.”

“Lo
erótico
es
un
recurso
dentro
de
cada
una
de
nosotras
que
descansa
en
un
nivel
profundamente
femenino
y
espiritual,
firmemente
enraizado
en
el
poder
de
sentimientos
no
expresados
o
no
reconocidos.
Para
perpetuarse,
toda
opresión
debe
corromper
o
distorsionar
las
fuentes
de
poder,
en
el
interior
de
la
cultura
del
oprimido,
que
puedan
proporcionar
energía
para
el
cambio.
Para
nosotras,
esto
ha
significado
una
supresión
de
lo
erótico
como
fuente
de
poder
y
conocimiento
en
el
interior
de
nuestras
vidas.”

## Reflexionar – 20 mins

**Paso
5**.
Después
de
que
se
realizará
la
lectura,
se
realizan
las
siguientes
preguntas:

¿Qué
sintieron
al
hacer
esta
actividad?

¿Qué
piensan
de
cada
lectura?

¿Cómo
creen
que
relaciona
la
lectura
con
identificar
la
parte
de
su
cuerpo
que
les
genera
placer?

¿Qué
hace
que
sea
diferente?

¿Cómo
se
representan
estas
diferencias
en
nuestras
vidas?

¿Para
qué
es
importante
el
identificar
estas
áreas
en
nuestros
cuerpos?

¿Qué
relación
tiene
el
poder
con
respecto
a
la
identificación
de
estas
áreas?

¿Es
igual
el
reconocer
lo
erótico,
el
placer
y
deseo
para
hombres
y
para
mujeres?

## Integrar conocimientos – 15 mins

**Paso
6**.
La
reflexión
de
esta
actividad
se
centra
en
identificar
el
placer
en
nuestro
cuerpo
y
las
emociones
que
pueden
surgir
en
torno
a
este
reconocimiento,
como
vergüenza.
Asimismo,
como
parte
de
esta
identificación,
se
aborda
los
mecanismo
sociales
que
han
generado
represión
en
el
placer
femenino,
como
parte
de
una
sociedad
patriarcal.
Es
decir,
la
vergüenza
sobre
reconocer
lo
que
quiero
y
no
quiero,
mis
gustos,
lo
que
me
genera
placer,
satisfacción,
identificarme
como
un
yo
erótico,
es
parte
del
control
que
se
ha
generad
sobre
los
cuerpos
femeninos,
para
mantener
el
control
sobre
los
mismos
y
reducirlos
a
objetos
de
placer,
para
el
consumo
de
otro.

Actividad creada por Idea Dignidad

Actividad

# A19. Diversidad en la sexualidad

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Reflexionar sobre las diversidades sexo genéricas como un derecho humano. Planter la sexualidad integral como un derecho humano. |
| Propósito | Sensibilizar |
| Temas | Derechos humanos, sexuales y reproductivos |
| Momento | Desarrollo |
| Modalidad | Presencial: Aula |
| Técnica | Cine/video foro |
| Audiencia | Adolescentes  **Participantes**: 1 – 12 |
| Fases | • Vincular con la experiencia: 10 mins• Reflexionar: 15 mins  **Tiempo total**: 25 mins |
| Recursos | • R8P. Diver diferencias |
| Equipo | • proyector, parlante, vídeo |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## Vincular con la experiencia – 10 mins

Recursos: R8P

**Paso
1**.
Reproducir
el
video
Diver
diferencias

## Reflexionar – 15 mins

**Paso
2**.
Ingadar
ideas
sobre
el
video
con
las
preguntas
generadoras:

-
¿Qué
pienso
o
siento
sobre
las
historias
del
vídeo?

-
¿por
qué
la
sexualidad
será
un
derecho?

-
¿cuáles
creo
que
son
los
derechos
sexuales
y
reproductivos?

Actividad creada por Idea Dignidad

Recurso

# R8P. Diver diferencias

para participantes

|  |  |
| --- | --- |
| Tipo | Video |
| Enlace externo | https://www.youtube.com/watch?v=et8OH7tfWps |
| Duración | 25 mins 50 segs |
| Audiencia | Niños, adolescentes, adultos, adultos mayores |
| Temas | Sexuales y reproductivos, no discriminación, mujeres, LGBTI |
| Publicado |  |
| Resumen | Video de 11 minutos |

Actividad

# A20. Dilemas: derechos sexuales y reproductivos

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Problematizar a través de dilemas la pornografía, sexting, grooming, tener relaciones sexuales con adultos. |
| Propósito | Sensibilizar |
| Temas | Derechos humanos, sexuales y reproductivos |
| Momento | Desarrollo |
| Modalidad | Presencial: Aula, A distancia: tutorado |
| Técnica | Sociodrama |
| Audiencia | Adolescentes, adultos  **Participantes**: 5 – 10 |
| Fases | • Vincular con la experiencia: 30 mins• Reflexionar: 10 mins• Integrar conocimientos: 10 mins  **Tiempo total**: 50 mins |
| Materiales consumibles | • Dilemas, títeres |
| Equipo | • . |
| Precauciones | • . |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## Vincular con la experiencia – 30 mins

**Paso
1**.
1.
Iniciamos
preguntando
si
saben
lo
que
es
un
dilema,
validamos
las
respuestas
y
explicamos
que
un
dilema
es:
es
una
situación
difícil
o
comprometida
en
que
hay
varias
posibilidades
de
actuación
y
no
se
sabe
cuál
de
ellas
escoge.

2.
Explicamos
que
la
actividad
consiste
en
qué,
por
medio
de
los
títeres
les
vamos
a
presentar
algunos
dilemas
y
que
necesitamos
que
nos
ayuden
a
resolverlos.

**Paso
2**.
**Dilema:
sobre
el
uso
del
preservativo
en
una
relación
sexual
(negociación)**

Mayra
y
Juan
son
2
adolescentes
de
17
años
llevan
saliendo
alrededor
de
10
meses
y
han
decidido
tener
relaciones
sexuales.
Para
Mayra
es
muy
importante
prevenir
un
embarazo
en
la
adolescencia
y
así
mismo
una
infección
de
transmisión
sexual.
Por
esta
razón
Mayra
le
ha
dicho
a
Juan
que
para
ella
es
importante
que
él
use
preservativo.
Juan
le
dice
a
Mayra
que
es
mejor
que
ella
tome
las
pastillas
anticonceptivas
o
se
ponga
un
implante.
Mayra
le
explica
que
las
pastillas
y
el
implante
no
los
van
a
proteger
de
una
infección
de
transmisión
sexual.
Juan
le
dice
a
Mayra
“tú
no
confías
en
mí”,
“con
cuantos
más
te
acuestas
que
por
eso
quieres
usar
condón”,
se
pone
triste
y
le
dice
a
Mayra
que
se
siente
lastimado
por
esta
condición
que
ella
tiene.

Mayra
se
siente
confundida
pues
confía
en
Juan,
lo
quiere
y
no
quiere
compartirse
con
nadie
más.
No
sabe
si
insistir
en
el
uso
del
preservativo.
No
quiere
que
Juan
se
aleje
o
se
enoje.

¿tú
qué
harías?

-Escuchar
las
respuestas

-Explicar
sobre
el
consentimiento
y
la
importancia
de
que
este
sea
respetado.
Exigir
el
uso
del
preservativo
no
es
una
señal
de
desconfianza
sino
de
protección
de
un
embarazo
no
deseado
y
del
contagio
de
ITS.
El
uso
del
preservativo
debe
darse
a
lo
largo
de
toda
la
relación
sexual,
no
puede
ser
retirado
sin
el
consentimiento
de
la
otra
parte
porque
se
rompería
el
acuerdo,
además
de
ser
un
delito.
Nadie
puede
presionarte
para
que
no
uses
preservativo,
es
tu
derecho
a
protegerte.

**Paso
3**.
**Dilema:
Relación
entre
adolescentes
y
adultos.**

Un
día
al
salir
del
colegio
Jeny
le
presenta
a
Nicole
de
16
años
a
su
primo,
Santiago
de
20
años,
él
le
pide
el
número
de
celular
a
Nicole
y
comienzan
a
chatear;
en
los
mensajes
Santiago
le
dice
que
es
muy
bonita
y
madura
para
su
edad,
Nicole
se
siente
muy
halagada
por
esos
comentarios. 
Santiago
acude
en
varias
ocasiones
a
la
salida
del
colegio
a
ver
a
Nicole
con
regalos,
ella
se
siente
atraída
hacia
él,
pero
sus
amigas
le
dicen
que
es
un
chico
mayor
que
tiene
que
cuidarse
porque
no
sabe
cuál
son
sus
intenciones
reales,
Nicole
se
encuentra
confundida
ya
que
Santiago
le
propuso
que
sean
novios
y
ella
debe
darle
una
respuesta

¿Qué
harías
tú?

-Escuchar
las
respuestas

-Retomar
lo
ya
abordado
en
sesiones
pasadas
sobre
las
relaciones
de
poder,
como
el
sexo/género
y
la
edad
entraban
en
las
dinámicas
de
poder.
Explicar
que
los
adultos
se
pueden
acercar
a
las
menores
de
disntinta
forma,
móstrandose
comprensivos 
"maduros",
diciendonos
que
"somos
maduras
para
nuestra
edad"
o
dándonos
regalos,
haciéndonos
creer
que
estamos
"protegidas".
Las
relaciones
con
personas
adultas
son
un
delito
ya
que
estas
funcionan
bajo
el
control
y
manipulaciones,
podemos
pensar
que
la
diferencia
de
edad
no
es
tan
grande,
como
en
el
dilema
presentado,
sin
embargo,
la
forma
en
que
se
forman
y
y
funcionan
estas
relaciones
las
convierte
en
no
sanas.
Lo
ideal
es
que
podamos
construir
buenas
relaciones
con
personas
de
nuestra
edad,
identificando
también
todas
las
acciones
que
puedan
resultar
violentas.
Recordemos
que
nadie
nos
puede
presionar
a
nada.

**Paso
4**.
**Dilema:
Presión
por
enviar
packs,
sexting**.

Pablo
tenía
18
años
cuando
empezó
a
salir
con
Clara,
de
16.
Al
principio
todo
fue
muy
normal
y
hablaban
seguido
por
WhatsApp,
se
compartían
fotos
y
videos
de
su
vida
cotidiana,
como
lo
que
comían,
lo
que
hacían,
de
amigxs.
Con
el
paso
de
los
días,
Pablo
empezó
a
pedir
mensajes
subidos
de
tonos
y
llegaron
a
incluir
fotos
cada
vez
más
íntimas.
Clara
no
se
sentía
cómoda
con
las
fotos
que
le
pedía
Pablo,
pero
el
insistía
en
que
debe
confiar
en
él,
porque
le
ama
y
no
compartirá
las
fotos
con
nadie
más.
Clara
se
sentía
presionada,
ya
que,
al
comentarle
con
su
amigas,
ella
le
dijeron
que
no
tiene
nada
de
malo.

¿Qué
harías
tu?

Clara
envío
las
fotos
de
Pablo,
pero
el
las
compartió
con
sus
amigos
más
cercanos,
quienes
filtraron
las
fotos.

¿Creen
que
la
culpa
es
de
Clara
por
enviar
las
fotos,
ya
que
se
expuso
a
estas
consecuencias
o
es
de
Pablo,
al
aprovecharse
de
la
confianza
de
Clara?

-Escuchar
las
respuestas

-Retomar
lo
abordado
hace
un
momento
sobre
el
consentimiento,
y
como
nadie
puede
ejercer
presión
en
nosotras
para
realizar
algo
que
nos
haga
sentir
incómodas.
Puede
ser
que
el
resto
de
nuestro
grupo
de
amigas
y
amigos
hagan
ciertas
actividades,
pero
no
por
eso
estoy
obligada
a
hacerlas
también.
El
cuidado
a
la
intimidad
de
nuestro
cuerpo
es
muy
valioso
y
nadie
puede
obligarnos
a
sobre
pasar
este.

No
es
culpable
por
confiar
en
Pablo,
lo
que
hizo
él
al
filtrar
las
fotos
además
de
abusar
y
romper
un
acuerdo
con
Clara
es
un
delito
que
puede
ser
denunciado.
La
intimiad
que
Clara
decidió
compartir
con
Pablo
fue
vulnerada
y
esto
es
una
violación
a
sus
derechos.

## Reflexionar – 10 mins

**Paso
5**.
   •
¿Cómo
se
sintieron?

 
 •
¿Fue
fácil
o
difícil
encontrar
una
solución
o
respuesta?

      •
¿Han
atravesado
por
situaciones
similares?

      •
¿cómo
las
han
resuelto?

## Integrar conocimientos – 10 mins

**Paso
6**.
Explicar
que
tenemos
derechos
a
tomar
decisiones,
y
esto
incluye
nuestra
sexualidad.
A
lo
largo
de
la
vida
nos
vamos
a
encontrar
con
muchos
dilemas,
y
es
en
estos
momentos
donde
tenemos
que
tomar
en
cuenta
que
nadie
puede
presionarme
a
nada,
puedo
elegir,
tomando
en
cuenta
lo
que
hemos
conversado
sobre
como
funciona
la
sociedad,
las
relaciones
de
poder,
las
presiones,
el
consentimiento.
Nadie
puede
romper
nuestra
intimidad
ni
violar
nuestros
derechos.

Actividad creada por Idea Dignidad

# *Día 6*

Actividad

# A21. El juego de los derechos

Notas

Esta sesión la llevó a cabo el área legal. Al final de la sesión se entrega documento de bitácora para integra conocimientos sobre lo aprendido.

Adjunto

R9. bitácora DDHH\_1.pdf

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Reconocer la importancia de los derechos y los obstáculos que podemos enfrentar cuando no podemos ejercerlos. |
| Propósito | Sensibilizar |
| Temas | Libertad, dignidad, no discriminación, mecanismos, derechos y constitución |
| Momento | Desarrollo |
| Modalidad | Presencial: Aula, presencial: exteriores |
| Técnica | Dinámica de grupo, rompecabezas |
| Audiencia | Adolescentes, adultos  **Participantes**: 15 – 30 |
| Fases | • Vincular con la experiencia: 50 mins• Reflexionar: 30 mins  **Tiempo total**: 1 hora 20 mins |
| Equipo | • Dados (uno por cada grupo) |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## Vincular con la experiencia – 50 mins

**Paso
1**.
**Prepare**el
tablero
del
juego
(*recurso
- tablero
del
juego*)
y las tarjetas
para
cada
grupo
(*recurso
-
Tarjetas
juego
de
los
derechos)*
y
prepare
o
consiga
un
dado
para
cada
grupo*.*

**Paso
2**.
**Forme**
grupos
de
trabajo
de
máximo
6 personas
y
**entregue**
las
tarjetas, un
tablero
y
un
dado
para
cada
grupo.

**Paso
3**.
**Indíque** que
realizaremos
un
juego
para
ampliar
el
conocimiento
de
nuestros
derechos,
pida
que
en
los
grupos
formen
parejas
para
el
juego.
Pídales
que
seleccionen
una
ficha
(puede
ser
una
moneda,
un
botón) y
que
cada
pareja
lo
sitúe en
la
casilla
de
partida,
explique
las
reglas
de
juego
que
se
encuentran
en
el
*recurso
-
Reglas
del
juego*
o
colóquelas
en
el
pizarrón
de
la
sala
o
un
lugar
visible
para
todos/as.

**Paso
4**.
Durante
el
juego
**pida**
que
cada
equipo
anote
cuántas
tarjetas
obtiene
y
de
qué
tipo
o
color
son.

**Paso
5**.
**Indique** que cada grupo debe jugar hasta que todos los equipos de un grupo lleguen
a
la
meta.

## Reflexionar – 30 mins

**Paso
6**.
En
plenaria
**pregunte**
a
las
personas:

      •
¿Qué
representan
las
tarjetas
verdes?
¿Por
qué
las
tarjetas
verdes
nos
permiten
avanzar
por
el
tablero?

      •
¿Qué
representan
las
tarjetas
rojas?
¿Por
qué
nos
hacen
retroceder?

      •
¿Qué
es
una
violación
o
negación
de
derechos?

      •
¿Qué
representan
los
comodines?

      •
Pida a
los
equipos
que
cruzaron
en
primer
lugar
la
meta
que
revisen
cuantas
tarjetas
sacaron ¿de
qué
color
son
la
mayoría?
En
la
vida
real ¿qué
personas
llegan
primero
a
las
metas?

      •
Pregunte
¿qué
pasó? ¿cómo
fue
el
juego
en
el
grupo
en
el
que
todos
los
equipos
llegaron
a
la
meta?
¿se
prestaron
comodines
entre
equipos?

      •
Pida
que
mencionen
al
menos
tres
derechos
que
recuerden
de
su
recorrido.

      •
 Pida
que
mencionen
al
menos
tres
responsabilidades.

      •
¿Qué
aprendizajes
nos
deja
el
juego?

      •
¿Cómo
podemos
todos/as
llegar
a
la
meta
si
algunas
personas
no
tienen
oportunidades
(tarjetas
verdes)?

**Paso
7**.
**Realice**el cierre de la actividad explicando que las tarjetas verdes representan el ejercicio de derechos mientras que las rojas la vulneración
de
los
mismos.

Actividad creada por Defensoría del Pueblo de Ecuador, en Manual Participación Estudiantil

Actividad

# A22. Mi árbol de vida

Notas

Esta sesión la llevó a cabo el área legal.

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Reconocer aspectos que integran la identidad personal y los factores que la influyen. |
| Propósito | Sensibilizar |
| Temas | Identidad |
| Momento | Apertura, desarrollo |
| Modalidad | Presencial: Aula, presencial: exteriores, A distancia: autotutorado, A distancia: tutorado |
| Técnica | Trabajo personal |
| Audiencia | Niños, adolescentes, adultos, adultos mayores  **Participantes**: 1 – 30 |
| Fases | • Vincular con la experiencia: 20 mins• Reflexionar: 15 mins• Integrar conocimientos: 15 mins  **Tiempo total**: 50 mins |
| Recursos | • R10P. Árbol de vida (personas jóvenes y adultas)• R11P. Árbol de vida (niñas y niños) |
| Materiales consumibles | • Material decorativo• Lápices o marcadores de colores |
| Precauciones | • Si trabaja con niñas y niños utilice el recurso Árbol de vida para niñas y niños y cuide que su lenguaje sea muy simple y de fácil comprensión para ellas y ellos. |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## Vincular con la experiencia – 20 mins

Recursos: R10P, R11P

**Paso
1**.
En
plenaria
invite
a
las
personas
a
cerrar
los
ojos
y
visualizar
un
árbol del
color,
tamaño
y
forma
que
cada
una
prefiera
imaginarlo.
Solicite que
recorran
la
estructura
de
ese
árbol
identificando
la
raíz,
luego
el
tronco
y
por
último
las
ramas.

**Paso
2**.
Mientras
continúan
visualizando
señale
que
este
árbol
tiene
más
elementos:
savia,
corteza,
quizá
flores
o
frutos.
Solicite que
los
imaginen
y
finalmente
invíteles
a
imaginar
también
que
ellas
y 
ellos
son
esos
árboles.
Pregunte:
¿cómo
se
ven?,
¿cómo
se
sienten siendo
árboles?
Dé unos
segundos
para
que
piensen
en
ello
y
pídales
que
regresen
lentamente
al
momento
actual
y
abran
los
ojos.

**Paso
3**.
Pregunte
¿cómo
se
sintieron?
y
dé un
par
de
minutos
para
que
unas
pocas
personas
voluntarias
expresen
sus
ideas
o
emociones.
Retome
la
idea
de
que
aunque
el
árbol
está
integrado
por
varios
elementos,
su
estructura
está
conformada
por
tres
partes
esenciales:
raíz,
tronco
y
ramas.
Señale
que
la
segunda
parte
de
esta
actividad
la
desarrollarán
teniendo
presentes
estos
tres
elementos.

**Paso
4**.
Entregue
a
cada
persona
el
recurso
didáctico
"Árbol
de
vida"
e
invíteles
a
seguir
las
indicaciones
y
que
se
resumen
en:

      •
Dibuje
el
árbol
que
visualizó.

      •
En
las
raíces
escriban
aspectos
relacionados
con
su
origen
o
que
dan
sentido
a
su
vida.
En
el
caso
de
niñas
y
niños
es
la
persona
o
personas
más
importantes
en
su
vida.

      •
En
el
tronco
sus
destrezas,
habilidades,
recursos,
fortalezas.
En
el
caso
de
niñas
y
niños
es
un
objeto
o
cosa
muy
apreciada.

      •
En
las
ramas
o
copa
del
árbol,
sus
proyectos,
anhelos,
actividades
preferidas.
En
el
caso
de
niñas
y
niños
es
la
actividad
que
más
disfrutan
hacer.

## Reflexionar – 15 mins

**Paso
5**.
En plenaria indique que en
este
caso
el
árbol en su conjunto
nos
representa
como personas
y
que
entonces
todos
los
elementos
que
lo
componen
también
se
asemejan
a
los
aspectos
que
conforman
nuestra
identidad.

**Paso
6**.
Plantee
las
siguientes
preguntas:

      •
¿Cómo
se
sintieron
dibujando
el
árbol
y
poniendo
en
él
aspectos
de
su vida?

      •
¿Qué
aspectos
resultaron más
fáciles
de
representar?

      •
¿Cuáles
les
costó
más
trabajo
identificar
o
incluir?

      •
¿Creen
que
todos
estos
aspectos
son
permanentes
o
temporales?
¿Cuáles
creen
que
son
más
fijos
y
cuáles
más
cambiantes
o
dinámicos?

      •
¿Encontraron
más
elementos
positivos
o
negativos
de
sí mismos/as?

      •
¿Cómo
creen
que
se
relaciona
esto
con
nuestras
identidades?
A
las
niñas
y
niños,
por
ejemplo,
pregunte:
¿Creen
que
a
veces
parecemos
árboles?
¿Por
qué?

      •
¿Creen
que
existe
alguna
relación
entre
la
identidad
y
los
derechos
humanos?
¿En
qué
consiste
dicha
relación?
A
las
niñas
y
niños,
la
pregunta
puede
ser:
¿Creen
que
los
árboles
tienen
derechos?
¿Por
qué?
¿Creen
que
las
personas
tenemos
derecho
a
parecernos
un
poco
a
los
árboles?
¿Qué
otros
derechos
tenemos?

## Integrar conocimientos – 15 mins

**Paso
7**.
Explique
que:

      •
La
identidad
está
integrada
por
múltiples
elementos
(rasgos
físicos,
comportamientos,
gustos,
intereses,
etc.)

      •
Muchos
de
estos
elementos
no
son
fijos.
Por
ejemplo,
nuestro
aspecto
físico
cambia
a
través
del
tiempo,
también
pueden
cambian
nuestros
intereses,
nuestros
gustos,
nuestras
amigas
y
amigos
pero
no
por
eso
dejamos
de
tener
identidad.

      •
La
identidad
es
entonces
algo
dinámico
es
decir,
unas
características
se
mantienen
mientras
otras
pueden
transformarse
por
nuestras
propias
decisiones,
o
por
la
influencia
de
personas
cercanas
o
por
nuevas
experiencias.

      •
Aun
así,
la
forma
como
se
mezclan
estas
características
en
cada
ser
humano,
hacen
que
cada
persona
sea
única,
que
no
exista
otra
exactamente
igual
y
que,
sin
embargo
cada
persona
con
su
propia
identidad
tenga
el
mismo
valor
o
sea
tan
importante
como
cualquier
otra.

      •
La
Constitución
del
Ecuador
que
es
el
libro
que
contiene
los
derechos
y
la
forma
como
está
organizado
el
país, dice
que
todas
las
personas
tienen
derecho
a
tener
su
propia
identidad,
sus
costumbres,
su
forma
de
comportarse,
de
expresarse,
de
vestirse,
tener
un
nombre,
un
apellido
y
registrarlos,
tener
una
nacionalidad,
una
procedencia
familiar,
etc.
(artículos 
11,
21,
45,
57,
58,
59,
66,
83
y
276,
entre
otros).

      •
También
dice
que
a
ninguna
persona
se
le
puede
imponer
una
identidad.

      •
Señala
que
no
solo
las
personas
sino
que
los
grupos
pueden
tener
su
propia
identidad,
si
así
lo
desean.

Actividad creada por Educación en ciudadanía, derechos humanos y buen vivir: Manual de implementación para facilitadores y facilitadoras, por Defensoría del Pueblo de Ecuador, 2016, Quito: DPE.

Recurso

# R10P. Árbol de vida (personas jóvenes y adultas)

para participantes

|  |  |
| --- | --- |
| Tipo | Documento (docx) |
| Audiencia | Adolescentes, adultos, adultos mayores |
| Temas | Identidad |
| Descripción | Espacio para dibujar un árbol e incluir elementos que se relacionan con nuestra identidad. Puede ser trabajado con adolescentes, personas jóvenes y adultas. |

Recurso

# R11P. Árbol de vida (niñas y niños)

para participantes

|  |  |
| --- | --- |
| Tipo | Documento (docx) |
| Audiencia | Niños |
| Temas | Identidad |
| Descripción | Espacio para dibujar un árbol e incluir aspectos que hacen parte de la identidad. Está diseñado para ser trabajado con niñas y niños |

Actividad

# A23. La adultitis es contagiosa

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Identificar prácticas y comportamientos discriminatorios que afectan el proyecto de vida y la identidad de los y las participantes |
| Propósito | Sensibilizar |
| Temas | Enfoques, niñez, adolescencia |
| Momento | Desarrollo |
| Modalidad | Presencial: Aula, presencial: exteriores, A distancia: autotutorado, A distancia: tutorado |
| Técnica | Charla, trabajo en grupos |
| Audiencia | Adolescentes  **Participantes**: 4 – 35 |
| Fases | • Vincular con la experiencia: 10 mins• Reflexionar: 10 mins• Integrar conocimientos: 10 mins  **Tiempo total**: 30 mins |
| Recursos | • R12P. Matriz: La adultitis es contagiosa |
| Materiales consumibles | • Hojas de papel bond |
| Precauciones | • En caso de requerir desarrollar esta actividad en un proceso educativo virtual, se requiere adaptar según la modalidad a distancia tutorado o autorutorado. |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## Vincular con la experiencia – 10 mins

Recursos: R12P

**Paso
1**.
**Solicite**
que
las
personas
participantes
conformen
grupos
de
máximo
seis
personas.

**Paso
2**.
**Entregue**
a
cada
grupo,
una
copia
del
recurso *La
adultitis
es
contagiosa* y
pida
que
realicen
la
actividad
planteada.

**Paso
3**.
**Pida**
a
cada
grupo
que
nombre
un/a
delegado/a
que
presente
los
resultados
de
la
actividad
realizada.

## Reflexionar – 10 mins

**Paso
4**.
Para
la
reflexión,
**plantee**
las
siguientes
preguntas
en
plenaria:

      •
¿De
dónde
se
aprenden
estos
mensajes
y
prácticas?

      •
¿Qué
efectos
tienen
esos
mensajes
y
esas
prácticas
en
los
proyectos
de
vida
de
las
personas?

      •
¿Qué
efectos
tiene
en
su
autoestima?

      •
¿Qué
efectos
tienen
en
su
autonomía?

      •
¿Qué
análisis
pueden
hacer
del
título
de
la
actividad?

## Integrar conocimientos – 10 mins

**Paso
5**.
**Plantee**
las
siguientes
ideas
centrales:

      •
Las
desigualdades
en
razón
de
la
edad,
al
igual
que
otras
desigualdades,
son
construcciones
sociales
arraigadas
en
prácticas
y
en
creencias
que
se
transmiten
de
una
generación
a
otra
al
punto
que
llegan
a
parecer
naturales.

      •
El
enfoque
intergeneracional
visibiliza
las
diferencias
y
discriminación
por
razón
de
la
edad
que
se
presenta
a
lo
largo
del
*ciclo
de
vida*
de
las
personas
en
las
esferas
culturales,
sociales,
económicas,
etc.
(Comisión
de
Transición
hacia
el
Consejo
de
las
mujeres
y
la
Igualdad
de
Género,
2011).

      •
Son
ejemplos
de
situaciones
de
discriminación
las
siguientes:
a)
los
condicionamientos
de
todo
tipo
que
se
hacen
a
los
y
las
adolescentes
para
que
permanezcan
en
las
instituciones
educativas
si
ocultan
sus
tatuajes,
se
retiran
los
pirsin,
se
cortan
el
cabello
largo
(hombres),
usan
falda
larga
(las
mujeres)
y,
en
general,
todas
las
prácticas
que
desconocen
su
identidad
personal
o
social;
y
b)
las
calificaciones
que
se
hace
de
ellas
y
ellos
como
*vagos/as,
irresponsables,
chicos/as
problema,
indecentes*
o
cualquier
otro
tipo
de
distinción
negativa
que
se
realice
sobre
los
y
las
adolescentes.

Actividad creada por Defensoría del Pueblo de Ecuador, en Manual Participación Estudiantil

Recurso

# R12P. Matriz: La adultitis es contagiosa

para participantes

|  |  |
| --- | --- |
| Tipo | Documento (pdf) |
| Audiencia | Adolescentes, adultos |
| Temas | Adolescencia |
| Descripción | Matriz para llenar sobre los comportamientos adolescentes y adultos. |

# *Día 7*

Actividad

# A24. Recordando lo aprendido: Sexualidad integral

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Integrar conocimientos sobre las sesiones de sexualidad integral. |
| Propósito | Capacitar |
| Temas | Derechos humanos, sexuales y reproductivos |
| Momento | Apertura |
| Modalidad | Presencial: Aula, presencial: exteriores |
| Técnica | Foro de discusión, lectura |
| Audiencia | Adolescentes, adultos  **Participantes**: 1 – 15 |
| Fases | • Integrar conocimientos: 45 mins  **Tiempo total**: 1 hora (modificado del original) |
| Recursos | • R13. Bitacora de Sexualidad |
| Materiales consumibles | • bitácora impresa para cada participante, carpetas. |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## Integrar conocimientos – 45 mins

Recursos: R13

**Paso
1**.
Preguntar
a
las
participantes
sobre
las
sesiones
pasadas
donde
se
trató
el
tema
de
Sexualidad

¿qué
dudas
nos
quedan?

¿qué
nos
llamó
más
la
atención?

Entegar
a
cada
participante
las
hojas
de
Bitácora
de
sexualidad
y
leerlas
en
conjunto
con
ellas.

Resolver
dudas
sobre
los
contenidos.

Actividad creada por Mónica Rojas Puente de Idea Dignidad

Recurso

# R13. Bitacora de Sexualidad

|  |  |
| --- | --- |
| Tipo | Documento (pdf) |
| Audiencia | Adolescentes, adultos, adultos mayores |
| Temas | Sexuales y reproductivos, adolescencia, mujeres |
| Descripción | Contenido |

Actividad

# A25. Cien por ciento poder con responsabilidad

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Identificar los elementos que constituyen el poder y el empoderamiento y que los caracterizan como concepto dinámicos. |
| Propósito | Sensibilizar |
| Temas | Mujeres, empoderamiento |
| Momento | Desarrollo |
| Modalidad | Presencial: Aula, presencial: exteriores, A distancia: autotutorado, A distancia: tutorado |
| Técnica | Dinámica de grupo, pecera, sesión plenaria, trabajo personal |
| Audiencia | Niños, adolescentes, adultos, adultos mayores  **Participantes**: 6 – 30 |
| Fases | • Vincular con la experiencia: 20 mins• Reflexionar: 15 mins• Integrar conocimientos: 20 mins  **Tiempo total**: 55 mins |
| Materiales consumibles | • Fichas o tarjetas que representen porcentajes de poder (10 para la persona con la que se desarrolle la actividad y al menos 50 más para entregar posteriormente a otras personas).• Recipientes con letreros como: Estado, familia, pareja, escuela, trabajo, etc. |
| Precauciones | • Esta actividad funciona mejor con un grupo máximo de 10 personas porque permite involucrar a la mayoría de ellas en su desarrollo. Si el número es mayor solicite a un grupo de personas voluntarias que se ubiquen en el centro del aula o espacio de trabajo.• El número de etapas de la vida sobre las que se desarrolla la actividad dependerá de la edad promedio de las personas participantes. Así por ejemplo, si son personas en promedio de 30 a 40 años se detendrán en el momento antes del nacimiento, luego a los 5 o 6 años, a los 15 o 18, a los 25 y se detendrá en el momento actual. Si se trata de personas adolescentes, el lapso entre una y otra etapa será menor tratando de identificar al menos 4 etapas clave de la vida que se diferencian la una de la otra porque tenemos un menor nivel de dependencia o, vamos adquiriendo gradualmente mayor poder de decisión sobre nuestra vida. • Para desarrollarla con niñas y niños se debe adaptar el lenguaje y trabajar lapsos de tiempo más cortos por ejemplo, poco antes de nacer, a los 3 o 5 años, a los 7 u 8 y, actualmente según la edad promedio del grupo. • Puede ser adaptada para la modalidad virtual para personas adolescentes o adultas si se diseña un esquema o recurso didáctico que permita reflexionar sobre al menos 3 etapas clave. |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## Vincular con la experiencia – 20 mins

**Paso
1**.
Si
el
grupo
es
de
máximo
10
personas
**solicíteles**
que
se
ubiquen
formando
un
círculo
a
su
alrededor,
preferiblemente
de
pie
para
que
la
actividad
sea
más
dinámica.
Si
es
mayor
a
este
número
solicite
a
7
personas
voluntarias
que
formen
este
círculo
en
el
centro
del
aula
o
espacio
de
trabajo
mientras
el
resto
de
personas
se
ubica
alrededor
en
un
círculo
más
amplio
dejando
suficiente
espacio
entre
ambos
grupos.
Tenga
cuidado
de
moverse
por
todo
el
espacio
y
usar
un
tono
de
voz
que
le
permita
interactuar
con
el
grupo
del
centro
sin
perder
la
atención
del
grupo
más
amplio.

**Paso
2**.
**Identifique**
a
una
persona
del
grupo
del
centro
y
entréguele
10
fichas.
**Solicítele**
que
verifique
si
están
completas.

**Paso
3**.
**Indíquele**
que
cada
una
de
esas
10
fichas
representa un
porcentaje
(10%)
de
su
poder
total
o
de
su
capacidad
de
decidir.
Señale
que
estas
serán
*sus*
fichas
por
todo
el
tiempo
que
dure
la
actividad.

**Paso
4**.
Comience
la
actividad
**preguntando**
a
la
persona
a
quien entregó
las
fichas:

      •
Cuando
tenías
7
meses
dentro
del
vientre
de
tu
madre,
¿quién
se
hacía
responsable
de
ti?

      •
¿De
qué
forma?

      •
¿En
qué
porcentaje?

Por
lo
general
las
personas
indican
que
su
madre
y
a
veces
su
padre
son
cien
por
ciento
responsables
de
el/ella,
otras
veces
indican
que
un
noventa
por
ciento
o
porcentajes
similares.

**Paso
5**.
Según
el
porcentaje
indicado
por
la/el
participante,
**solicítele**
que
escoja
a
una
persona
del
grupo
que
represente
o
haga
las
veces
de
su
mamá
(y
otra
de
su
papá
si
es
que
se
mencionó
este
rol)
y
que
le(s)
entregue,
el
número
de
fichas
que
representa
el
porcentaje
indicado.
Por
ejemplo
9
fichas
representan
el
90%.

**Paso
6**.
Si
la
persona
participante
se
quedó
con
alguna
ficha
para
sí,
**pregunte**:

      •
¿Con
cuánto
porcentaje
de
fichas
te
quedaste?

      •
¿En
manos
de
quién
están
tus
fichas
de
poder
en
esta
etapa
de
tu
vida?

      •
¿Cómo
usas
tus
fichas
en
esta
etapa?

Con
frecuencia
las
personas
se
quedan
con
una
o
dos
fichas
y
señalan
que
las
usan
deseando
vivir
o
respuestas
similares.

Si
por
el
contrario
la
persona
participante
no
se
quedó
con
ninguna
ficha
para
sí,
pregunte:

      •
¿Con
cuántas
fichas
te
quedas
en
esta
etapa
de
tu
vida?

      •
¿En
manos
de
quién
están
tus
fichas
de
poder
en
esta
etapa?

Acentúe
esta
idea
de
que
en
esa
etapa
de
su
vida
aún
no
se
tiene
tanto
poder
de
decisión.

**Paso
7**.
Ahora
**solicite**
a
la
persona
que
vaya
a
la
etapa
de
su
vida
cuando
tenía
5
o
7
años
y
pregunte:

      •
¿Cómo
eras
a
esa
edad?

      •
¿Qué
tipo
de
cosas
hacías?

      •
¿Podías
valerte
por
ti
mismo/a
o
dependías
en
alguna
medida
de
otras
personas?

      •
¿De qué
tipo
de
cosas
dependías
en
esta
etapa?

      •
¿Cómo
repartirías
tus
fichas
de
poder
en
esta
etapa
de
tu
vida?

**Paso
8**.
**Solicite**
que
nuevamente
escoja de
entre
las
y
los
participantes
a
quienes
que
representen
los
roles
de
las
personas
de
su
entorno
(por
ejemplo
profesores/as,
tías/os,
abuelos/as,
etc.) en
esta
etapa
y
que
les
asigne
y
entregue
a
cada
una un
porcentaje
determinado
de
fichas
según
su
criterio.

Por
lo
general
el
porcentaje
de
fichas
que
tienen su
mamá
o
papá
disminuye
un
poco
por
lo
que
deberá
tomar
alguna
o
algunas
de
sus
fichas
para
sí
o para
entregarlas
a
otras
personas.

**Paso
9**.
Nuevamente,
**pregunte**:

      •
¿En
manos
de
quién
están
tus
fichas
de
poder
en
esta
etapa
de
tu
vida?

      •
Aunque
esas
personas
tienen
una
porción
de
tus
fichas,
¿de
quién
son
las
fichas?

      •
¿Con
cuánto
porcentaje
de
fichas
te
quedaste?

      •
¿Cómo
usas
tus
fichas
en
esta
etapa
de
tu
vida?
Es
decir,
¿qué
tipo
de
cosas
podías
decidir?

Señale
que
en
esta
etapa
comenzamos
a
adquirir
un
poco
de
poder
aunque
evidentemente
dependemos
de
otras
personas
para
muchas
cosas,
por
ejemplo:
alimento,
vestido,
enseñanza,
cuidado,
etc.

**Paso
10**.
Repita
los
pasos
anteriores
**solicitando**
a
la
persona
que
recuerde
cómo
era
cuando
tenía
por
ejemplo
12
años
(o
15
según
la
edad
promedio
de
las
personas
participantes).

**Paso
11**.
**Realice**
las
mismas
preguntas
del
paso
9
enfatizando
además
en:

      •
¿De
quien
son
las
fichas
de
poder?

      •
¿Qué
pasa
si
sentimos
que
una
de
las
personas
que
tiene
un
porcentaje
de
nuestro
poder
lo
está
usando
inadecuadamente?

      •
¿Podemos
recuperar
ese
poder?

      •
¿De
qué
formas
podemos
recuperarlo?

**Paso
12**.
**Remarque**
que:

      •
A
medida
que
crecemos
y
dependemos
menos
de
otras
personas,
el
número
de
fichas
o
porcentaje
de
poder
del
que
somos
responsables
va
aumentando.

      •
Aunque
un
porcentaje
de
nuestro
poder
está
en
manos
de
otras
personas,
en
ningún
momento
las
fichas
dejan
de
ser
nuestras.

**Paso
13**.
**Repita**
los
anteriores
situando
a
las
y 
los
participantes
cuando
tenían
20
o
25
años
y
luego
en
la
etapa
actual,
según
la
edad
promedio
del
grupo
y
realice
todas
las
preguntas
y
precisiones
planteadas
con
anterioridad,
remarcando
cada
vez
con
el
mismo
énfasis
que
las
fichas
siguen
siendo
de
esa
persona,
aun
cuando
las
distribuya
de
forma
distinta
en
cada
etapa
de
su
vida
y
que
por
la
misma
razón
de
ser
necesario,
siempre
pueden
ser
recuperadas.

**Paso
14**.
Para
finalizar
puede
**ubicar**
en
el
centro
del
salón
varios
recipientes
pequeños
con
títulos
(Estado,
escuela,
familia,
pareja,
trabajo,
hijas/os,
etc.)
y
entregar
grupos
de
fichas
a
todas
o
a
varias
personas
participantes
y
pedir
que
al
mismo
tiempo
distribuyan
en
los
recipientes sus
fichas
de
poder
en
el
momento
actual.

**Paso
15**.
**Solicíteles**
que
observen
cuántas
fichas
conservan
para
sí mismos/as
y
de
qué
forma
distribuyeron
sus
fichas.

## Reflexionar – 15 mins

**Paso
16**.
En
plenaria
**plantee**
una
a
una
las
siguientes
preguntas
para
la
reflexión:

      •
¿Qué
aspectos
de
la
dinámica
les
llamaron
más
la
atención?

      •
¿Se
sienten
reflejados/as
en
la
dinámica?

      •
¿Qué
reflexiones
les
genera
con
respecto
al
poder
entendido
como
la
autonomía
y
la
capacidad
de
decidir
que
vamos
ganando
a
lo
largo
de
la
vida?

      •
Aunque
haya
personas
que
tengan
algunas
fichas
es
decir,
un
porcentaje
de
decisión
(incluso
influencia) en
nuestras
vidas,
¿de
quién
son
las
fichas?

      •
¿Qué
podemos
hacer
si
queremos
o
necesitamos
recuperar
una
ficha?
¿En
qué
tipo
de
situaciones
de
la
vida
real
podemos
querer
o
necesitar
recuperarlas?

      •
¿La
violencia
puede
ser
una
de
éstas
situaciones?

      •
¿Una
persona en
situación
de
violencia
o
de
vulneración
de
sus
derechos
ha
perdido
todas
sus
fichas?

## Integrar conocimientos – 20 mins

**Paso
17**.
**Enfatice**
que:

      •
El
poder
difícilmente
es
algo
absoluto.

      •
Así como
repartimos
nuestras
fichas
de
poder
en
la
actividad,
a
lo
largo
de
la
vida
el
poder
que
nos
corresponde
a
cada
persona
es
distribuido
según
nuestras
decisiones
sean
estas
conscientes
o
no.

      •
Cuanto
más
porcentaje
de
poder
vamos
adquiriendo,
mayor
es
también
nuestra
responsabilidad
sobre
nuestras
decisiones,
incluida
la
decisión
de
a
quién
le
distribuimos
nuestro
poder,
para
qué
y
en
qué
condiciones
puede
seguir
usándolo
o,
hasta
cuándo.

      •
De
acuerdo
con
Michel
Foucault
(1981),
el
concepto
de
poder
tiene
una
cualidad
dinámica
presente
en
todas
las
relaciones
sociales
que
establecen
las
personas
y
por
la
propia
capacidad
del
ser
humano
de
construir
y
producir
socialmente
el
poder
a
partir
de
su
interacción.

      •
La
autonomía
como
ejercicio
personal
de
poder
es
un
proceso
dinámico,
que
se
construye
con
hechos
concretos,
tangibles,
materiales,
prácticos
y
a
la
vez
subjetivos
y
simbólicos
(Astelarra
Judith,
2000), 
relacionados
con
la
propia
decisión,
motivación
y
esfuerzo,
y
el
grado
de
libertad
que
las
personas
tienen
para
poder
actuar
de
acuerdo
con
su 
elección
y
no
con
la
de
otros.

      •
Este
poder
es
distribuido
entre
las
personas
de
nuestro
ámbito
familiar
o
próximo
pero
también
en
el
escolar,
comunitario,
político
y económico.

      •

Esta
distribución
de
poder
también
está
influenciada
por
el
entorno
y
las
condiciones
de
vida
que
se
nos
presentan.

      •
También
pueden
haber
factores
o
personas
que
nos
arrebaten
(intencionalmente
o
no) poder. Sin
embargo,
es
poco
factible
que
una
persona
o
situación
pueda
arrebatarnos
todo
el
poder,
por lo
tanto
siempre
tenemos
algún
margen
de
acción
o
de
decisión.

      •
Podemos recuperar fichas
o
poder:
a) desapegándonos de ciertas personas; b) haciendo conciencia de que esa persona está tomando una decisión autorizada por mí, pero que siempre la ficha es nuestra y es recuperable; c) me hago responsable de lo que está sucediendo y asumo las implicaciones de recuperar una ficha por ejemplo, puede implicar romper relaciones con algunas personas cuando la forma como ellas usan nuestra ficha está afectando mi bienestar; d) recuperamos más fichas cuanto más responsabilidad asumimos sobre nuestra vida y sobre nuestras decisiones; y 
e) en ningún caso es ideal intentar recuperar una ficha usando la violencia
a
menos
que
actuemos
en
legítima
defensa.

      •
Cuando no decidimos
también
estamos
usando
nuestro
poder. Así
por
ejemplo,
que
otras
personas
tengan
una
o
varias
fichas
de
mi
poder
no
es
un
problema
en
sí
mismo,
siempre
que
yo
les
haya
entregado
voluntariamente
ese
porcentaje
de
poder,
lo
problemático
quizá,
es
que
me
desentienda
de
mi
ficha
y
de
la
forma
como
otros
la
usan.

      •
El
*empoderamiento*
por
lo
tanto
no
solo
plantea recuperar
la
capacidad
de
las
personas
y 
colectivos
para
tomar
decisiones,
“sino
que
tiene que
llevar
a
las
personas
y
a
los
grupos
a
percibirse
a
sí
mismos
con
la
capacidad
y
el 
derecho
a
ocupar
espacios
decisorios”
(Rowlands,1997).

**Paso
18**.
En
actividades
desarrolladas
con
niñas
y
niños
puede
**señalar**
que:

      •
Todas
las
personas
tenemos
poder,
por
ejemplo
para
decir
la
música
que
nos
gusta.

      •
Muchas
de
las
cosas
que
hacemos
cada
día
están
hechas
por
el
poder
que
tenemos
de
hacerlas,
por
ejemplo
subirnos
o
bajarnos
de
una
silla,
jugar
con
nuestras
amigas
o
amigos
o
quedarnos
solos/as
pintando.

      •
Cada
vez
que
decidimos
hacer
o
decir
algo
o
no
decirlo
ni
hacerlo,
estamos
usando
una
parte
de
nuestro
poder.

      •
El
poder
no
debe
ser
usado
nunca
para
abusar
de
otras
personas.

      •
Ser
niñas
y
niños
implica
que
a
veces
necesitamos
que
algunas
personas
adultas 
responsables
nos
cuiden,
nos
ayuden
o
nos
enseñen,
es
decir
todavía
no
somos
del
todo
independientes,
por
lo
tanto,
una
parte
de
nuestro
poder
la
tienen
esas
personas
y
es
importante
que
esas
personas
usen
su
poder
para
cuidarnos
y
ayudarnos
a
hacernos
independientes
a
medida
que
crecemos.

      •
Si
las
personas
que
nos
cuidan
y
nos
enseñan
nos
han
ayudado
a
explorar
nuestras
capacidades
y
a
confiar
en
nosotros/as
mismos/as,
es
muy
probable
que
nos
vayamos
convirtiendo
en
personas
que
nos
valemos
por
nosotros/as
mismos/as
(independientes/autónomas),
y
que
nos
hagamos
cada
vez
más
responsables
de
nuestras
decisiones
y
de
nuestra
propia
vida.

      •
Tener
más
autonomía
y
más
responsabilidad
a
medida
que
crecemos
va
a
contribuir
a
que
podamos
ejercer
nuestros
derechos
y
a
que
podamos
protegerlos
cuando
sea
necesario,
por
ejemplo
cuando
hay
personas
o
cosas
que
nos
quieren
quitar
nuestro
poder
o
nuestro
bienestar.

      •
En
esos
casos,
es
muy
importante
que
identifiquemos
en
quiénes
podemos
confiar
y
pedir
su
poder
de
ayuda.

Actividad creada por Defensoría del Pueblo de Ecuador, adaptada de Educación en ciudadanía, derechos humanos y buen vivir: Manual de implementación para facilitadores y facilitadoras, por Defensoría del Pueblo de Ecuador, 2016, Quito: DPE.

# *Día 8*

Actividad

# A26. El cuento de Pepa y Pepe

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Reconocer los escalones de la violencia de género en el ámbito de la pareja. |
| Propósito | Sensibilizar |
| Temas | Igualdad, adolescencia, género, mujeres, violencia |
| Momento | Desarrollo |
| Modalidad | Presencial: Aula, presencial: exteriores, A distancia: autotutorado, A distancia: tutorado, semipresencial |
| Técnica | Foro de discusión, lectura |
| Audiencia | Adolescentes, adultos  **Participantes**: 1 – 15 |
| Fases | • Vincular con la experiencia: 15 mins• Reflexionar: 20 mins• Integrar conocimientos: 20 mins  **Tiempo total**: 55 mins |
| Recursos | • R14. Cuento de Pepa y Pepe• R15. Escalera de VBG• R16. Cuento de la ranita hervida |
| Materiales consumibles | • cartulinas para los escalones, marcadores, maskin. |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## Vincular con la experiencia – 15 mins

Recursos: R14, R15

**Paso
1**.
Sentar
en
un
círculo
a
las
personas
participantes
y
comentar
que
vamos
a
escuchar
un
cuento
que
no
es
cuento,
que
contrario
a
lo
que
pensamos
este
cuento
es
una
realidad
por
la
que
pasamos
muchas
mujeres
independientemente
de
nuestra
condición
socio
económica,
edad,
etnia,
nivel
educativo.

**Paso
2**.
Leer
el
cuento
de
Pepa
y
Pepe
del
archivo
adjuto(
pág.
15-19)
y
conforme 
en
la
historia
se
indica
"subiendo
la
primer/segundo/tercer...
escalón
pegar
en
un
lugar
visible
frente
a
las
participantes
cada
escalón
hasta
formar
una
escalera
(de
abajo
hacia
arriba).

Se
recomienda
aumentar
un
último
escalón
después
de
"violencia
física
severa"
que
es
FEMICIDIO,
preguntar
a
las
participantes:

¿qué
otro
escalón
podría
aparecer
en
esta
escalera?

## Reflexionar – 20 mins

**Paso
3**.
Una
vez
terminado
el
cuento
y
construida
la
escalera
de
la
violencia
en
la
pareja
realizar
las
preguntas
generadoras:

¿cómo
se
sienten
al
escuchar
esta
historia?

¿qué
tan
real
puede
ser
esta
historia?

¿qué
piensan
de
los
escalones?,
¿cuál
de
ellos
les
llama
a
reflexionar?

¿porque
la
escalera
va
de
subida
y
no
se
empieza
por
el
último
escalón
(violencia
física
severa)?

## Integrar conocimientos – 20 mins

Recursos: R16

**Paso
4**.
En
la
plenaria
de
reflexión
es
posible
que
las
participantas
conecten
son
su
propia
historia
de
violencia 
además
que
se
mencionarán
los
mitos
relacionados
a
la
violencia;
se
recomienda
tomar
nota
de
ellos
para
la
siguiente
sesión.

Complementar
la
reflexión
con
las
siguientes
ideas
claves:

-
Lo
que
vive
Pepa
en
esta
historia
es
violencia,
desde
el
primer
escalón
de
CONTROL.

-
Muchas
veces
creemos
que
la
violencia
son
solamente
los
golpes
y
que
acciones
como
el
control,
el
aislamiento,
los
celos,
la
manipulación,
el
chantaje,
etc.,
no
son
violencia.
Incluso
la
sociedad
ha
naturalizado
tanto
la
violencia
en
las
relaciones
de
pareja
que
pensamos
que
es
muy
necesario
porque
son
una
muestra
de
amor
por
ejemplo
la
creencia
de
"si
no
te
cela
no
te
ama".

-
Es
una
realidad
social
que
existe
una
asimetría
de
poder
entre
lo
femenino
y
masculino
y
es
este
partiarcado
lo
que
motiva,
justifica
y
naturaliza
la
violencia
en
las
relaciones
de
pareja.

-
La
violencia
es
una
vulneración
de
derechos:
a
vivir
una
vida
libre
de
violencias,
a
la
salud,
afecta
nuestra
dignidad.

-
La
sociedad
(pareja,
familia,
amigxs,
instituciones,
etc,)
tiende
a
culpabilizar
a
quien
ha
sido
victimizada
de
la
violencia
que
ha
sufrido
restando
responsabilidad
a
los
agresores
de
sus
actos
y
revictimizando
a
quienes
deciden
romper
el
silencio.

-
La
naturalización
de
la
violencia
se
apoya
de
toda
producción
cultural
como
las
canciones,
las
películas,
los
cuentos,
las
creencias
sobre
el
amor,
los
consejos
sobre
el
amor,
etc.
Por 
esta
razón
es
necesario
cuestionar
todo
esto.

Además
se
recomienda
terminar
con
la
siguiente
reflexión:
¿será
que
a
las
mujeres
nos
gusta
sufrir
violencia?

-
Justamente,
ninguna
de
nosotras
quiere
vivir
violencia
sin
embargo
ésta
suele
ser
progresiva,
como
la
escalera.
Y,
por
otro
lado
los
agresores
usan
diversos
mecanismos
que
van
restando
la
capacidad
que
todas
tenemos
de
"saltar
de
la
olla
de
agua
hirviendo".

Para
comprender
mejor
esto
contar
la
fábula
de
la
ranita.

Actividad creada por Mónica Rojas Puente de Idea Dignidad

Recurso

# R14. Cuento de Pepa y Pepe

|  |  |
| --- | --- |
| Tipo | Documento (pdf) |
| Audiencia | Adolescentes, adultos, adultos mayores |
| Temas | Vida, dignidad, jóvenes, adolescencia, mujeres, masculinidades, violencia |
| Descripción | El cuento se encuentra en las páginas 15-19 |

Recurso

# R15. Escalera de VBG

|  |  |
| --- | --- |
| Tipo | Documento (pdf) |
| Audiencia | Adolescentes, adultos, adultos mayores |
| Temas | Vida, libertad, dignidad, adolescencia, mujeres, violencia |
| Descripción | Se remienda aumentar el último escalón que es FEMICIDIO |

Recurso

# R16. Cuento de la ranita hervida

|  |  |
| --- | --- |
| Tipo | Documento (docx) |
| Audiencia | Adolescentes, adultos, adultos mayores |
| Temas | Víctimas, adolescencia, mujeres, violencia |
| Descripción | Acoplar esta información de una manera lúdica. |

Actividad

# A27. Soy mi hogar

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Reconocer limites y transgresiones al cuerpo y espacios propios |
| Propósito | Sensibilizar |
| Temas | Derechos humanos, integridad personal, igualdad, adolescencia |
| Momento | Desarrollo |
| Modalidad | Presencial: Exteriores, A distancia: tutorado |
| Técnica | Trabajo en grupos, trabajo personal |
| Audiencia | Adolescentes  **Participantes**: 3 – 12 |
| Fases | • Vincular con la experiencia: 40 mins• Reflexionar: 15 mins• Integrar conocimientos: 10 mins  **Tiempo total**: 1 hora 5 mins |
| Materiales consumibles | • Tizas |
| Precauciones | • Estar pendiente de las reacciones y comunicación verbal y no verbal de las participantes |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## Vincular con la experiencia – 40 mins

**Paso
1**.
A
cada
participante
se
le
entrega
una
tiza
y
se
da
la
siguiente
instrucción:
“Cada
persona
va
a
dibujar
en
el
piso
su
hogar,
como
cada
una
lo
quiera
representar:
del
tamaño,
forma
y
decoraciones
que
cada
una
quiera.”

**Paso
2**.
Luego,
cuando
cada
persona
haya
terminado
de
plasmar
su
casa,
las
facilitadoras
van
a
proseguir
visitando
cada
hogar.
Las
facilitadoras
advierten
que
cada
invitada
tendrá
una
personalidad
distinta
y
habrá
personalidades
más
fáciles
y
difíciles
de
tratar.

**Paso
3**.
En
cada
visita,
las
visitadoras
van
a
turnarse
para
tomar
tres
tipos
de
actitudes:
amable,
agresivo
y
pasivo-agresivo.

      •
Amable:
La
facilitadora
va
a
tocar
la
puerta
para
entrar,
va
a
pedir
permiso.
En
el
caso
de
que
sea
invitada
a
pasar,
va
a
ingresar,
en
el
caso
de
que
no,
lo
respeta
y
no
ingresa.
Al
entrar,
tata
con
respeto
a
la
dueña
de
esa
casa
y
respeta
el
lugar.
Asimismo,
al
irse,
agradece
el
que
le
hayan
dejado
pasar.

      •
Agresivo:
Entrar
sin
pedir
permiso. 
Si
la
anfitriona
de
la
casa
reclama
y
le
pide
que
se
vaya,
la
facilitadora
le
contesta
que
no
le
hará
caso,
borra
algo
de
la
decoración
y
puede
decirle
de
manera
directa
que
no
le
gusto
algún
aspecto
de
la
casa
y
borrarlo
y
reemplazarlo
con
otro
dibujo.
Luego,
va
a
irse.

      •
Pasivo-agresivo:
La
facilitadora
va
a
tocar
la
puerta
y
va
a
ingresar
mientras
pregunta
si
puede
pasar.
Al
sentarse,
va
a
decir
comentarios
sobre
las
decoraciones
y
forma
de
casa:
“esta
bonita
la
casa,
pero
podría
ser
más
bonita”
“me
gusto
como
dibujaste
esta
puerta,
pero
podrías
dibujarla
mejor”.
Al
marcharse,
va
a
despedirse
gentilmente.

**Paso
4**.
Ante
estas
interacciones,
la
facilitadoras
deben
tomar
en
cuenta
las
reacciones
y
lenguaje
no
verbal
de
cada
participante.
 Cada
facilitadora
debe
visitar
las
casas
de
las
participantes,
no
se
deberán
repetir
las
personalidades
en
cada
visita.

## Reflexionar – 15 mins

**Paso
5**.
Después
de
que
se
hayan
visitado
cada
casa,
se
reflexiona:

      •
¿Cómo
se
sintieron?

      •
Cuando
la
persona
amable
visito
sus
casas,
¿Cómo
se
sintieron
y
qué
pensaron?

      •
Cuando
la
persona
agresiva
visito
sus
casas,
¿Cómo
se
sintieron
y
qué
pensaron?

      •
Cuando
la
persona
pasiva-agresiva
visito
sus
casas,
¿Cómo
se
sintieron
y
qué
pensaron?

      •
¿Cómo
pudieron
identificar
a
cada
una
de
estos
personajes?

      •
¿Cómo
respondieron
y
reaccionaron
ante
cada
personaje
que
visitó
sus
casas?

      •
¿Han
conocido
gente
así
a
lo
largo
de
sus
vidas?

      •
Si
es
así,
¿Cómo
se
sintieron
en
ese
momento?,
¿Qué
pensaron?,
¿Cómo
reaccionaron?

      •
¿Qué
podemos
hacer
la
próxima
que
alguien
traté
de
tratar
así
a
nosotras,
a
nuestros
hogares
que
somos
nosotras,
donde
habitamos?

## Integrar conocimientos – 10 mins

**Paso
6**.
A
los
largo
de
nuestras
vidas,
podemos
conocer
distintas
personas,
quienes
podrán
ejercer
violencias
de
formas
más
visibles
que
otras,
algunas
de
manera
sistemática
y
otras
una
única
vez.
Es
importante
reconocer
los
recursos
que
poseemos
para
poner
fin 
la
violencia
que
se
ejerce
en
contra
nuestra,
como
es
igual
de
importante
reconocer
los
limites
que
son
transgredidos
en
los
vínculos
que
construimos.

Actividad creada por Idea Dignidad

# *Día 9*

Actividad

# A28. Rompiendo las ideas de amor romántico

Notas

se tuvo apoyo de la voluntaria del área psicosocial

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Identificar las ideas de amor romántico naturalizadas. |
| Propósito | Sensibilizar |
| Temas | Género, violencia |
| Momento | Desarrollo |
| Modalidad | Presencial: Aula, A distancia: tutorado |
| Técnica | Dinámica de grupo |
| Audiencia | Adolescentes, adultos, adultos mayores  **Participantes**: 5 – 10 |
| Fases | • Vincular con la experiencia: 15 mins• Reflexionar: 20 mins• Integrar conocimientos: 20 mins  **Tiempo total**: 55 mins |
| Equipo | • Proyector |
| Precauciones | • Tener los videos de las canciones listos |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## Vincular con la experiencia – 15 mins

**Paso
1**.
Pedirles
que
formen
grupos,
dependiendo
el
número
de
participantes
que
se
encuentren
presentes.

**Paso
2**.
Entregar
las
tarjetas
sobre
las
princesas
y
los
cuentos
de
hadas.

**Paso
3**.
Pedirles
que
discutan
sobre
el
mensaje
de
las
tarjetas:
cada
grupo
tendrá
una
tarjeta
con
un
mensaje
diferente.

**Paso
4**.
Después
de
darles
un
tiempo
para
la
discusión,
deberán
compartir
con
el
grupo
sus
reflexiones.

Se
puede
usar
preguntas
incitadoras
cómo:

¿Qué
piensan
sobre
el
mensaje
de
su
tarjeta?

¿Sienten
que
en
la
vida
fuera
de
los
cuentos
de
hadas
ocurren
situaciones
similares?

**Paso
5**.
La
Forma
en
la
que
actúan
las
princesas
de
los
cuentos
de
hadas,
es
la
forma
de
amor
que
se
espera
de
las
mujeres,
y
esta
está
asociada
a
la
idea
de
entrega
total
al
otro.
Todas
las
creencias
que
tenemos
sobre
el
amor
que
engloban
las
que
acabamos
de
analizar
tienen
que
ver
con
EL
AMOR
ROMÁNTICO.

## Reflexionar – 20 mins

**Paso
6**.
Existen
algunos
mitos
en
cuanto
al
amor
romántico:

Poder
del
amor:

Voy
a
poder
cambiarlo
por
amor

Los
polos
opuestos
se
atraen

Se
sufre
porque
se
ama

El
amor
todo
lo
perdona
y
puede
con
todo.

**Paso
7**.
Media
naranja:

Tenemos
que
encontrar
a
alguien
que
nos
complete

Hay
un
único
amor
verdadero
en
la
vida

El
amor
verdadero
dura
toda
la
vida

**Paso
8**.
Entrega
total:

Solo
existo
cuando
tengo
pareja

Solo
“yo”
puedo
hacerte
feliz.

Es
más
importante
el
“nosotros”
que
el
“yo”

Renuncio
a
mi
intimidad

**Paso
9**.
Celos:

Si
me
cela
es
porque
me
ama

Si
me
controla
es
porque
se
preocupa
por
mi.

**Paso
10**.
Los
mitos
del
amor
romántico
están
relacionados
con
la
violencia,
las
formas
o
demostraciones
de
amor
que
acabamos
de
revisar
son
naturalizadas
y
aprobadas
socialmente.
Cuando
desaprendemos
estas
conductas
podemos
dar
paso
a
formas
de
amor
saludables,
en
las
cuales
los
principios
serán
el
amor
y
el
cuidado
personal
y
del
otro.

## Integrar conocimientos – 20 mins

**Paso
11**.
Hemos
normalizado
estas
mal
llamadas
formas
de
amar
porque
se
encuentran
en
nuestra
cotidianidad:
películas,
novelas,
canciones,
etc.

**Paso
12**.
A
continuación
vamos
a
hacer
un
karaoke
con
algunas
canciones
que
a
la
mayoría
nos
gustan,
tratemos
de
identificar
estas
ideas
de
amor
romántico
que
acabamos
de
analizar.

**Paso
13**.
“Borró
Casette”:
el
mensaje
que
el
cantante
da
sobre
emborrachar
a
mujeres
para
mantener
relaciones
sexuales
con
ellas.

**Paso
14**.
“Te
compro
tu
novia”:
el
mensaje
de
las
mujeres
como
una
mercancía
que
puede
ser
intercambiada,
regalada
o
vendida.

**Paso
15**.
“La
media
vuelta”:
el
mensaje
sobre
el
ejercicio
de
poder
del
hombre
al
creer
que
su
deseo
de
estar
o
no
estar
con
su
pareja
depende
únicamente
de
él.

**Paso
16**.
“Eres
mía”:
el
mensaje
sobre
el
sentido
de
propiedad
del
hombre
sobre
la
vida
de
la
mujer.

**Paso
17**.
“Mientes
tan
bien”:
el
mensaje
que
normaliza
la
idea
de
entrega
total
sin
esperar
nada
a
cambio
del
otro.
Además
de
que
historicamente
las
mujeres
hemos
sido
culpadas
por
no
"poner
limites"
a
nuestras
parejas
cuando
mienten
lo
que
produce
la
culpa
de
las
violencia
en
las
mismas
mujeres
y
no
en
sus
agresores.

**Paso
18**.
En
cada
canción
pedir
que
sean
ellas
quienes
identifiquen
los
mensajes
que
en
lo
posterior
será
reforzado
por
las
presentadoras.

**Paso
19**.
Pedir
que
si
tienen
canciones
que
envíen
mensajes
así
las
nombren
para
ser
analizadas.

**Paso
20**.
Así
como
estas
canciones
que
las
escuchamos
en
la
cotidianidad,
muchas
de
las
cosas
que
consumimos
nos
envían
mensajes
distorsionados
sobre
el
amor.
El
identificar
estos
mensajes
y
cuestionarlos
nos
va
a
permitir
poderlas
identificar
en
nuestro
día
a
día,
y
de
esta
forma
construir
relaciones
saludables.

Actividad creada por Idea Dignidad

Actividad

# A29. Iceberg de la violencia de género

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Reconocer las formas visibles y no visibles de violencia. |
| Propósito | Capacitar |
| Temas | Género, violencia |
| Momento | Desarrollo |
| Modalidad | Presencial: Aula, A distancia: tutorado |
| Técnica | Dinámica de grupo |
| Audiencia | Niños, adolescentes, adultos, adultos mayores  **Participantes**: 5 – 10 |
| Fases | • Vincular con la experiencia: 10 mins• Reflexionar: 15 mins• Integrar conocimientos: 5 mins  **Tiempo total**: 30 mins |
| Materiales consumibles | • Papelote dibujado el iceberg de la violencia de género, marcadores. |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## Vincular con la experiencia – 10 mins

**Paso
1**.
Preguntamos
si
conocen
lo
que
es
un
iceberg,
una
vez
de
escuchado
y
validado
las
respuestas
decimos
que
es
un
una
enorme
placa
de
hielo
que
flota
en
los
océanos
debido
al
desprendimiento
de
los
glaciares.
Lo
que
vemos
del
iceberg
es
solo
una
parte,
cuando
en
el
fondo
es
mucho
más
grande.

**Paso
2**.
Tener
en
un
papelote
dibujado
un
iceberg
con
una
división
entre
la
parte
visible
e
invisible.
Decir
que
vamos
a
colocar
las
formas
de
violencia,
arriba
las
más
explicitas
y
abajo
las
consideradas
“sutiles”.

Preguntar:

¿Qué
formas
de
violencia
conocen?

¿Qué
formas
de
violencia
han
experimentado?

## Reflexionar – 15 mins

**Paso
3**.
Ir
anotando
cada
respuesta
en
el
iceberg
mientras
se
analiza
de
forma
colectiva
porque
la
ubicamos:
arriba,
abajo
o
quizá
en
el
medio.

Poner
énfasis
si
son
nombradas
y
si
no
mencionar
los
"chistes"
y
frases
como
"lloras
como
mujercita".
Acciones
vividas
en
la
cotidianidad.

## Integrar conocimientos – 5 mins

**Paso
4**.
La
violencia
puede
presentarse
de
distintas
formas,
y
suele
ir
escalando.
Las
formas
de
violencia
que
se
encuentran
abajo
son
las
que
sostienen
las
violencias
que
se
encuentran
arriba,
y
que
son
identificadas
por
su
alto
impacto
en
muchos
casos
irreversible
como
el
femicidio.
La
violencia
de
género
no
es
un
problema
individual
sino
que
es
un
fenómeno
social,
que 
atraviesa
distintos
ámbitos
de
la
vida,
existe
un
conjunto
de
violencias
invisibles
que
son
la
base
de
sustentación
a
otras
violencias.
Por
esto
es
fundamental
que
la
sociedad
conozca
el
iceberg
de
las
violencias
porque
todas
podemos
hacer
algo
para
desarmar
el
entramado
social
y
cultural
que
promueve
el
sistema
patriarcal.

Actividad creada por Idea Dignidad

# *Día 10*

Actividad

# A30. Cuento sobre ciclo de violencia

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Identificar los factores del ciclo de violencia |
| Propósito | Sensibilizar |
| Temas | Igualdad, adolescencia, género, mujeres, violencia |
| Momento | Desarrollo |
| Modalidad | Presencial: Aula, A distancia: tutorado |
| Técnica | Lectura |
| Audiencia | Adolescentes, adultos  **Participantes**: 1 – 12 |
| Fases | • Reflexionar: 25 mins• Integrar conocimientos: 15 mins  **Tiempo total**: 1 hora (modificado del original) |
| Recursos | • R17P. Ciclo de violencia |
| Materiales consumibles | • Carteles |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## Reflexionar – 25 mins

Recursos: R17P

**Paso
1**.
Se
entrega
a
cada
participante
tres
letreros:
1. 
Tensión,
2.
Agresión
y
3.
Luna
de
miel.
Después,
se
lee
a
todo
el
grupo
el
cuento
de
“Pepa
y
Pepe:
ciclo
de
violencia.”

**Paso
2**.
Pepa
y
Pepe
eran
novios,
cuando
empezaron
a
salir,
Pepe
le
decía
comentario
a
Pepa
de
que
no
le
gustaba
que
se
vista
con
faldas
y
shorts
y
le
decía
que
era
porque
afuera
hay
gen
te
mala
y
no
quisiera
que
le
pase
algo.
Pepa
pensaba
que
era
por
su
bien
y
que
Pepe
solo
quería
protegerla.
(VIOLENCIA)

Un
día,
Pepa
tenía
una
fiesta
de
cumpleaños
de
su
mejor
amiga
y
decidió
ponerse
un
vestido
para
la
ocasión,
cuando
Pepe
le
vio,
se
enojo
con
Pepa,
estaba
celoso,
le
cuestionó
el
por
qué
usaba
vestido.
Pepa
no
le
pareció
la
actitud
de
Pepe,
así
que
se
molestó
con
él
y
decidió
ir
a
la
fiesta.
(VIOLENCIA)
Al
otro
día,
Pepe
le
escribió
y
le
pidió
disculpas,
le
dijo
que
se
molesto
porque
se
preocupa
por
ella
y
quería
cuidarla,
le
dijo
que
nunca
más
lo
iba
a
hacer
si
ella
le
perdonaba.
Pepa
decidió
perdonarlo.
(LUNA
DE
MIEL).

Durante
un
tiempo,
Pepe
no
volvió
a
tener
conductas
de
control,
ni
decirle
nada
sobre
la
ropa
de
Pepa,
pero
si
hacia
caras
cuando
Pepa
usaba
faldas
o
usaba
vestidos.
Se
mostraba
molesto,
pero
no
le
decía
nada
a
Pepa,
hasta
que
un
día
Pepe
llegó
enojado
a
casa
de
Pepa,
porque
le
había
ido
mal
en
clases
(TENSIÓN).

Al
llegar
a
casa
de
Pepa,
ella
le
quería
abrazar,
pero
él
se
enojó,
le
dijo
que
no
le
moleste,
que
ella
solo
le
hace
enojar
más
y
que
su
presencia
es
muy
molesta,
le
dijo
que
si
le
iba
a
molestar,
de
gana
iba
a
verla.
así
que
se
fue
enojado
tirando
la
puerta.
Pepa
estaba
triste
y
asustada
por
los
gritos
y
porque
Pepe
le
había
empujado.
(VIOLENCIA).

En
la
noche,
Pepe
le
escribió
a
Pepa,
le
dijo
que
lo
siente
mucho,
que
se
da
cuenta
que
tiene
problemas
de
ira,
pero
que
ella,
si
de
verdad
le
quiere,
debe
comprenderle
y
ayudarlo
a
ser
mejor
persona,
le
dijo
que
iba
a
buscar
ayuda,
pero
que
ella
debe
quedarse
con
él
porque
de
verdad
la
ama
y
esta
completamente
enamorado
de
ella.
Pepa
cree
que
ella
puede
ayudarlo,
que
el
amor
es
eso,
es
estar
en
las
buenas
y
en
las
malas
y
que
además,
ella
debía
comprender
que
Pepe
estaba
enojado
por
cosas
del
colegio
y
que
ella
no
fue
de
ayuda,
lo
que
hizo
que
él
se
enojé
más.
Pepa
decidió
perdonarlo,
pero
con
la
condición
de
que
busque
ayuda,
él
dijo
que
lo
iba
a
hacer
solo
por
ella.

Pepe
buscó
ayuda
pidiendo
consejería
con
el
psicólogo
del
colegio
y
en
la
iglesia
que
asistía.
Además,
para
seguir
mostrando
su
amor
verdadero,
le
llevaba
flores
y
le
invitaba
a
citas.
Era
más
cariñoso,
Pepa
pensó
que
Pepe
ya
cambió
y
que
no
iba
a
volver
a
tratarla
mal.
(LUNA
DE
MIEL)

Cuando
Pepe
se
enojaba,
le
decía
que
Pepa
debe
darle
espacio
y
que
no
haga
cosas
para
que
se
enoje
más.
(TENSIÓN)

Un
día
que
llego
enojado
por
haber
peleado
con
su
padres,
fue
a
visitar
a
Pepa,
y
le
dijo
que
si
de
verdad
quiere
ayudarla,
debe
tener
sexo,
ya
que
eso
le
ayudaría
mucho
para
que
el
se
sienta
bien.
Pepa
no
estaba
segura,
le
dijo
que
no
quería
hacerlo.
Pepe
se
enojo
mucho,
le
dijo
que
él
le
ha
tratado
muy
bien,
que
busco
ayuda
solo
por
ella
y
que
ella
le
debe,
después
de
tanto
lo
que
él
hizo
por
ella
y
la
relación.
Pepa
se
seguía
negando,
así
que
Pepe
le
molestó
aún
más
y
trató
de
obligarla,
Pepa
empezó
a
llorar
y
él
le
dijo
que
deje
de
exagerar,
que
no
le
iba
a
hacer
nada,
que
si
ella
no
le
quiere
de
verdad,
solo
le
hace
perder
el
tiempo
y
se
fue.
(VIOLENCIA),

Pepa
quedo
muy
asustada,
pensó
que
si
fue
su
culpa,
ella
pensaba:
“es
verdad,
Pepe
se
esforzó
mucho
en
esta
relación,
hubo
un
tiempo
donde
si
se
vieron
los
cambios,
tal
vez
si
es
posible
que
esta
vez
fue
culpa
de
ella,
ya
que
es
“normal”
que
los
novios
tengan
novios
y
que
el
tenía
que
tener
relaciones
porque
es
su
novio
y
se
ha
portado
muy
bien
con
ella.
Ahora,
Pepa
fue
quien
le
escribió
a
Pepe,
para
pedir
disculpas.
Pepe
le
dijo
que
si
le
molestaba
mucho
la
actitud
de
Pepa,
que
ella
debe
comprender
que
como
hombre,
tiene
necesidades
y
que
si
son
novios,
ella
debe
tener
relaciones
con
él,
es
lo
normal.
Pepa
pensó
que
él
tenía
razón.

Pepa
y
Pepe
volvieron
a
una
etapa
de
tranquilidad,
parecía
que
todo
iba
a
estar
bien.
Aunque
Pepa
cuidaba
mucho
lo
que
decía
y
hacia,
pensando
que
así 
podía
evitar
que
Pepe
se
enoje 
(TENSIÓN).

Pepa
creía
que
solo
no
tenía
que
hacer
cosas
que
le
hagan
enojar
a
Pepe
y
estarían
bien.
Hasta
que
un
día,
Pepe
y
Pepa
había
ido
juntos
la
fiesta
de
un
amigo
y
empezaron
a
discutir,
Pepa
estaba
también
molesta
porque
Pepe
le
reclamaba
de
que
ella
estaba
coqueteando
con
un
chico,
pero
no
era
cierto,
así
que
ella
también
se
enojó.
Mientras
los
dos
discutían,
un
amigo
de
Pepe
le
dijo
que
se
deja
dominar
por
Pepa
y
que
ella
es
quien
lleva
los
pantalones
en
la
relación.
Al
escuchar
este
comentario,
Pepe
se
enojó
aún
más
y
golpeó
a
Pepa
para
demostrar
quien
era
el
hombre.
Pepa
se
asustó
mucho
y
Pepe
le
dijo
que
es
su
culpa
por
gritarle,
que
se
aguante.
(VIOLENCIA)

Pepa
decidió
regresar
a
casa.
Estaba
asustada,
triste
y
confundida,
pensaba:
¿Fue
mi
culpa?
si
yo
también
le
grité,
yo
le
amo
y
pasamos
buenos
ratos,
la
verdad
son
más
los
buenos
ratos
que
los
malos,
el
ha
demostrado
que
de
verdad
le
ama,
si
el
siente
celos,
debe
ser
porque
la
protege
y
no
la
quiero
perder.
Pero
ella
también
sentía
miedo,
¿debía
seguir
con
él?
Todas
las
personas
le
dicen
que
le
dejé,
pero
ella
lo
ama
y
cree
que
él
también
le
ama.

**Paso
3**.
En
cada
parte
del
relato,
se
pregunta
a
las
asistentes
que
identifiquen
qué
parte
del
ciclo
es
y
el
por
qué
lo
identifican
así,
cuales
son
las
caracteristicas
de
esa
etapa
de
ciclo
y
los
cambios
que
se
vana
produciendo
en
el
personaje
de
Pepa.

## Integrar conocimientos – 15 mins

**Paso
4**.
A
partir
de
las
reflexiones
que
se
van
generando
durante
la
lectura,
se
enfatiza
en
el
como
el
estar
inmersas
en
un
ciclo
de
violencia
va
a
afectar
y
debilitar
las
capacidades
de
la
persona,
lo
que
complejiza
el
tomar
decisiones
y
salir
de
una
relación
violenta,
justamente
por
los
mecanismos
que
el
agresor
utiliza
contra
la
víctima,
como
manipulación,
culpa,
chantaje
emocional,
aislamiento,
en
donde
coexiste
el
abuso
y
comportamientos
amorosos.

Actividad creada por Idea Dignidad

Recurso

# R17P. Ciclo de violencia

para participantes

|  |  |
| --- | --- |
| Tipo | Documento (pdf) |
| Audiencia | Adolescentes, adultos, adultos mayores |
| Temas | Violencia |
| Descripción | Tres etapas de violencia: agresión, tensión, luna de miel. |

Actividad

# A31. Tipos de violencia de género

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Conocer e identificar los tipos de violencia de género. |
| Propósito | Sensibilizar |
| Temas | Género, violencia |
| Momento | Desarrollo |
| Modalidad | Presencial: Aula, A distancia: tutorado |
| Técnica | Dinámica de grupo |
| Audiencia | Adolescentes, adultos  **Participantes**: 3 – 10 |
| Fases | • Vincular con la experiencia: 10 mins• Reflexionar: 25 mins• Integrar conocimientos: 15 mins  **Tiempo total**: 1 hora (modificado del original) |
| Equipo | • Tarjetas con los ejemplos de los tipos de violencia |
| Precauciones | • Los ejemplos pueden varias de acuerdo a la población. |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## Vincular con la experiencia – 10 mins

**Paso
1**.
Preguntar
a
las
participantes
sobre
las
formas
o
tipos
de
violencia
que
conocen.
En
la
mayoría
de
los
casos
se
menciona
la
violencia
física
y
psicológica,
validar
y
mencionar
que
existen
varios
tipos
de
violencia
más
que
van
a
ser
revisadas
a
continuación..

**Paso
2**.
Indicar
que
vamos
a
leer
algunos
ejemplos
y
que
vamos
a
ir
ubicando
según
el
tipo
de
violencia
que
crean
que
es:

violencia
física,
violencia
psicológica,
violencia
patrimonial
y
económica,
violencia
sexual,
violencia
gineco.obstétrica 
y
violencia
política.

## Reflexionar – 25 mins

**Paso
3**.
Leer
cada
uno
de
los
ejemplos,
escuchar
las
respuestas
e
indagar
porque
la
ubican
en
ese
tipo
de
violencia.
Mientras
se
van
ubicando
se
puede
ir
explicando
porque
si/no
se
ubica
en
ese
lugar,

**Paso
4**.
Psicológica:
Mercedes
había
tenido
una
discusión
con
Sergio
y,
después
de
que
ella
le
compartiera
como
se
sentía
al
respecto,
Sergio
le
dijo
que
exagera
mucho
y
que
ella
le
trata
igual
o
peor,
solo
que
él
no
se
queja.

Violencia
económica
y
patrimonial:
A
Oscar
se
le
ocurrió
hacerle
una
broma
a
Eulalia:
le
destruyó
todo
su
maquillaje
mientras
grababa
su
reacción,
para
subirlo
a
redes.
Eulalia
se
enojó
y
estuvo
triste,
ya
que
eran
sus
cosas.

Sexual:
María
estaba
sentada
en
la
hora
de
recreo
junto
con
sus
amigas
y
vino
Samuel
corriendo,
le
robó
un
beso
y
se
fue
corriendo.

Física:
Catalina
jugaba
con
su
amigo
Miguel
y
el
empezó
a
ser
brusco
en
el
juego.
Catalina
le
dijo
que
le
bajé,
pero
él
fue
más
grosero
y
la
lastimó
dejándole
un
morado.
Él
le
dijo:
"Fue
solo
un
juego,
nos
estábamos
divirtiendo"

Violencia
gineco-obstretica:
mientras
Julia
daba
a
luz,
la
enfermera
le
decía
que
se
calme,
que
no
duele
tanto,
que
está
siendo
muy
exagerada.

Violencia
política:
Carmen
quiere
ser
la
nueva
presidenta
del
salón
y,
en
el
debate
presidencial,
su
contrincante
le
ataca
diciendo
que
es
una
"cualquiera",
le
juzga
por
tener
una
vida
sexual
activa.

Violencia
simbólica:
En
el
colegio
de
Tatiana,
sus
profesores
les
dicen
que
las
mujeres
debe
verse
delgadas,
femeninas
y
delicadas;
les
prohíben
decir
groserías
y
no
les
invitan
a
jugar
al
fútbol.

**Paso
5**.
Se
puede
solicitar
que
mencionen
otros
ejemplos
para
irlos
ubicando
según
sus
propias
experiencias
o
de
personas
cercanas.

Los
ejemplos
de
cadxa
violencia
pueden
varias
segun
el
tipo
de
población
con
la
que
se
vaya
a
trabajar.

## Integrar conocimientos – 15 mins

**Paso
6**.
Los
7
tipos
de
violencia
mencionados
son
los
reconocidos
dentro
de
la
Ley
orgánica
para
prevenir
y
erradicar
la
violencia
contra
la
mujer
en
el
art.
10.

Violencia
física: Todo
acto
u
omisión
que
produzca
o
pudiese
producir
daño
o
sufrimiento
físico,
dolor
o
muerte,
así
como
cualquier
otra
forma
de
maltrato
o
agresión,
castigos
corporales,
que
afecte
la
integridad
física,
provocando
o
no
lesiones,
ya
sean
internas,
externas
o
ambas,
esto
como
resultado
del
uso
de
la
fuerza
o
de
cualquier
objeto
que
se
utilice
con
la
intencionalidad
de
causar
daño
y
de
sus
consecuencias,
sin
consideración
del
tiempo
que
se
requiera
para
su
recuperación.

Violencia
psicológica.-
Cualquier
acción,
omisión
o
patrón
de
conducta
dirigido
a
causar
daño
emocional,
disminuir
la
autoestima,
afectar
la
honra,
provocar
descrédito,
menospreciar
la
dignidad
personal,
perturbar,
degradar
la
identidad
cultural,
expresiones
de
identidad
juvenil
o
controlar
la
conducta,
el
comportamiento,
las
creencias
o
las
decisiones
de
una
mujer,
mediante
la
humillación,
intimidación,
encierros,
aislamiento,
tratamientos
forzados
o
cualquier
otro
acto
que
afecte
su
estabilidad
psicológica
y
emocional.

Violencia
sexual.-
Toda
acción
que
implique
la
vulneración
o
restricción
del
derecho
a
la
integridad
sexual
y
a
decidir
voluntariamente
sobre
su
vida
sexual
y
reproductiva,
a
través
de
amenazas,
coerción,
uso
de
la
fuerza
e
intimidación,
incluyendo
la
violación
dentro
del
matrimonio
o
de
otras
relaciones
vinculares
y
de
parentesco,
exista
o
no
convivencia,
la
transmisión
intencional
de
infecciones
de
transmisión
sexual
(ITS),
así
como
la
prostitución
forzada,
la
trata
con
fines
de
explotación
sexual,
el
abuso
o
acoso
sexual,
la
esterilización
forzada
y
otras
prácticas
análogas.

Violencia
económica
y
patrimonial.-
Es
toda
acción
u
omisión
que
se
dirija
a
ocasionar
un
menoscabo
en
los
recursos
económicos
y
patrimoniales
de
las
mujeres.

Violencia
simbólica.-
Es
toda
conducta
que,
a
través
de
la
producción
o
reproducción
de
mensajes,
valores,
símbolos,
iconos,
signos
e
imposiciones
de
género,
sociales,
económicas,
políticas,
culturales
y
de
creencias
religiosas,
transmiten,
reproducen
y
consolidan
relaciones
de
dominación,
exclusión,
desigualdad
y
discriminación,
naturalizando
la
subordinación
de
las
mujeres.

Violencia
política.-
Es
aquella
violencia
cometida
por
una
persona
o
grupo
de
personas,
directa
o
indirectamente,
en
contra
de
las
mujeres
que
sean
candidatas,
militantes,
electas,
designadas
o
que
ejerzan
cargos
públicos,
defensoras
de
derechos
humanos,
feministas,
lideresas
políticas
o
sociales,
o
en
contra
de
su
familia.

Violencia
gineco-obstétrica.-
Se
considera
a
toda
acción
u
omisión
que
limite
el
derecho
de
las
mujeres
embarazadas
o
no,
a
recibir
servicios
de
salud
gineco-obstétricos.
Se
expresa
a
través
del
maltrato,
de
la
imposición
de
prácticas
culturales
y
científicas
no
consentidas
o
la
violación
del
secreto
profesional,
el
abuso
de
medicalización,
y
la
no
establecida
en
protocolos,
guías
o
normas.

La
violencia
puede
darse
de
diferentes
formas
y
en
distintos
conextos,
es
importante
poder
reconocerla
para
de
esta
forma
identificarla
y
poder
hacer
un
ejercicio
pleno
de
nuestros
derechos.

Actividad creada por Idea Dignidad

# *Día 11*

Actividad

# A32. MIS COSAS FAVORITAS

Notas

esta sesión la llevó a cabo el área legal. Al final de la sesión se entrega el documento de bitácora para integrar conocimientos.

Adjunto

R18. bitácora violencia desde lo legal\_1.pdf

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Actividad de presentacion |
| Propósito | Difundir |
| Temas | Derechos humanos, familia |
| Momento |  |
| Modalidad |  |
| Técnica |  |
| Audiencia | Adolescentes  **Participantes**: 10 – 10 |
| Fases | **Tiempo total**: 30 mins |
| Recursos | • R19. CASA DE MUÑECAS DE PAPEL |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## – 30 mins

Recursos: R19

**Paso
1**.
Repartir
recurso
casa
de
muñecas

## – 0 seg

**Paso
2**

      1.
Pedir
que
en
el
letrero
de
la
hoja
escriban
la
siguiente
información:

            1.
Color
favorito

            2.
Animal
favorito

            3.
Musica
favorita

            4.
Comida
favorita

            5.
Creencia
Religiosa
(si
la
tiene)

            6.
Deporte
favorito

## – 0 seg

**Paso
3**.
Pedirle
a
cada
participante
que
se
presente
indicando
su
nombre
y
sus
respuestas

## – 0 seg

**Paso
4**.
Fortalecer
la
idea
de
que
todos
somos
diferentes,
tenemos
diferentes
creencias
y
preferencias
y
es
importante
respetar
las
vivencias
ajenas

Actividad creada por Idea Dignidad

Recurso

# R19. CASA DE MUÑECAS DE PAPEL

|  |  |
| --- | --- |
| Tipo | Documento (pdf) |
| Audiencia | Adolescentes |
| Temas | Familia, niñez, mujeres, educación en derechos humanos |
| Descripción | CONTIENE CASA DE MUÑECAS DE PAPEL Y LETRERO DE ENTRADA |

Actividad

# A33. LA VIDA DE RAFAELA

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Exigir cumplimiento de derechos de niños, niñas y adolescentes |
| Propósito | Difundir |
| Temas | Derechos humanos, familia |
| Momento |  |
| Modalidad |  |
| Técnica |  |
| Audiencia | Adolescentes  **Participantes**: 10 – 12 |
| Fases | **Tiempo total**: 1 hora |
| Recursos | • R20P. PRESENTACION SOBRE RUTA DE PROTECCION• R21. MUÑECAS DE PAPEL |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## – 1 hora

Recursos: R20P

**Paso
1**.
Proyectar
presentación
sobre
ruta
de
protección

## – 0 seg

Recursos: R21

**Paso
2**

      1.
Abir
con
las
siguientes
ideas:

            1.
Indicar
que
todos
los
días
de
acuerdo
a
UNICEF
en
el
mundo
nacen
392.000
niños
y
niñas

            2.
Todos
somos
iguales
ante
la
ley,
pero
los
niños,
niñas
y
adolescentes
cuentan
con
una
protección
especial
hasta
que
cumplan
18
años
y
puedan
interponer
demandas
y
exigir
la
tutela
de
sus
derechos
por
ellos
mismos.
Esta
responsabilidad
de
cuidado
es
correlativa
del
gobierno
y
de
la
familia.

            3.
Los
gobiernos
del
mundo
están
en
la
obligación
de
crear
herramientas
y
mecanismos
para
proteger
a
los
niños,
niñas
y
adolescentes
y
apoyar
a
las
familias
en
su
cuidado.

## – 0 seg

**Paso
3**.
Repartir
a
cada
una
de
las
participantes
recursos
de
casa
de
muñecas
de
papel

## – 0 seg

**Paso
4**.
Pedir
que
todas
tomen
a
la
muñeca
de
papel
y
presentarles
“ella
es
rafaela”
y
por
el
dia
de
hoy
se
encuentra
a
su
cuidado,
ustedes
serán
las
encargadas
de
asegurarse
que
rafaela
tenga
una
protección
integral
a
lo
largo
de
su
vida.

## – 0 seg

**Paso
5**.
Pedirles
que
se
tomen
un
momento
para
conocer
a
Rafaela
elegir
su
ropa.

## – 0 seg

**Paso
6**.
Pedir
a
las
participantes
que
vuelvan
a
ver
la
hoja
de
sus
cosas
favoritas
de
la
actividad
de
presentación
e
indicar
que
esas
características
que
ellas
ubicaron
seran
características
de
cada
uno
de
sus
hogares
y
fortalecer
las
siguientes
ideas

      1.
Todas
las
familias
son
diferentes

      2.
Los
padres
tienen
el
derecho
de
tomar
cierto
tipo
de
decisiones
de
como
sera
su
hogar,
elegir
en
que
religión
educará
a
sus
hijos,
a
que
tipo
de
escuela
asistirán,
que
tipo
de
comida
se
comerá
en
su
hogar,
si
se
tendran
o
no
mascotas,
etc.

      3.
Pero
no
pueden
tomar
desiciones
que
vayan
en
contra
de
los
derechos
de
los
niños

      4.
Pedir
que
me
indiquen
que
derechos
de
niños,
niñas
y
adolescentes
recuerdan.

      •
Las
familias
son
siempre
los
cuidadores
directos,
y
mientras
se
garanticen
los
derechos
de
los
niños
el
gobierno
no
tiene
por
que
involucrarse,
pero
esta
en
la
obligación
de
actuar
cuando
toma
conocimiento
de
que
existe
un
niño,
niña
o
adolescente
en
algún
tipo
de
peligro. âââââââ

## – 0 seg

**Paso
7**.
Ahora
que
tenemos
a
rafaela
a
nuestro
cuidado,
tenemos
que
asegurarnos
de
que
todos
sus
derechos
y
necesidades
sean
garantizados,

## – 0 seg

**Paso
8**.
Preguntar
¿Que
es
lo
que
los
niños
y
niñas
pequeñas
necesitan?

## – 0 seg

**Paso
9**.
Escribir
respuestas
en
papelografo

## – 0 seg

**Paso
10**.
A
partir
de
las
respuestas
explicar
los
procesos
de
exigencia
de
TENENCIA,
ALIMENTOS
Y
VISITAS,
con
auxilio
de
la
presentación

## – 0 seg

**Paso
11**.
Pedir
a
las
participantes
que
cada
vez
se
cubra
uno
de
los
temas
indicados
se
ubiquen
en
la
casa
de
muñecas
de
papel
los
elementos
que
lo
simbolizan

Actividad creada por Idea Dignidad

Recurso

# R20P. PRESENTACION SOBRE RUTA DE PROTECCION

para participantes

|  |  |
| --- | --- |
| Tipo | Video |
| Enlace externo | https://www.canva.com/design/DAE9HijbtWk/Pnr5OrRhQyexMqqvyKkong/edit |
| Duración | 26 segs |
| Audiencia | Adolescentes |
| Temas | Derechos de protección, sexuales y reproductivos, servicios públicos, víctimas, protección judicial, adolescencia, violencia, mecanismos |
| Publicado |  |
| Resumen | CONTIENE PRESENTACION CON LOS TEMAS DE ALIMENTOS, VISITAS TENENCIA Y RUTA DE PROTECCION DE VIOLENCIA DE GENERO |

Recurso

# R21. MUÑECAS DE PAPEL

|  |  |
| --- | --- |
| Tipo | Documento (pdf) |
| Audiencia | Adolescentes |
| Temas | Dignidad, víctimas, niñez, mujeres, educación en derechos humanos |
| Descripción | MUÑECAS DE PAPEL Y ELEMENTOS PARA LA CASA |

Actividad

# A34. RUTA DE PROTECCION

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Identificar la ruta de protección sobre denuncias de violencia |
| Propósito | Difundir |
| Temas | Obligaciones del Estado, víctimas |
| Momento |  |
| Modalidad |  |
| Técnica |  |
| Audiencia | Adolescentes  **Participantes**: 10 – 10 |
| Fases | **Tiempo total**: 1 hora |
| Recursos | • R22P. ROLES OBRA DE TEATRO• R23. Material escrito Ruta de proteccion |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## – 1 hora

Recursos: R22P

**Paso
1**.
Se
presenta
el
siguiente
caso
ante
los
participantes,
el
problema
quedará
proyectado
en
la
presentación

Ariana
tiene
16
años,
se
encuentra
cursando
la
educación
secundaria,
en
los
últimos
meses
sus
notas
han
bajado
mucho,
no
presta
atención
a
clases
ni
realiza
sus
tareas,
todos
notan
que
su
carácter
ha
cambiado,
últimamente
siempre
está
triste
o
enojada.

El
día
de
hoy
Ariana
decidió
contarle
a
sus
amigas
que
desde
hace
algún
tiempo
esta
siendo
víctima
de
abuso
sexual
por
parte
del
hermano
de
su
padre.
Aún
no
le
ha
contado
nada
a
sus
padres
porque
no
sabe
cuáles
podrían
ser
las
consecuencias
ni
que
es
lo
que
puede
hacer.

Todas
somos
amigas
de
Ariana
y
debemos
darle
la
información
correspondiente
sobre
cómo
puede
proceder
y
que
cosas
podría
esperar.

**Paso
2**.
Indicar
que
para
ayudarla
mejor
sus
amigas
prepararon
una
obra
de
teatro
en
la
que
le
podrán
mostrar
a
ariana
el
camino
que
deberá
cruzar
para
exigir
justicia
en
su
caso.

## – 0 seg

**Paso
3**.
Repartir
personajes
constantes
en
el
recurso
de
la
obra

## – 0 seg

Recursos: R23

**Paso
4**.
Pedir
que
cada
participante
lea
la
descripción
y
la
misión
de
su
personaje

**Paso
5**.
Se
les
entregará
tambien
los
recursos
que
forman
parte
del
proceso
penal
como:
denuncia,
sentencia,
medidas
de
protección,
pericias,
etc.
a
fin
de
que
sean
parte
de
la
dramatización

**Paso
6**.
Dar
15
minutos
a
fin
de
que
se
organicen
y
puedan
presentar
la
obra

**Paso
7**.
A
partir
de
los
resultados
con
auxilio
de
la
presentación
fortalecer
la
ruta
de
protección
y
medidas
de
protección.

**Paso
8**.
Repartir
recurso
escrito
con
información
resumida
sobre
lo
visto
en
el
taller

Actividad creada por Idea Dignidad

Recurso

# R22P. ROLES OBRA DE TEATRO

para participantes

|  |  |
| --- | --- |
| Tipo | Documento (docx) |
| Audiencia | Adolescentes |
| Temas | Derechos de protección, sexuales y reproductivos, servicios públicos, víctimas, protección judicial, adolescencia, mujeres, empoderamiento |
| Descripción | CONTIENE EL CASO Y LOS ROLES CON CADA UNA DE LAS DESCRIPCIONES PARA LLEVAR A CABO LA OBRA DE TEATRO |

Recurso

# R23. Material escrito Ruta de proteccion

|  |  |
| --- | --- |
| Tipo | Documento (pdf) |
| Audiencia | Adolescentes |
| Temas | Familia, niñez |
| Descripción | Contiene información resumida sobre la ruta de proteccion en casos de violencia de genero, medidas de proteccion y juciios de tenencia, alimentos y visitas |