

2024-1-ES02-KA210-YOU-000253858, Erasmus+

# El sistema patriarcal y la igualdad de género

no  
gender  
gap

## Teoría y definición

Para comprender a fondo el concepto de igualdad de género, es esencial comenzar por definir qué entendemos por género. El género se entiende como una construcción social que asigna características y comportamientos específicos a hombres y mujeres, estableciendo así normas sobre cómo se espera que se expresen y actúen en función de su sexo biológico. Esta construcción es dinámica y está intrínsecamente ligada a contextos históricos, sociales y culturales particulares, lo que significa que no es estática ni universal. Aunque el género se ha asociado tradicionalmente de manera binaria (hombres y mujeres), es fundamental reconocer que existen otras identidades de género diversas que trascienden este modelo, demostrando que el género no es un fenómeno biológico inmutable, sino una característica que evoluciona y varía en diferentes comunidades y a lo largo del tiempo. La igualdad de género se define como el objetivo de asegurar que todas las personas, independientemente de su identidad o expresión de género

disfruten de los mismos derechos, oportunidades y trato equitativo. Su propósito central es dismantelar todas las formas de desigualdad y evitar que un género sea privilegiado o se coloque en una posición de poder sobre otro.

El sistema patriarcal es el marco que genera y perpetúa estas dinámicas de poder, otorgando a los hombres una posición ventajosa sobre las mujeres y otras identidades de género. Se le denomina "sistema" porque es una amalgama de normas sociales, normas legales y pautas culturales que imponen, restringen y regulan los comportamientos y las posiciones que las personas pueden ocupar en la sociedad. El género, en este contexto, es una manifestación clave del patriarcado, ya que es a través del género que se definen y asignan características y expectativas consideradas "femeninas" y "masculinas". Este sistema se manifiesta en la vida diaria de múltiples maneras, entre las que destacan:

- La persistencia de expectativas que relegan a las mujeres al ámbito del cuidado del hogar y las tareas domésticas.
- Las diferencias salariales entre hombres y mujeres, incluso cuando realizan trabajos de igual valor, son conocidas como la brecha salarial de género.
- La representación desproporcionada de hombres en roles de liderazgo en la política y el mundo empresarial.
- La minimización y normalización de la violencia de género en diversos contextos sociales.

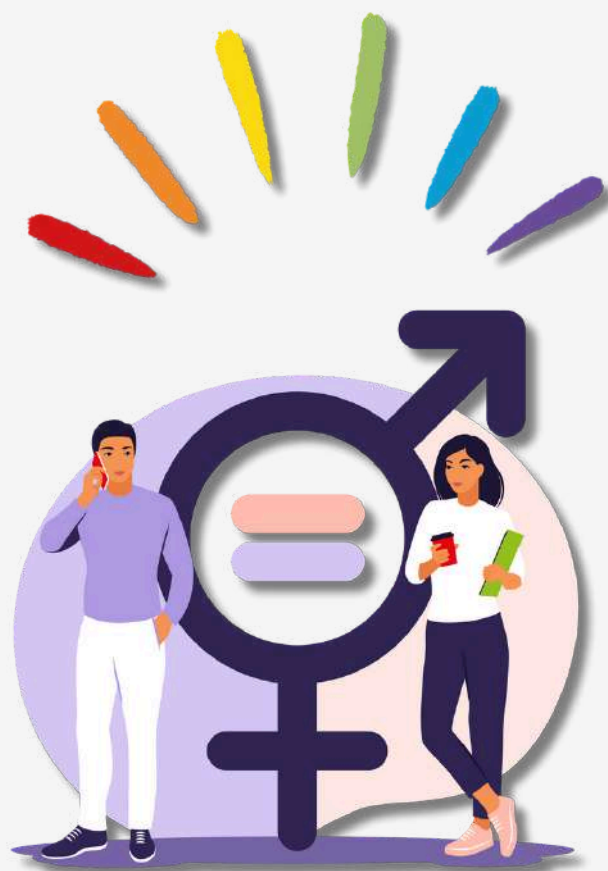
## Fundamentos teóricos de los conceptos de patriarcado e igualdad de género

La comprensión del patriarcado se basa en teorías desarrolladas por el movimiento feminista y los estudios de género. Estas corrientes analizan cómo el sistema social ha configurado roles, derechos y responsabilidades diferenciados e inequitativos para hombres y mujeres. El patriarcado, desde esta perspectiva, es un sistema donde los hombres cisgénero (una persona cuya identidad de género al nacer coincide con su identidad de género actual) han mantenido históricamente una posición de superioridad, ejerciendo mayor poder y control sobre las mujeres y otras identidades de género.

Consecuentemente, el sistema patriarcal es la causa de desigualdades en diversas esferas como el empleo, la política, la economía, la cultura y las interacciones sociales. Varias teóricas feministas han profundizado en el estudio del patriarcado. Por ejemplo, Kate Millet, en su influyente obra "Política sexual", expone cómo el patriarcado opera no solo en las esferas política y económica, sino que se extiende a la cultura y las interacciones sexuales, revelando la profunda raíz de la desigualdad de género en las relaciones personales y familiares.

Por otro lado, **Silvia Federici**, en "Calibán y la bruja", examina la intrincada conexión entre el patriarcado y la economía global, enfatizando cómo la segregación sexual del trabajo y la subordinación de las mujeres han sido elementos cruciales para la estructura capitalista.

El concepto de igualdad de género se basa en la premisa de que todas las personas deben poseer los mismos derechos y oportunidades. Esto implica asegurar que cada individuo, independientemente de su sexo o identidad de género, tenga acceso equitativo al desarrollo personal, al empleo y a la plena participación en la comunidad. Un concepto intrínsecamente ligado a la igualdad de género es la interseccionalidad, propuesta por Kimberlé Crenshaw. La interseccionalidad postula que la comprensión de la igualdad no puede limitarse a la perspectiva de género, sino que debe integrar su conexión con otras dimensiones como la raza, la clase social y la orientación sexual, ya que estas categorías interactúan para crear experiencias únicas de privilegio o discriminación. De manera similar, la teoría de la performatividad de género de Judith Butler sugiere que el género no es una noción inmutable, sino una construcción social que se manifiesta y se refuerza a través de nuestras acciones y comportamientos diarios.



# Cómo contribuir a la promoción de la igualdad de género en las comunidades

Los trabajadores juveniles desempeñan un papel fundamental en el fomento y la difusión de la igualdad de género. Su cercanía a los jóvenes en contextos comunitarios, recreativos y educativos les permite ser agentes de cambio efectivos. Las acciones para promover la igualdad pueden abordarse desde una perspectiva personal, en la interacción con los jóvenes y a nivel comunitario:

## A nivel personal:

- Formación continua en igualdad de género: Adquirir conocimientos y habilidades en esta área es esencial. Esto implica no solo buscar formación formal, sino también mantenerse informado y mantener una mente abierta leyendo sobre feminismo y temas de igualdad.
- Análisis y reflexión sobre los sesgos personales: Es crucial involucrarse en la autoconciencia para identificar y comprender los propios sesgos. Al hacerlo, se puede reconocer cómo, de una forma u otra, las normas y leyes del sistema patriarcal han sido internalizadas y adoptadas.

## Al interactuar con los jóvenes:

- Integrar una perspectiva de género en las actividades: Diseñar e implementar debates, juegos y dinámicas que desafíen las normas y expectativas de género tradicionales, promoviendo una visión más amplia y flexible.
- Fomentar un diálogo abierto y seguro: Crear entornos donde los jóvenes se sientan cómodos y seguros compartiendo sus experiencias, preocupaciones y preguntas sobre el género, sin temor a ser juzgados o estigmatizados.
- Utilizar materiales diversos e inclusivos: Seleccionar y utilizar libros, películas, música y recursos educativos que ofrezcan representaciones variadas de la diversidad de género y que cuestionen activamente los roles tradicionales.
- Visibilizar la diversidad: Asegurar que todas las actividades reconozcan, validen y celebren la diversidad de identidades de género, incluyendo explícitamente a las personas LGBTIQ+.



### A nivel comunitario:

- Participación comunitaria activa: Organizar y liderar talleres y charlas informativas para concienciar a la comunidad sobre la importancia de la igualdad de género y promover modelos de crianza libres de estereotipos.



- Prevención y abordaje de la violencia de género: Trabajar activamente en la promoción e implementación de protocolos de respuesta para situaciones de discriminación o violencia de género, ofreciendo apoyo y recursos a las víctimas.
- Ser un agente de cambio proactivo: Involucrarse y participar activamente en campañas, proyectos e iniciativas que busquen promover la igualdad de género dentro de la comunidad, contribuyendo a transformaciones reales y sostenibles.

## Subtemas clave relacionados con el Sistema Patriarcal y la Igualdad de Género

El patriarcado ejerce una influencia directa y profunda sobre la igualdad de género, impactando prácticamente en todos los aspectos de la vida. Para comprender mejor cómo este sistema sociopolítico afecta a las personas, es esencial analizar su manifestación e influencia en diversas esferas clave de la sociedad.

A continuación, se detallan cuatro áreas fundamentales y su relación con el sistema patriarcal y la igualdad de género:

### Educación:

- **Relación con el patriarcado:** Desde la infancia, el sistema patriarcal establece y refuerza estereotipos de género que dictan lo que se espera de niñas y niños. Esto se evidencia en cómo se desanima a las niñas a seguir estudios en campos tradicionalmente masculinizados, como la ciencia, la tecnología, la ingeniería o las matemáticas (STEM), mientras que se desanima a los niños a participar en actividades relacionadas con el cuidado, las artes o la expresión de sus emociones. Esta imposición de roles definidos desde temprana edad es una estrategia patriarcal para mantener las diferencias en el acceso a las oportunidades educativas.
- **Impacto en la igualdad de género:** Al restringir las alternativas de crecimiento personal y profesional basadas en el género, la educación bajo un sistema patriarcal perpetúa trayectorias desiguales entre hombres y mujeres. Esto limita el potencial de cada individuo y reduce la diversidad en los campos profesionales y de liderazgo, afectando el desarrollo social y económico general.

## Subtemas Clave

### Trabajo:

- **Relación con el patriarcado:** En el ámbito laboral, las mujeres enfrentan una discriminación estructural arraigada en el sistema patriarcal. Esta discriminación se manifiesta en la persistencia de la brecha salarial de género y la existencia de un "techo de cristal" que les impide ascender a puestos de poder y liderazgo, a pesar de sus habilidades y cualificaciones. Además, el patriarcado normaliza que la responsabilidad del trabajo doméstico y de cuidado recaiga predominantemente en las mujeres, incluso cuando tienen empleos remunerados, lo que subraya la idea de que el trabajo de cuidado es una obligación femenina.
- **Impacto en la igualdad de género:** La imposición de una "doble carga" sobre las mujeres (trabajo remunerado y trabajo de cuidado no remunerado) limita su autonomía económica y restringe significativamente sus oportunidades de desarrollo profesional. Esta desigualdad en la distribución del trabajo de cuidado perpetúa la dependencia económica y la infravaloración social del trabajo de las mujeres.

### Cultura:

- **Relación con el patriarcado:** El sistema patriarcal utiliza la cultura como un vehículo fundamental para establecer y perpetuar reglas que asignan roles definidos a hombres y mujeres, limitando su libertad de expresión y gestión emocional. A través de la cultura, se normalizan actitudes de violencia (como el acoso) o la devaluación de lo que se considera "femenino". La cultura, en sus diversas formas (medios de comunicación, religión, lenguaje, tradiciones), es uno de los canales más poderosos para la reproducción de las ideas patriarcales.
- **Impacto en la igualdad de género:** Al promover estereotipos, discursos y comportamientos que obstaculizan la igualdad, la cultura bajo influencia patriarcal no solo perpetúa la desigualdad, sino que también apoya y normaliza diversas formas de violencia de género, lo que hace esencial un análisis crítico de las narrativas culturales.

### Subtemas Clave

### Política y representación:

- **Relación con el patriarcado:** Las mujeres y las personas LGBTIQA+ enfrentan barreras significativas para acceder a los espacios políticos y roles de toma de decisiones. Esta marginación sistemática impide que sus perspectivas, opiniones y necesidades sean debidamente consideradas e incluidas en el diseño e implementación de políticas públicas. La concentración de poder en manos de hombres cisgénero, característica del patriarcado, resulta en la exclusión de otras identidades de género de las esferas de poder y decisión.
- **Impacto en la igualdad de género:** La falta de diversidad en la representación política tiene consecuencias directas para la igualdad de género. Las decisiones políticas, al no incorporar las demandas y necesidades de todas las personas, perpetúan las desigualdades existentes y obstaculizan la creación de una sociedad más justa e inclusiva.



## Contribuciones de cada área a la comprensión de la igualdad de género:

Cada una de estas áreas ofrece una perspectiva esencial para comprender la complejidad del sistema patriarcal y la importancia de la igualdad de género:

El aspecto educativo nos permite comprender cómo los roles de género se internalizan desde una edad temprana. Revela cómo los estereotipos se perpetúan en las escuelas, a través de libros de texto, juguetes y actividades, y cómo estos elementos determinan las diferentes oportunidades disponibles para niños y niñas, demostrando el impacto del sistema patriarcal en las elecciones de vida desde los primeros años.

El contexto laboral ilustra concretamente cómo opera el patriarcado en la esfera pública. La desigualdad salarial, la existencia del techo de cristal y la distribución desigual de las responsabilidades domésticas y de cuidado son claros ejemplos de cómo el sistema mantiene la desigualdad económica entre géneros, al tiempo que demuestra cómo el trabajo de las mujeres sigue siendo socialmente infravalorado.

### Contribución

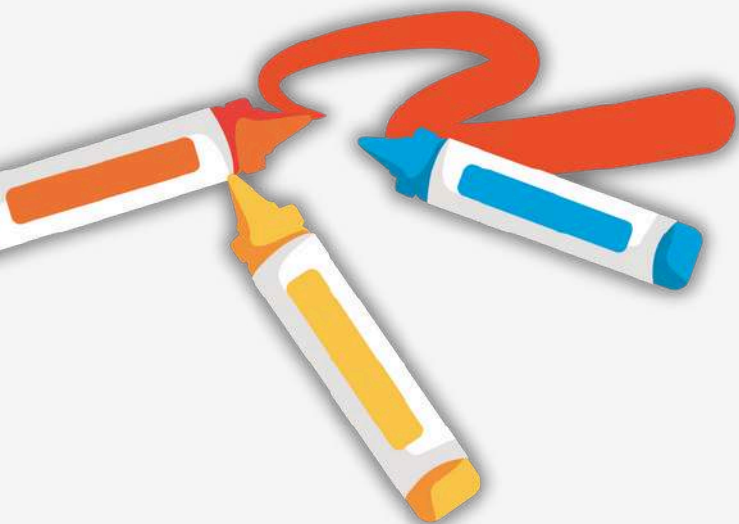
La política y la representación resaltan la diversidad limitada en los espacios de toma de decisiones, donde las mujeres y las personas LGBTIQ+ están subrepresentadas o completamente ausentes. Esto visibiliza cómo el poder se distribuye de manera desigual y cómo esta distribución afecta directamente la formulación de políticas que podrían promover la igualdad de género.

El análisis de la cultura desde esta perspectiva nos ayuda a identificar y comprender cómo las normas sociales perpetúan y reproducen las ideas patriarcales. La cultura, al determinar cómo se perciben los roles de género y al normalizar la violencia o la desigualdad en diversos medios (comunicación, religión, lenguaje, tradiciones), se convierte en un campo crucial para la intervención en la lucha por la igualdad.

A large yellow circle on the left side of the page, with a blue line curving around it from the bottom left towards the center.

# ACTIVIDADES DE EDUCACIÓN NO FORMAL (ENF)

Aquí se presentan varias actividades de educación no formal diseñadas para que los trabajadores juveniles exploren los conceptos del sistema patriarcal y la igualdad de género con los jóvenes de manera participativa y reflexiva. Cada actividad se detalla para facilitar su implementación.



## La línea del patriarcado

**Duración: entre 40 y 60 minutos.**

## ACTIVIDAD 1

### Objetivos:

- Visualizar cómo el patriarcado crea una diferencia en las oportunidades de vida.
- Fomentar la reflexión sobre las desigualdades de género, incluyendo la perspectiva de quienes han tenido más ventajas.



### Materiales y recursos:

Un espacio amplio donde los participantes puedan moverse en línea recta.

Una lista de afirmaciones (proporcionada en el desarrollo de la actividad).

Música para indicar el inicio y el final de la actividad, creando una atmósfera adecuada.



## Número de participantes:

Entre 10 y 30 personas. Si el grupo excede los 30 participantes, se recomienda dividirlo en dos subgrupos para una mejor gestión y participación.

1

**Introducción (5 min):** Se pide a todos los participantes que formen una línea recta, hombro con hombro, en un extremo del espacio disponible.

2

**Explicación de la dinámica (5 min):** El facilitador o trabajador juvenil explica que se leerá una serie de afirmaciones. La instrucción es sencilla: si la situación descrita en la afirmación ha sido experimentada por la persona (es decir, les aplica), deben dar un paso adelante. Si, por el contrario, nunca han experimentado esa situación, deben permanecer en su lugar. Se hace hincapié en la importancia de la honestidad y la reflexión personal antes de cada movimiento.

# 3

**Lectura de afirmaciones (20-30 min):** El facilitador lee las afirmaciones una por una, permitiendo un breve tiempo después de cada una para que las personas reflexionen y decidan si avanzar. Algunas afirmaciones sugeridas son:

- "Da un paso adelante si nunca se ha cuestionado tu forma de vestir en relación con tu género."
- "Da un paso adelante si nunca has sentido miedo al caminar solo/a de noche."
- "Da un paso adelante si de niño/a tuviste acceso a juguetes y actividades sin ser limitado/a por ser una 'niña' o un 'niño'."
- "Da un paso adelante si nunca te han interrumpido o ignorado en una conversación importante debido a tu género."
- "Da un paso adelante si las tareas del hogar siempre se han compartido equitativamente en tu casa."
- "Da un paso adelante si nunca te has sentido incómodo/a en la calle por comentarios sobre tu apariencia."
- "Da un paso adelante si nunca has sentido que tu género influye en la seriedad con la que se te toma en entornos académicos o laborales."
- "Da un paso adelante si creciste viendo películas, series o libros con protagonistas de tu mismo género desempeñando roles diversos y poderosos."
- "Da un paso adelante si nunca has sentido presión social para casarte o tener hijos/as en un momento determinado de tu vida."

- "Da un paso adelante si en la escuela te enseñaron sobre científicas, artistas y líderes femeninas con la misma importancia que los hombres."
- "Da un paso adelante si nunca has sentido que se espera que actúes de cierta manera debido a tu género."
- "Da un paso adelante si nunca has recibido un comentario negativo o una broma sobre tu género en un entorno profesional o educativo."
- "Da un paso adelante si siempre has sentido que puedes expresar libremente tus emociones sin ser juzgado/a por tu género."
- "Da un paso adelante si nunca has sido excluido/a o minimizado/a en actividades deportivas debido a tu género."
- "Da un paso adelante si nunca te han hecho preguntas sobre tu vida personal o familiar en una entrevista de trabajo basadas en estereotipos de género (por ejemplo, si eres mujer: '¿Planeas tener hijos pronto?')."

4

**Observación y reflexión grupal (10-15 min):** Una vez leídas todas las afirmaciones, se da un momento de silencio para que los participantes observen su posición final en la línea con respecto a los demás. Posteriormente, el facilitador inicia un debate con preguntas como:



- "¿Cómo te sentiste al ver tu posición en la línea?"
- "¿Te sorprendió tu lugar en la línea? ¿Por qué?"
- "¿Cómo crees que estos privilegios (o la falta de ellos) influyen en la vida diaria?"
- "¿Qué podemos hacer, individual y colectivamente, para construir una sociedad más equitativa donde todos puedan avanzar por igual?"

5

**Cierre (5 min):** El facilitador resume las principales reflexiones y agradece la participación, reforzando la importancia de la empatía y la acción en la construcción de la igualdad.

**Variación de la actividad (para grupos con participantes con movilidad reducida o que prefieran el anonimato):** Si hay participantes que no pueden moverse físicamente o si se desea mayor anonimato, la actividad puede adaptarse. Se entregan pequeñas hojas de papel a cada persona. En lugar de dar un paso, marcan en cada hoja cuántas afirmaciones les aplican. Luego, los resultados se comparten de forma agregada (por ejemplo, "X personas marcaron 10 afirmaciones, Y personas marcaron 3"), sin identificar a nadie, lo que permite la reflexión grupal sobre las diferencias de oportunidades sin revelar información personal específica.

**Memes feministas:  
humor para la  
igualdad**

**Duración: 50-70  
minutos.**

**ACTIVIDAD 2**

**\* Objetivos:**

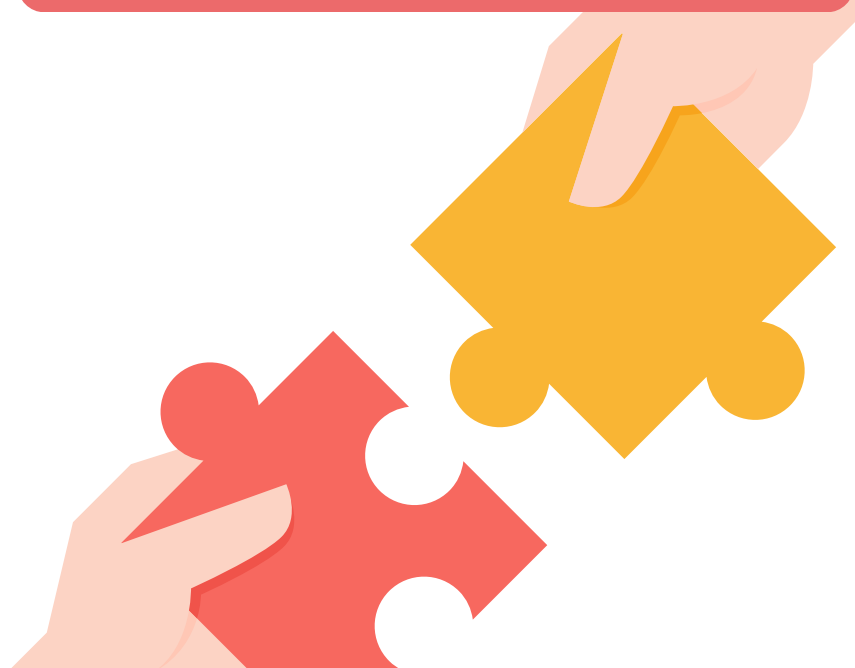
Reflexionar sobre el patriarcado y el sexismo a través del humor y la sátira.

Experimentar con la creatividad en la creación de mensajes que promuevan la igualdad de género.

Analizar el impacto que los memes y el contenido viral tienen en nuestra percepción y difusión de ideas en la vida diaria.

**\* Materiales y recursos:**

1. Ejemplos de memes (impresos o en formato digital) que representen sexismo y feminismo/igualdad.
2. Frases o conceptos clave relacionados con el sexismo y la igualdad de género para inspirar la creación.
3. Música ambiental para fomentar la creatividad durante la actividad.





### **Número de participantes:**

**Grupos pequeños (menos de 6 personas):** Cada participante puede crear su propio meme individualmente.

### **Grupos grandes (más de 10 personas):**

Se recomienda dividir a los participantes en subgrupos de no más de 5 personas para fomentar la colaboración y la discusión.

### **Si la actividad se realiza digitalmente:**

- Dispositivos electrónicos (computadoras, tabletas, teléfonos inteligentes) con acceso a internet.
- Pantalla o proyector para mostrar ejemplos de memes y creaciones.
- Herramientas de creación de memes en línea (por ejemplo, Imgflip, Canva, Kapwing) o aplicaciones de edición de imágenes.

### **Si la actividad se realiza manualmente:**

- Papel o cartulina para cada participante/grupo.
- Rotuladores, marcadores, lápices de colores.
- Revistas o folletos para recortar imágenes y palabras (opcional, para técnica de collage).
- Tijeras y pegamento.

# 1

## Explicación e introducción a los memes (15 min):

- El facilitador introduce el concepto de memes como una forma de comunicación cultural viral y su capacidad para transmitir mensajes de forma rápida y masiva.
- Se muestran ejemplos de memes, tanto los que perpetúan estereotipos y sexismo como los que promueven mensajes feministas o de igualdad.

# 2

## Se plantean preguntas desencadenantes para el debate inicial:

- "¿Por qué algunos memes perpetúan el sexismo y el patriarcado?"
- "¿Qué efecto crees que tienen estos memes en nuestra sociedad y en cómo pensamos sobre el género?"
- "¿Cómo podemos usar el humor y el formato de meme para difundir mensajes de igualdad y conciencia social?"

3

### Creación de memes (25 min):

- Se asigna la tarea de crear 1 o 2 memes por grupo (o individualmente, según el tamaño del grupo) que promuevan la igualdad de género o critiquen ingeniosamente el sexismo/patriarcado.
- Los participantes pueden elegir un formato digital o manual, utilizando los materiales disponibles.
- Se anima a que los memes se basen en experiencias personales, situaciones comunes o ideas que surgieron durante el debate inicial. La creatividad y la originalidad son clave.

4

### Presentación y votación (20 min):

- Cada grupo (o participante individual) presenta sus memes, explicando el mensaje que desean transmitir y por qué eligieron esa imagen o frase.
- Se puede realizar una votación informal en varias categorías, como "meme más divertido", "más original", "más impactante", "el que mejor transmite el mensaje de igualdad", etc.
- Si el grupo lo considera oportuno y está de acuerdo, los memes creados pueden compartirse en redes sociales, fomentando así la difusión de mensajes positivos sobre la igualdad.

# 5

## Cierre y reflexión final (10 min):

- Se abre un espacio para la reflexión colectiva sobre la actividad. Las preguntas guía pueden ser:
- "¿Qué aprendiste al crear tu propio meme con un mensaje de igualdad?"
- "¿Qué otras formas creativas se nos ocurren para promover la igualdad de género en nuestra comunidad?"
- "¿Crees que el humor es una herramienta eficaz para difundir mensajes de igualdad y desafiar las ideas patriarcales? ¿Por qué sí o por qué no?"

**El facilitador cierra la actividad agradeciendo a los participantes su implicación y destacando el poder de la creatividad y el humor como herramientas para el cambio social.**



**Mundos de género:  
igualdad de género  
y derechos  
humanos**

**Duración: 60  
minutos.**

**ACTIVIDAD 3**

**\* Objetivo:**  
Promover la  
reflexión crítica  
sobre la  
interconexión entre  
los derechos  
humanos y la  
igualdad de  
género,  
visualizando un  
futuro equitativo.

**\* Materiales y recursos:**  
Rotuladores, papel grande (uno por  
grupo).

**Número de participantes:**  
Sin límite (la actividad se adapta bien  
a grupos grandes dividiéndolos en  
subgrupos).

**Fuente:** Adaptado  
del SCICAT Gender  
Toolkit  
(<https://www.scicat.org/wp-content/uploads/2023/09/Gender-Toolkit.pdf>)



# 1

## Introducción y formación de grupos (5 min):

- El facilitador divide a los participantes en pequeños grupos.
- Se hace una breve introducción para contextualizar la relación entre los derechos humanos y la igualdad de género, enfatizando que los derechos humanos son universales e inalienables, y que la igualdad de género es fundamental para su plena realización.

# 2

## Lluvia de ideas: primera parte (15 min):

- Cada grupo recibe una hoja grande de papel, un rotulador y un título de subtema específico relacionado con la vida diaria y los derechos humanos en un contexto de género (ejemplos: derechos económicos, derechos reproductivos, acceso a la educación, derechos laborales, estereotipos de género, participación cívica, seguridad, salud mental, etc.).
- Se pide a cada grupo que imagine y discuta cómo sería esa área específica dentro de 30 años si no hubiera desigualdad ni discriminación de género. Deben visualizar la situación ideal, sin restricciones.
- Los grupos deben escribir todas las ideas que surjan en su hoja grande de papel, sin censura ni limitaciones.

# 3

## Lluvia de ideas: segunda parte (10 min):

- Una vez que han imaginado la situación ideal, los grupos deben pensar en propuestas concretas, sugerencias, mejores prácticas o incluso medidas positivas existentes que individuos, comunidades o responsables políticos podrían adoptar para asegurar que esta situación de igualdad y no discriminación se convierta en una realidad.
- Las propuestas deben ser ilimitadas y pueden ser tan creativas e "inimaginables" como deseen, fomentando el pensamiento disruptivo.

# 4

## Puesta en común y debate (20 min):

- Cada grupo presenta su subtema, su visión de su "mundo sin desigualdad" en esa área y las estrategias que proponen para lograrlo.
- Después de cada presentación, se abre un espacio para que otros grupos discutan las ideas presentadas, hagan preguntas o aporten nuevas perspectivas.

# 5

## Cierre y reflexión final (10 min):

- El facilitador puede añadir ideas adicionales o presentar ejemplos de iniciativas existentes a nivel local, nacional o internacional que estén trabajando para lograr estas visiones de igualdad.
- Se abre un espacio final para que los participantes compartan sus sentimientos y aprendizajes sobre la actividad, y para reafirmar su compromiso con la promoción de la igualdad de género en sus propias vidas y comunidades.



## Recursos

Los recursos presentados aquí están en inglés para asegurar la accesibilidad global y ofrecer perspectivas valiosas para la formación y la práctica.

## Libros

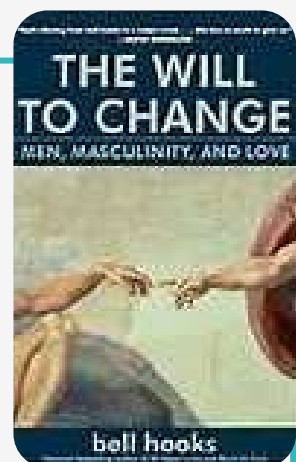
### **"Girls Resist!: a guide to activism, leadership, and starting a revolution" by KaeLyn Rich.**

Este manual de activismo está diseñado específicamente para adolescentes y jóvenes que buscan involucrarse en la lucha por el cambio social, la justicia y la igualdad. Ofrece guías detalladas sobre cómo elegir una causa, planificar una protesta, recaudar fondos, organizar reuniones efectivas, promover la conciencia en redes sociales y ser un aliado eficaz. Rich, una experimentada organizadora feminista, comparte su vasto conocimiento e inspira a través de entrevistas con otras jóvenes activistas que han logrado cambios en sus comunidades. Un recurso invaluable para empoderar a las jóvenes a desafiar la desigualdad y generar un impacto.



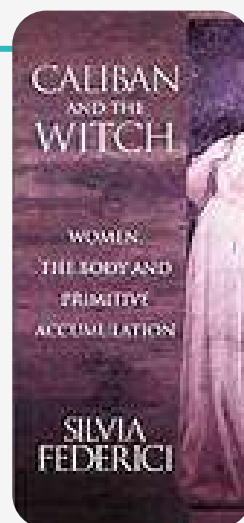
### **"The will to change: men, masculinity, and love" by Bell Hooks.**

En esta obra, Bell Hooks aborda la necesidad universal de amor y afecto, y cómo la cultura patriarcal a menudo impide que los hombres conecten con sus sentimientos y su capacidad de amar. Con su característica franqueza e inteligencia, Hooks explora preocupaciones masculinas comunes, como el miedo a la intimidad y la pérdida de su posición patriarcal en la sociedad. Argumenta que los hombres pueden alcanzar la unidad espiritual reconectando con su lado emocionalmente abierto, recuperando así vidas interiores ricas y gratificantes que históricamente se han asociado exclusivamente con las mujeres. Es una obra valiente que busca ayudar a los hombres a recuperar lo mejor de sí mismos.



### "Caliban and the witch" by Silvia Federici.

Este libro traza un hilo desde la emancipación de la servidumbre hasta las herejías subversivas en la historia de la transición del feudalismo al capitalismo. Federici argumenta que la imposición de poderes estatales y el nacimiento del capitalismo se lograron a través de una violencia extrema. La acumulación primitiva, según su análisis, requirió la derrota de movimientos urbanos y campesinos que promovían el comunismo y la distribución de la riqueza. Su aniquilación allanó el camino para la formación del estado moderno, la expropiación de tierras comunales, la colonización de América y el comercio de esclavos a gran escala, y una guerra contra formas populares de vida y cultura que principalmente se dirigieron a las mujeres. Al analizar la quema de brujas, Federici desentraña no solo un episodio crucial de la historia moderna, sino también una poderosa dinámica de expropiación social dirigida a los cuerpos, el conocimiento y la capacidad reproductiva de las mujeres. La obra también rescata voces inesperadas (las de los subalternos: Calibán y la bruja) que resuenan fuertemente en las luchas contemporáneas contra la renovación de la violencia original.



## Videos

### "The urgency of intersectionality" by Kimberlé Crenshaw (TED Talk)

Esta charla seminal de Kimberlé Crenshaw subraya la importancia crítica de examinar de frente la realidad del sesgo racial y de género, y cómo ambos pueden combinarse para crear un daño aún mayor. Crenshaw acuñó el término "interseccionalidad" para describir este fenómeno, explicando que si una persona se encuentra en la intersección de múltiples formas de exclusión, es probable que sea golpeada por todas ellas. En esta poderosa presentación, invita a la audiencia a reconocer esta realidad y a alzar la voz en nombre de las víctimas de discriminación. Disponible en:

[https://www.ted.com/talks/kimberle\\_crenshaw\\_the\\_urgency\\_of\\_intersectionality?subtitle=es](https://www.ted.com/talks/kimberle_crenshaw_the_urgency_of_intersectionality?subtitle=es)

**"He named me Malala" (Documentary) directed by Davis Guggenheim.**

Este documental ofrece un retrato íntimo de la laureada con el Premio Nobel de la Paz Malala Yousafzai, quien fue blanco de los talibanes y gravemente herida por un disparo mientras regresaba a casa en su autobús escolar en el Valle de Swat en Pakistán. Malala, entonces de 15 años, fue atacada junto a su padre por abogar por la educación de las niñas, y el ataque desató una oleada global de apoyo. Milagrosamente sobrevivió y ahora es una destacada defensora de la educación femenina en todo el mundo, como cofundadora del Fondo Malala. El aclamado cineasta Davis Guggenheim ("Una verdad incómoda", "Esperando a Superman") muestra el compromiso de Malala, su padre Zia y su familia en la lucha por la educación de todas las niñas a nivel mundial, ofreciendo una visión profunda de la vida de esta extraordinaria joven.

**"Feminists: what were they thinking?" (Netflix).**

Este documental político estadounidense, dirigido por Johanna Demetrakas, presenta figuras como Laurie Anderson, Phyllis Chesler y Judy Chicago, entre otras. Estrenado en Netflix en octubre de 2018, el film presenta entrevistas con mujeres de diferentes edades y orígenes, quienes comparten sus perspectivas y experiencias sobre el feminismo. Es una exploración accesible y diversa de las diferentes facetas del movimiento feminista.

## Articles

**"The invisible workload of motherhood is killing me" (Scary Mommy).**

Este artículo aborda la carga mental y física desproporcionada que muchas madres soportan en el ámbito doméstico y familiar, incluso cuando tienen empleos remunerados. Examina cómo esta "carga de trabajo invisible" afecta la salud mental, el bienestar y la autonomía de las mujeres, y cómo es una manifestación directa de las expectativas patriarcales sobre el rol femenino. Disponible en: <https://www.scarymommy.com/parenting/motherhood-invisible-workload>



### "Female genital mutilation in Mali: the fight to end a deadly tradition" (UN Women).

Este artículo de ONU Mujeres destaca la lucha en Mali para erradicar la mutilación genital femenina (MGF), una práctica profundamente arraigada en las tradiciones culturales pero que constituye una grave violación de los derechos humanos y la salud de las mujeres y niñas. El texto explora los desafíos y esfuerzos de activistas y comunidades para poner fin a esta práctica dañina, subrayando cómo las tradiciones culturales pueden perpetuar formas extremas de violencia de género bajo sistemas patriarcales. Disponible en: <https://www.unwomen.org/en/news-stories/feature-story/2025/02/female-genital-mutilation-in-mali-the-fight-to-end-a-deadly-tradition>

## Organizaciones clave:

Estas organizaciones globales son fundamentales para la promoción de la igualdad de género y ofrecen recursos valiosos para los trabajadores juveniles y la comunidad en general:



#### ONU Mujeres:

Es la entidad de las Naciones Unidas dedicada a la igualdad de género y al empoderamiento de las mujeres a nivel mundial. Trabaja activamente en la formulación de políticas públicas, la promoción de la participación política de las mujeres, la erradicación de la violencia de género y la defensa de los derechos de las mujeres en todas las esferas.

**Website:** <https://www.unwomen.org/en>



#### Amnistía Internacional:

Organización global de derechos humanos que aborda una amplia gama de temas, incluyendo la violencia de género, los derechos sexuales y reproductivos, y la discriminación contra mujeres y personas LGBTIQ+. Realizan campañas, investigaciones e informes para denunciar las violaciones de derechos y promover la justicia.

**Sitio web:** <https://www.amnesty.org/en/>



**AWID – Association for Women’s Rights in Development:**

Una red feminista internacional que apoya a organizaciones y activistas que luchan por la justicia de género. Su trabajo se centra en desafiar el patriarcado, promover la justicia económica y abogar por un desarrollo basado en los derechos humanos.

**Sitio web:** <https://www.awid.org/>



**EIGE – European Institute for Gender Equality:**

Una agencia oficial de la Unión Europea que proporciona datos, investigación y herramientas sobre igualdad de género para informar la formulación de políticas. Promueve las mejores prácticas y monitorea el progreso en la materia en los estados miembros de la UE.

**Sitio web:** <https://eige.europa.eu/>



**WIDE+ – Women In Development Europe+:**

Una red feminista europea que trabaja en la justicia de género en las políticas de desarrollo, comercio y migración. Aboga por enfoques inclusivos, basados en derechos y feministas en Europa y más allá.

**Sitio web:** <https://wideplus.org/>

## Glosario de términos clave:

**Para una comprensión clara y un lenguaje común, se presentan los términos esenciales de este módulo:**

**Androcentrismo:** Una cosmovisión o perspectiva que sitúa a los hombres y la masculinidad en el centro y como medida de todas las cosas, lo que lleva a la invisibilización, devaluación o subordinación de las mujeres y otras identidades de género.

**Cisgénero:** Se refiere a una persona cuya identidad de género coincide con el sexo que se le asignó al nacer. Por ejemplo, una persona nacida con vulva, identificada como niña en la infancia, y que actualmente se siente como mujer, es una mujer cisgénero. De manera similar, una persona nacida con pene, identificada como niño, y que hoy se siente como hombre, es un hombre cisgénero.

**Doble carga:** Expresión utilizada para describir la carga de trabajo desproporcionada que muchas mujeres asumen al tener que dedicar tiempo tanto al trabajo remunerado (en el mercado formal o informal) como a las tareas domésticas y de cuidado no remuneradas (cuidado de hijos, cuidado de dependientes).

**Feminismo:** Movimiento político y social multifacético que busca establecer la igualdad de derechos y oportunidades para todas las personas, independientemente de su género, desafiando las estructuras de poder patriarcales y las desigualdades de género.

**Género:** Una construcción social, cultural y psicológica que divide nuestras sociedades en categorías (tradicionalmente hombres y mujeres), asignándoles características, roles y expectativas específicas. Estas categorías a menudo se presentan como opuestas y jerárquicas, valorando más la masculinidad. Por ejemplo, mientras que cocinar en casa puede no ser valorado, los chefs masculinos en la esfera pública son celebrados y recompensados.



**Techo de cristal:** Metáfora que describe las barreras invisibles pero difíciles de superar que limitan el avance profesional de las mujeres. Estas barreras les impiden acceder a puestos de alta dirección y liderazgo, a pesar de poseer las habilidades y cualificaciones necesarias.

**Interseccionalidad:** Metodología analítica propuesta por Kimberlé Crenshaw que examina cómo diferentes factores sociales —como el género, la etnia, la clase social, la orientación sexual, la discapacidad, entre otros— se interrelacionan y superponen. Esta interacción crea experiencias únicas de discriminación o privilegio para cada persona, que no pueden entenderse aislando una categoría de otra.

**Misoginia:** Odio, aversión, desprecio o miedo profundamente arraigado hacia las mujeres, que puede manifestarse en actitudes, comportamientos, discursos o sistemas que las devalúan o agreden.

**Patriarcado:** Un sistema político y social histórico que establece relaciones de poder en las que los hombres se posicionan como el sujeto universal y las mujeres se definen como una "otredad" o subordinadas. Bajo el patriarcado, se ejerce el poder de nombrar y definir qué es lo "femenino" y lo "masculino", configurando así el género como una de sus expresiones fundamentales.

**Sexismo:** Un sistema de creencias y prácticas que promueve la idea de que un sexo (generalmente el masculino) es superior al otro, lo que justifica la discriminación y el trato desigual basado en el sexo.

**Sororidad:** Derivado de la palabra "hermandad", se refiere a una relación de solidaridad, apoyo y hermandad entre mujeres, especialmente en la lucha compartida por el empoderamiento y la igualdad. Es una manifestación de apoyo mutuo y alianza entre mujeres para enfrentar el patriarcado.

no  
gender  
gap

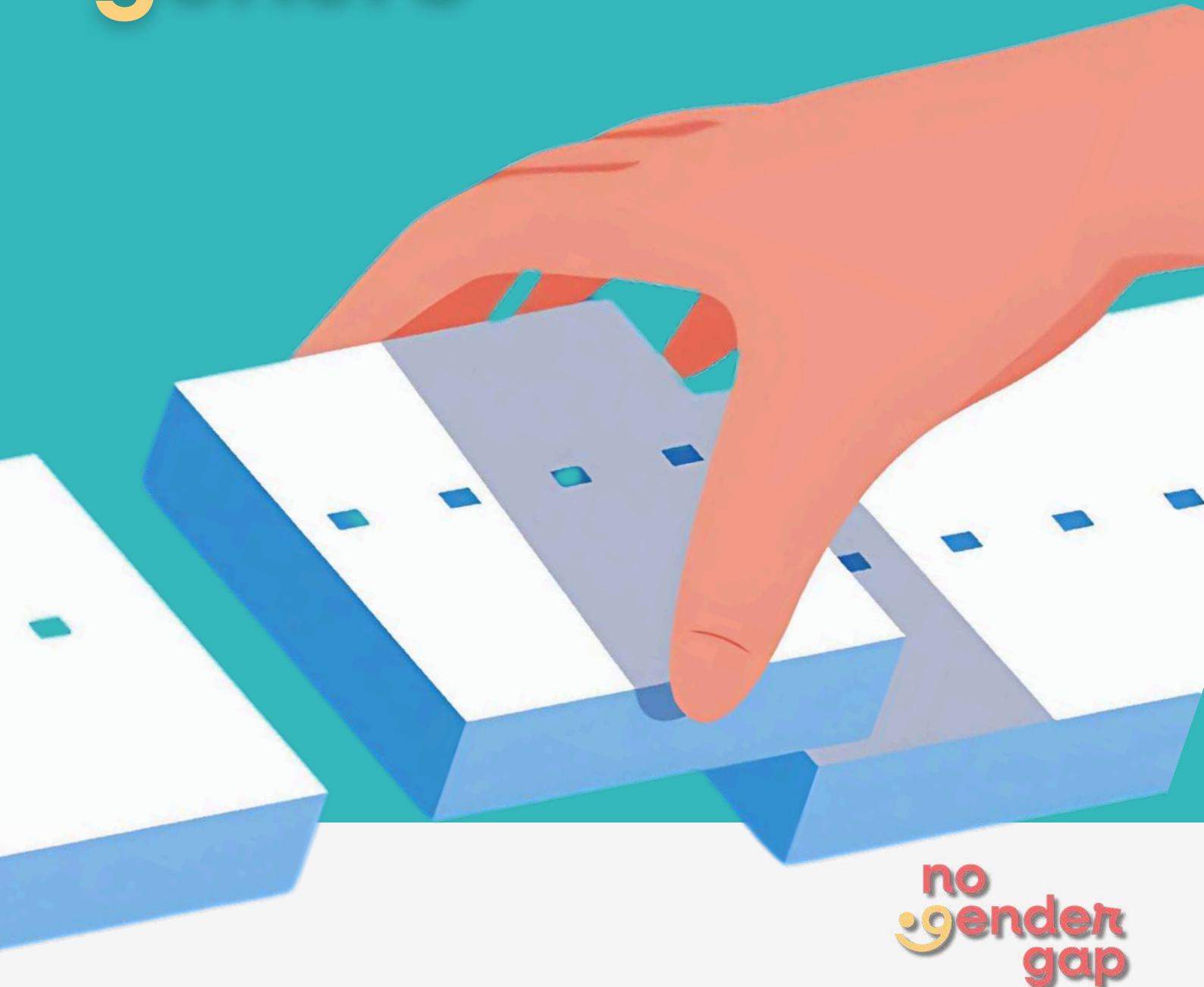
# GRACIAS!

Este documento fue elaborado con la participación de:



2024-1-ES02-KA210-YOU-000253858, Erasmus+

# Roles y estereotipos de género



## Teoría y definición

Para una comprensión profunda de la dinámica de género en la sociedad, es crucial distinguir y definir los roles de género y los estereotipos de género. Ambos conceptos, aunque interconectados, describen facetas diferentes de cómo las expectativas sociales influyen en las percepciones y comportamientos de los individuos. Los roles de género se refieren a los comportamientos, tareas y responsabilidades que una sociedad específica espera que los individuos asuman o realicen en función de su género. Por ejemplo, tradicionalmente, se ha esperado que los hombres sean los principales proveedores y protectores del hogar, mientras que a las mujeres se les ha asignado el papel de cuidadoras y gestoras de las tareas domésticas. Es importante reconocer que estos roles no son estáticos; evolucionan significativamente con el tiempo y varían en diferentes culturas y contextos sociales, adaptándose a los cambios en la sociedad moderna. Por otro lado, los estereotipos de género son ideas simplificadas y preconcebidas, o generalizaciones excesivas, sobre los atributos,

características, comportamientos o roles que se cree que poseen o deberían poseer y desempeñar las mujeres y los hombres. Constituyen suposiciones rígidas sobre un grupo entero de personas basándose únicamente en su género. Estos estereotipos son creados y reforzados por las normas de género dominantes y pueden conducir a juicios sesgados y discriminación contra individuos que no se ajustan a estas expectativas preestablecidas. Aunque algunos estereotipos puedan parecer "positivos", todos tienden a encajar en ideas inflexibles sobre lo que significa ser "masculino" o "femenino", limitando la expresión y el potencial individual. Por ejemplo, el estereotipo de que "los hombres son fuertes e inexpresivos" o que "las mujeres son naturalmente cuidadoras y sensibles" restringe la libertad de las personas para expresarse auténticamente. Tanto los roles de género como los estereotipos pueden ser perjudiciales, ya que limitan la libertad de los individuos para elegir sus propios caminos en la vida, basándose en sus intereses personales, talentos y aspiraciones,



en lugar de estar limitados por expectativas anticuadas o impuestas. Con el tiempo, muchas sociedades han emprendido esfuerzos significativos para desafiar y dismantelar estos estereotipos, con el fin de fomentar una mayor igualdad y libertad para todas las identidades de género.

## Fundamentos teóricos de los roles y estereotipos de género

La comprensión de los roles de género está profundamente ligada al concepto de heteronormatividad. La heteronormatividad describe una norma social hegemónica que justifica la existencia de un género binario (solo masculino y femenino) como biológico, asignando el género basándose en las características físicas al nacer. Dentro de esta ideología, la heterosexualidad (atracción sexual exclusiva entre hombres y mujeres) se define como la orientación natural y esperada.

Si bien los roles de género aún pueden ser relevantes o informativos en muchas vidas, también pueden tener un impacto perjudicial en otras personas, especialmente aquellas que no encajan en las expectativas binarias. Desafiar y dismantelar estos roles es un paso crucial para mejorar la capacidad de las personas LGBTIQA+ (Lesbianas, Gays, Bisexuales, Transgénero, Intersexuales, Queer, Asexuales, así como otras identidades

de género y minorías sexuales) para navegar por el mundo con libertad y seguridad, y para avanzar hacia un futuro más progresista e inclusivo.

La ideología heteronormativa se basa en la creencia de que existen dos géneros distintos y mutuamente excluyentes, y que la atracción entre ellos es la única "natural" o "correcta". Esto lleva a la invisibilización y marginación de cualquier identidad de género u orientación sexual que no se ajuste a esta norma. Al desafiar los roles y estereotipos de género, se cuestiona directamente esta visión binaria y se abren espacios para el reconocimiento y la celebración de la diversidad humana en todas sus formas.

Las mujeres, las niñas y las identidades LGBTIQA+ sufren la mayoría de los impactos negativos de las normas, roles y estereotipos de género rígidos y tradicionales. Tienen más probabilidades de experimentar restricciones en su libertad

y movilidad, y niveles epidémicos de violencia y acoso, lo que significa que tienen menos oportunidades para elegir cómo vivir sus vidas. Los estereotipos de género que tenemos hacia los niños y los hombres también

influyen en esto. Las ideas estereotipadas y las masculinidades negativas sobre lo que significa ser un "hombre" pueden alentar a los niños y hombres a perpetuar este ciclo de discriminación y desigualdad.

## Cómo los roles de género afectan a la sociedad

Los roles de género afectan a la sociedad de maneras profundas y complejas. Si bien pueden proporcionar un sentido de estructura y orden, también limitan el potencial individual, refuerzan la desigualdad y perpetúan prácticas discriminatorias. Con el tiempo, desafiar y redefinir estos roles puede ayudar a fomentar una sociedad más equitativa donde los individuos sean libres de expresarse y buscar oportunidades sin estar limitados por las expectativas de género tradicionales.

Los roles de género impactan significativamente a la sociedad al crear y reforzar estereotipos que pueden limitar el potencial y las oportunidades de las personas basándose en su género. Por ejemplo:

- **Influencia en las elecciones de carrera:** Guiando a hombres y mujeres hacia ciertas profesiones, lo que a menudo resulta en brechas salariales de género y segregación ocupacional.
- **Afectando la salud mental:** Contribuyendo a problemas de salud mental cuando las personas se sienten presionadas a ajustarse a roles restrictivos que no se alinean con su identidad personal.
- **Moldeando las interacciones sociales:** Dictando la dinámica de las relaciones personales, lo que a menudo lleva a desequilibrios de poder y desigualdad.

También es importante mencionar el concepto de internalización de estereotipos, que significa el proceso psicológico

por el cual los individuos llegan a aceptar e incorporar estereotipos negativos sobre su propio grupo social en su autoconcepto o identidad. Esto significa que comienzan a creer, consciente o inconscientemente, que las cosas negativas que la sociedad dice sobre su grupo (basadas en la raza, el género, la edad, la discapacidad, etc.) son ciertas sobre ellos mismos.

Por ejemplo: una niña que escucha repetidamente el estereotipo de que "las niñas no son buenas en matemáticas" podría empezar a creer que es intrínsecamente mala en matemáticas, incluso si es capaz. Esto refuerza la desigualdad social al limitar el sentido de posibilidad de los individuos.

## Subtemas clave relacionados con los roles y estereotipos de género

Para comprender la omnipresencia de los roles y estereotipos de género, es esencial analizar su manifestación en diversas esferas de la vida. Cada una de estas áreas contribuye a una visión integral de cómo se forman, perpetúan y afectan a los individuos estas construcciones sociales.



### Roles de género en la infancia:

**Relación:** Desde temprana edad, niños y niñas son socializados con expectativas específicas basadas en su género. Esto se observa en los juguetes que se les ofrecen (camiones y deportes para niños, muñecas y actividades de cuidado para niñas) y en los comportamientos que se les fomenta o desincentiva. Estos mensajes iniciales, transmitidos por la familia, la escuela y los medios de comunicación, moldean sus intereses y comportamientos futuros, a menudo limitando su pleno desarrollo.

**Contribución:** Este subtema destaca el proceso de socialización temprana y cómo se introducen y refuerzan los estereotipos de género desde la infancia. Enfatiza los efectos a largo plazo de estas experiencias tempranas en el autoconcepto y las elecciones futuras de los individuos.

### Subtemas clave

#### Estereotipos de género en el lugar de trabajo:

**Relación:** Los estereotipos persisten en la mayoría de las industrias, dictando qué trabajos son "apropiados" para hombres y mujeres. Esto se manifiesta en la orientación de las mujeres hacia roles de cuidado o administrativos, y de los hombres hacia puestos de liderazgo o técnicos. Esto crea barreras para el avance profesional, brechas salariales y limita la diversidad en puestos de dirección.

**Contribución:** Este subtema conecta directamente cómo se manifiestan los estereotipos de género en entornos profesionales. Demuestra cómo las expectativas sociales en torno al género influyen en las elecciones de carrera, la disparidad salarial, las oportunidades de liderazgo y la perpetuación de los roles laborales basados en el género. Al centrarse en el lugar de trabajo, muestra el impacto real de los estereotipos de género en los resultados financieros y profesionales.

### Representación mediática y estereotipos de género:

**Relación:** Las películas, programas de televisión, anuncios y otros medios a menudo refuerzan los roles de género tradicionales. Las mujeres pueden ser retratadas como cuidadoras o dependientes, mientras que los hombres son mostrados como fuertes, decididos o heroicos. Estas representaciones moldean la percepción pública de cómo "deben ser" hombres y mujeres, influyendo en sus comportamientos y en cómo son tratados en la vida real.

**Contribución:** Los medios de comunicación desempeñan un papel poderoso en la perpetuación o el desafío de los estereotipos de género. Explorar cómo los medios refuerzan las ideas tradicionales de masculinidad y feminidad, influyendo en las expectativas sociales y el comportamiento individual, muestra cómo las representaciones mediáticas moldean las percepciones de género e impactan en los comportamientos y actitudes de la vida real.

## Subtemas Clave

### Impacto de los estereotipos de género en la salud mental:

**Relación:** La presión para ajustarse a expectativas de género rígidas puede afectar la salud mental. Los hombres pueden sentir la necesidad de ser impenetrables y evitar mostrar emociones, lo que puede llevar a problemas como depresión o ansiedad. Las mujeres, por otro lado, pueden sentir la carga de intentar equilibrar la carrera y los roles de cuidadoras, lo que lleva a estrés o agotamiento. Estos estereotipos pueden dificultar la expresión emocional y el bienestar general.

**Contribución:** Este subtema vincula directamente los estereotipos de género con el bienestar emocional y psicológico. Contribuye al tema principal mostrando cómo la presión para ajustarse a los roles de género puede llevar a problemas de salud mental, como ansiedad, depresión y estrés. Enfatiza los efectos perjudiciales de las normas de género rígidas en la autoestima y la salud mental general de los individuos.

### Estereotipos de género en la educación:

**Relación:** Los sesgos de género en la educación a menudo influyen en cómo los maestros y los compañeros tratan a niños y niñas. Los niños pueden ser elogiados por ser asertivos, mientras que a las niñas se les puede animar a ser calladas o cariñosas. Los estereotipos también pueden afectar las elecciones de asignaturas, siendo más probable que los niños sean alentados a seguir matemáticas y ciencias, mientras que las niñas a menudo son empujadas hacia las artes o las humanidades.

**Contribución:** La educación es una institución primaria donde se forman y perpetúan los estereotipos de género. Este subtema destaca cómo los sesgos de género en las escuelas influyen en el rendimiento académico, las aspiraciones profesionales y las elecciones de asignaturas. Contribuye ilustrando cómo las experiencias académicas tempranas pueden reforzar las expectativas de género, afectando las oportunidades a largo plazo y el desarrollo personal.

### Subtemas Clave

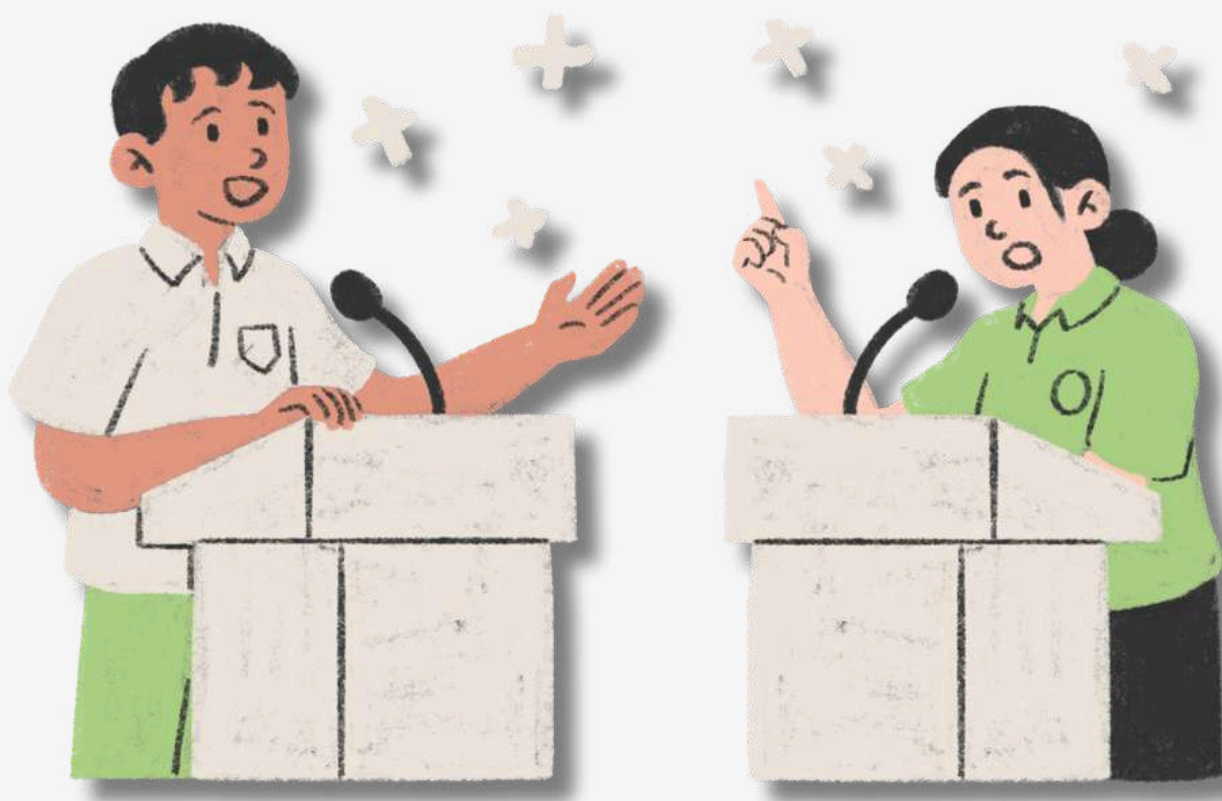
### Interseccionalidad y roles de género:

**Relación:** Este concepto destaca cómo el género se cruza con otras categorías sociales como la raza, la clase social y la sexualidad. Por ejemplo, una mujer negra puede experimentar estereotipos raciales y de género que afectan sus oportunidades y experiencias de manera diferente a una mujer blanca. La interseccionalidad enfatiza que los roles de género no son universales y pueden agravar la discriminación basada en otras identidades.

**Contribución:** La interseccionalidad añade profundidad a la conversación al mostrar que los roles de género se experimentan de manera diferente según la raza, la clase y otras identidades de una persona. Contribuye al enfatizar que los estereotipos de género no son monolíticos y deben entenderse de una manera más matizada, considerando los múltiples factores que configuran la experiencia de género de un individuo.



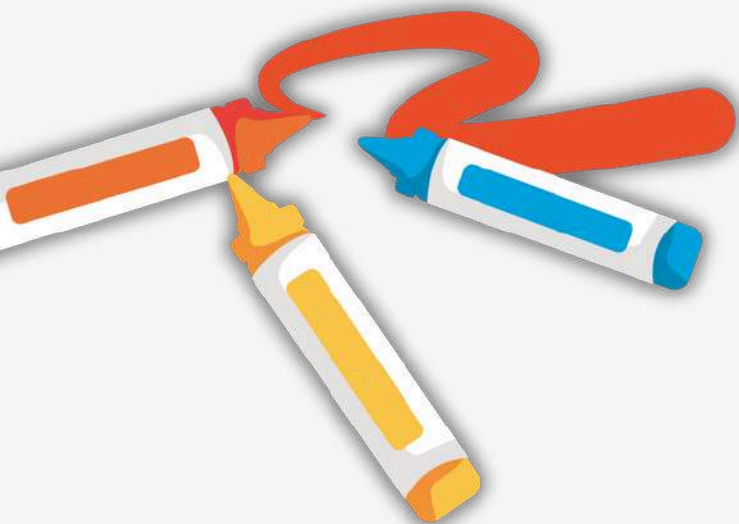
En resumen, todos estos subtemas contribuyen a la discusión más amplia sobre los roles y estereotipos de género al centrarse en diferentes ángulos: cómo se forman, perpetúan y resisten en las culturas, profesiones, medios de comunicación, educación y vidas personales. Ayudan a ilustrar la naturaleza omnipresente y multifacética de las expectativas de género, los impactos en el desarrollo de las personas y la necesidad de un cambio sistémico para abordar estos estereotipos dañinos. Cada subtema aporta sus propias ideas sobre cómo las normas de género moldean las oportunidades, los comportamientos y las identidades de maneras complejas.





# ACTIVIDADES DE EDUCACIÓN NO FORMAL (ENF)

Aquí se presentan varias actividades de educación no formal diseñadas para que los trabajadores juveniles exploren los conceptos de roles y estereotipos de género con los jóvenes de una manera participativa y reflexiva. Cada actividad se detalla para facilitar su implementación.



**Formas de desafiar  
los estereotipos de  
género**

**Duración: 60-90  
minutos**

**ACTIVIDAD 1**

**\* Objetivos:**  
Identificar acciones concretas para desafiar los estereotipos de género en la vida diaria.  
Comprender cómo los estereotipos son dañinos para la comunidad LGBTIQA+.  
Fomentar la crítica y el rechazo de roles de género rígidos, promoviendo identidades personales no limitadas por estereotipos.



**Materiales y recursos:** Papel, bolígrafos.

**Número de participantes:** 15 a 30 participantes.



# 1

**Introducción (5 minutos):** El facilitador introduce el tema de los estereotipos de género y su impacto. Puede comenzar con una pregunta general como: "¿De qué estereotipos de género eres consciente?" o "¿Cómo crees que los estereotipos de género afectan nuestras vidas?".

# 2

## Actividad principal (45-75 minutos):

- **Preguntas guía:** Se plantean las siguientes preguntas a los participantes:
  - "¿Qué acciones puedes tomar, individualmente, para desafiar los estereotipos de género en tu vida diaria?"
  - "¿Qué acciones podemos tomar como ciudadanos para desafiar los estereotipos de género en nuestra comunidad?"
  - "¿Qué acciones podrían tomar las autoridades locales o los gobiernos para desafiar los estereotipos de género a nivel sistémico?"
- **Trabajo en grupos pequeños:** Los participantes se dividen en grupos pequeños (de 4 a 6 personas). Cada grupo discute las preguntas planteadas y desarrolla una propuesta de acciones para cada contexto (individual, ciudadano, institucional). Se les anima a pensar de forma creativa y a considerar el impacto de los estereotipos en la comunidad LGBTIQ+.

**Puesta en común y discusión en grupo:** Después de un tiempo suficiente, los grupos se reúnen en sesión plenaria. Cada grupo presenta sus acciones propuestas. El facilitador modera un

debate, fomentando la discusión sobre la viabilidad, el impacto y la importancia de cada acción. Se puede profundizar en cómo los estereotipos afectan a la comunidad LGBTIQA+ y cómo las acciones propuestas pueden ayudar a mitigar esos impactos.

3

**Conclusión (5 minutos):** El facilitador resume las ideas principales y las acciones discutidas, enfatizando la importancia de la acción individual y colectiva para dismantelar los estereotipos de género y fomentar una sociedad más equitativa. Se agradece a los jóvenes su participación y compromiso.

**Lecciones de género en los cuentos de hadas**

**Duración: 60-90 minutos.**

**Actividad 2**

✱ **Objetivos:**

Sensibilizar sobre los estereotipos de género presentes en los cuentos de hadas y las narrativas infantiles.

Reflexionar sobre cómo estos estereotipos influyen en el desarrollo de los jóvenes y en su visión de sí mismos y de la sociedad.

✱ **Materiales y recursos:** Rotafolios, bolígrafos, hojas de papel en blanco.

**Número de participantes:** 10 a 30 participantes.



# 1

**Introducción (5 minutos):** El facilitador explica que la actividad explorará los cuentos de hadas con los que crecieron los participantes. Se inicia una lluvia de ideas para recopilar una lista de cuentos de hadas populares en un rotafolio. Luego, los participantes se dividen en grupos de 4-5 personas. Cada grupo elige un cuento de hadas para trabajar (asegurándose de que no más de un grupo trabaje con el mismo cuento).

# 2

## **Actividad principal (50-80 minutos):**

- **Parte 1 - Análisis (30-45 minutos):** Los grupos regresan a sus espacios y, en un rotafolio, crean tres columnas:
  - Características/adjetivos para describir a los personajes masculinos de la historia.
  - Características/adjetivos para describir a los personajes femeninos de la historia.
  - Características/adjetivos para describir a los personajes de la historia que son no binarios o cuyo género no está claramente asignado (si los hay). Después de aproximadamente 20 minutos, los grupos regresan a la sesión plenaria. Cada grupo presenta sus conclusiones, y se abre un debate sobre cómo estos estereotipos influyen en los niños y jóvenes en su desarrollo y en sus puntos de vista sobre sí mismos y la sociedad que les rodea.



## 2

### **Parte 2 - Reescribiendo estereotipos (20-35 minutos):**

Los grupos regresan a sus espacios y, utilizando una simple hoja de papel en blanco, se les encarga reescribir la misma historia, pero esta vez con los estereotipos invertidos o completamente rotos. Se les anima a ser creativos e imaginar cómo sería la historia si los personajes desafiaran las expectativas de género tradicionales. Después de unos 15 minutos, los grupos se reúnen de nuevo en la sesión plenaria para leer sus nuevas versiones de los cuentos.

## 3

**Conclusión (5 minutos):** El facilitador agradece a los participantes sus historias y reflexiones. Se destaca el poder de las narrativas en la configuración de ideas, y cómo la reescritura puede ser una herramienta para el cambio social y la ruptura de estereotipos.



## Autorreflexión de género

**Duración: 60-75 minutos.**

## ACTIVIDAD 3

### \* **Objetivos:**

Promover la reflexión sobre la experiencia personal en relación con el género, los roles de género y el "hacer género" en la vida diaria y en las actividades juveniles. Generar conciencia sobre diferentes experiencias relacionadas con el género.

Reflexionar sobre cómo se manejan los roles de género y cómo se actúa en las actividades grupales en relación con las tareas "generizadas".

**Materiales y recursos:** Cuestionarios de autorreflexión impresos (ver abajo), espacio suficiente para que cada pareja tenga privacidad.

**Número de participantes:** Abierto (la actividad se adapta a cualquier tamaño de grupo trabajando en parejas).

**Consideraciones importantes:** Se recomienda que el grupo se conozca un poco y que cada participante se sienta cómodo compartiendo historias personales con al menos una persona. La metodología puede llevar a que algunas personas "salgan del armario" con su compañero de conversación. Esta actividad puede sacar a la superficie recuerdos sensibles, por lo que debe haber espacio y tiempo para que las personas tengan un momento para sí mismas poco después.

1

**Introducción (5 minutos):** El facilitador introduce el concepto de autorreflexión. Explica que los participantes se emparejarán con alguien con quien se sientan cómodos. Se menciona que la diversidad de género en las parejas puede ser muy interesante para la discusión. Es crucial enfatizar que los participantes deben mantener en privado lo que su pareja les cuente. Luego, el facilitador distribuye los cuestionarios de autorreflexión (ver 1. Género y yo, 2. Haciendo género en la vida diaria, 3. Haciendo género en proyectos juveniles).

2

**Actividad principal (40-60 minutos):** Los participantes pueden ir a donde deseen para reflexionar sobre las preguntas y compartir sus respuestas con su pareja. Se les da un tiempo determinado para regresar. El facilitador puede elegir usar todas o solo algunas preguntas de los tres cuestionarios.

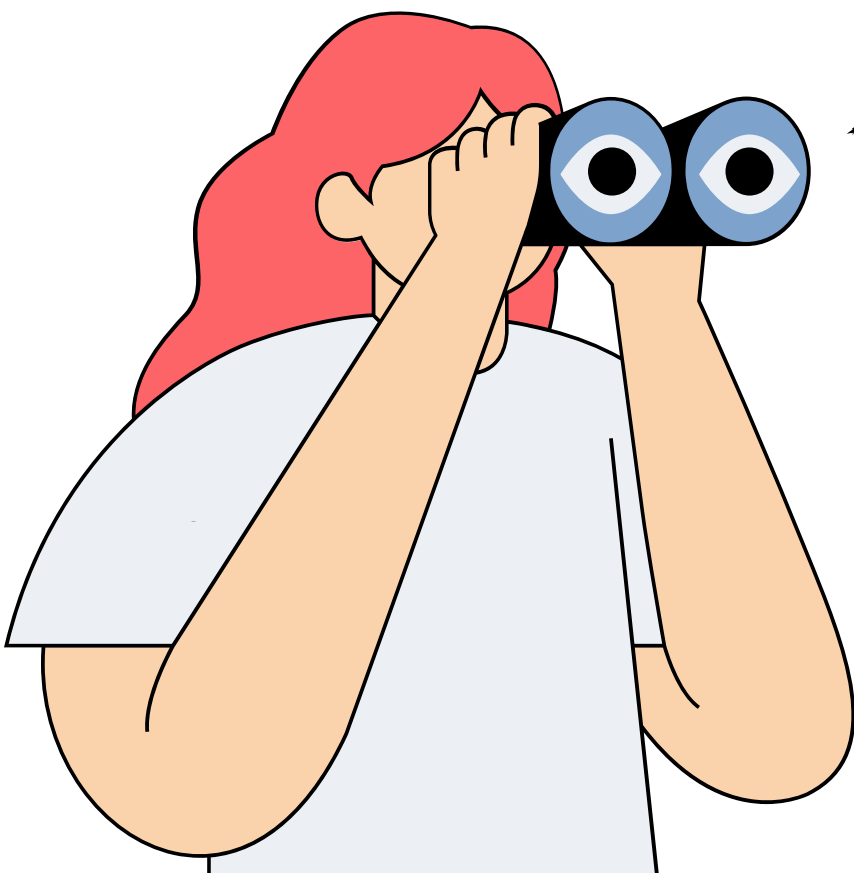
3

**Puesta en común y reflexión en plenario (10 minutos):** El grupo se reúne de nuevo en sesión plenaria. El facilitador pregunta a los participantes cómo fue la autorreflexión para ellos y cómo se sienten después. Es importante asegurarse de que los participantes no compartan demasiados detalles de sus conversaciones privadas y que nadie se sienta presionado a compartir si no lo desea.

4

**Cierre (5 minutos):** El facilitador concluye la actividad, asegurando a los participantes que estará disponible por un tiempo en caso de que alguien desee compartir algo adicional o necesite apoyo.

¡Encontrarás los cuestionarios en la página siguiente!



## Cuestionarios de autorreflexión:

### Género y yo (20 min)

Tómate unos minutos para responder individualmente a las siguientes preguntas. Luego, tómate un tiempo para hablar sobre tus respuestas. Tú decides cuánto quieres compartir con la otra persona.

¿Qué significa para ti ser un hombre\*, una mujer\*, no binario\*, ...?

---

---

¿Qué imagen de ser mujer o ser hombre te acompaña en tu vida diaria?

---

---

¿Qué ventajas o desventajas tienes debido a tu género asignado?

---

---

¿Sientes que tienes que actuar de cierta manera debido a tu género?

---

---

¿Qué sucede cuando no actúas de esa manera?

---

---

¿Qué te molesta del comportamiento de los demás con respecto al género?

---

---

## Cuestionarios de autorreflexión:

### Haciendo género en la vida diaria (20 min)

El objetivo no es responder a todas o muchas preguntas. Elige 2 a 4 preguntas sobre las que te gustaría hablar. Tómate unos minutos para pensar en cada pregunta individualmente y luego comparte en el grupo pequeño.

¿Cómo hablas de hombres\* / mujeres\*?

---



---

¿Hasta qué punto los juzgas por su apariencia, su éxito, su fuerza, sus parejas sexuales, su inteligencia...?

---



---

¿De qué temas hablas con amigos del mismo género? ¿De qué temas con amigos de otros géneros?

---



---

¿Alguna vez le has dicho a una persona de otro género que deberías o podrías hacer una tarea en su lugar? ¿Cuál fue la tarea? ¿Cómo reaccionaste tú / reaccionó la otra persona?

---



---

¿Qué tareas consideras importantes en casa?

---



---

¿Cuáles son más bien poco importantes? ¿Cuáles sueles asumir? ¿Para qué tareas haces que los demás sean conscientes de que las has hecho?

---



---

¿Piensas si puedes acostarte con diferentes parejas y qué piensan los demás al respecto? ¿Alguna vez has oído a la gente juzgar una situación así? ¿Cuál fue el "problema"?

---

---

¿Te sientes a veces juzgado por tu ropa? ¿En qué situaciones piensas de antemano qué ponerte? ¿Por qué?

---

---

## Haciendo género en proyectos juveniles (20 min)

El objetivo no es responder a todas o muchas preguntas. Elige 2 a 4 preguntas sobre las que te gustaría hablar. Tómate unos minutos para pensar en cada pregunta individualmente y luego comparte en un grupo pequeño.

¿Qué tareas realizas cuando formas parte de un seminario? ¿Moderar debates, diseñar rotafolios, escribir actas, lavar platos, mover mesas...?

---

---

¿Cuánto hablas en los debates grupales? ¿Puedes hablar siempre que quieres?

---

---





## Recursos

Los recursos presentados aquí están en inglés para asegurar la accesibilidad global y ofrecer perspectivas valiosas para la formación y la práctica.

### Libros y literatura:

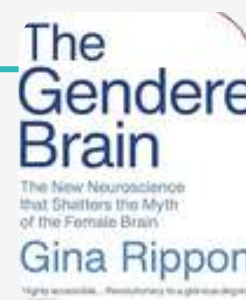
#### "Americanah" by Chimamanda Ngozi Adichie.

Esta poderosa novela explora temas de identidad, raza e inmigración a través de la historia de Ifemelu, una joven nigeriana que se muda a América para la universidad. Mientras navega por la vida en América, Ifemelu se enfrenta a las complejidades de ser una mujer negra en un país extranjero y comienza un popular blog sobre raza y cultura. La novela viaja entre Nigeria, Estados Unidos y el Reino Unido, culminando con el regreso de Ifemelu a Nigeria, donde debe reconciliar su pasado y presente. Aunque no se centra exclusivamente en el género, su exploración de la identidad y las expectativas sociales ofrece ideas relevantes.



#### "The gendered brain" by Gina Rippon.

En este libro, la neurocientífica cognitiva Gina Rippon desmiente el mito de un cerebro "masculino" y "femenino". Utiliza evidencia científica para mostrar cómo el condicionamiento social —no la biología— moldea el comportamiento relacionado con el género y las diferencias cognitivas. Desafía estereotipos profundamente arraigados y presenta un argumento convincente contra el determinismo biológico en los roles de género.



#### "Delusions of gender" de Cordelia Fine.

En esta obra, Cordelia Fine examina cómo las creencias culturales y la ciencia defectuosa refuerzan los estereotipos de género, particularmente en torno a la inteligencia, las emociones y el comportamiento. Es un libro ingenioso, accesible y basado en la evidencia, perfecto para lectores que quieren dismantlar la pseudociencia detrás de las normas de género.



## Videos

### **"Miss representation" (2011) – Documental de Jennifer Siebel Newsom.**

Este documental examina cómo los medios de comunicación convencionales contribuyen a la subrepresentación de las mujeres en puestos de poder e influencia en Estados Unidos. Destaca el impacto de los estereotipos de género en los medios tanto en mujeres como en hombres, criticando las expectativas sociales y las representaciones mediáticas que moldean los roles de género desde una edad temprana.

### **"The mask you live in" (2015) – Documentary by Jennifer Siebel Newsom.**

Considerada una pieza complementaria de "Miss Representation", esta película explora cómo los niños son socializados para ajustarse a definiciones estrechas de masculinidad y cómo esto afecta su desarrollo emocional y sus relaciones. Profundiza en los roles de género masculinos y cómo los estereotipos pueden conducir a la represión emocional y comportamientos dañinos.

## Artículos interesantes:

### **"AI has a stereotypical view of what men around the world look like – and the US depiction is shameful" (New York Post).**

Este reciente artículo examina cómo la inteligencia artificial genera representaciones estereotipadas de hombres de diferentes países, planteando un debate sobre la precisión y la equidad de estos estereotipos. Destaca cómo las generalizaciones culturales y las imprecisiones pueden ser problemáticas, ilustrando tanto el potencial como los peligros de la IA en la representación de identidades globales. Disponible en: [https://nypost.com/2025/05/05/tech/heres-what-ai-thinks-american-men-look-like-its-embarrassing/?utm\\_source=chatgpt.com](https://nypost.com/2025/05/05/tech/heres-what-ai-thinks-american-men-look-like-its-embarrassing/?utm_source=chatgpt.com)

## Podcast

### "Brown don't frown".

Este podcast nació de un viaje personal con la feminidad. Como mujer bangladesí británica, navegar por el feminismo dominante a menudo se sentía excluyente porque no parecía valorar las experiencias o puntos de vista que dieron forma a las vidas de su abuela, tías, madre o amigas. A través de este podcast, el objetivo es construir un discurso más inclusivo, uno que rompa con las suposiciones sobre diferentes culturas y arroje una luz positiva sobre las historias de mujeres subrepresentadas.

### "Call me mother".

La autora y periodista Shon Faye conversa con destacadas figuras LGBTIQ+ que tienen algo importante, interesante o iluminador que decir sobre lo que significa ser queer en el mundo hoy en día. A través de estas conversaciones, "Call Me Mother" busca profundizar nuestra comprensión de las experiencias queer a través de las historias de vida de los mayores que las han vivido antes que nosotros, y mostrar que todos, queer o no, pertenecen a una historia mucho más amplia.

## Organizaciones clave:

Estas organizaciones globales son fundamentales para promover la igualdad de género y deconstruir roles y estereotipos, ofreciendo valiosos recursos y apoyo:



#### ONU Mujeres:

La entidad de las Naciones Unidas dedicada a la igualdad de género y al empoderamiento de las mujeres a nivel mundial. Trabaja activamente para desafiar los estereotipos de género y promover la plena participación de las mujeres en todas las esferas de la vida.

**Website:** <https://www.unwomen.org/en>



**Promundo:**

Una organización global que trabaja para promover la masculinidad positiva y redefinir los roles de género masculinos tradicionales. Se centra en involucrar a hombres y niños en la lucha por la igualdad de género.

**Website:** <https://www.promundo.org.br/en>

**LEAN IN**

**Lean in:**

Fundada por Sheryl Sandberg, esta organización apoya a las mujeres en puestos de liderazgo y desafía los sesgos de género en la esfera profesional. Proporciona recursos y redes para empoderar a las mujeres en el lugar de trabajo.

**Website:** <https://leanin.org/>



**The representation project:**

Esta organización utiliza el cine y los medios de comunicación para desafiar los estereotipos relacionados con el género, la raza y la sexualidad en los medios de comunicación convencionales. Su trabajo busca visibilizar y cuestionar las representaciones mediáticas dañinas que perpetúan los roles de género.

**Website:** <https://therepproject.org/>

## Glosario de términos clave:

Para una comprensión clara y un lenguaje común, se presentan los términos esenciales de este módulo:

**Heteronormatividad:** La creencia o suposición de que la heterosexualidad (atracción sexual entre personas del sexo opuesto) es la única orientación sexual natural, normal o preferida. A menudo también asume roles de género tradicionales, donde se espera que las personas se ajusten a categorías binarias de masculino y femenino y se involucren en relaciones que encajen en una dinámica hombre-mujer.

**Roles de género:** Expectativas sociales y culturales sobre cómo deben comportarse, vestirse y presentarse las personas en función de su género percibido o asignado (por ejemplo, las mujeres como cuidadoras, los hombres como proveedores).

**Esteretipos de género:** Creencias generalizadas sobre rasgos, comportamientos o roles que la sociedad atribuye a las personas en función de su género (por ejemplo, "las mujeres son emocionales", "los hombres no lloran").

**Masculinidad:** El conjunto de atributos, comportamientos y roles típicamente asociados con niños y hombres. Estos pueden ser socialmente construidos y variar entre culturas y a lo largo del tiempo.

**Expectativas de género:** Presunciones sobre cómo deben actuar, sentir o pensar las personas en función de su género, que a menudo moldean las elecciones de carrera, los pasatiempos o la expresión emocional.

**Sesgo de género:** Trato preferencial o discriminación contra individuos basada en su género, a menudo favoreciendo un género sobre otros en el lugar de trabajo, los medios de comunicación o la educación.

**Policía de género:** El acto de imponer normas de género tradicionales y castigar o avergonzar a quienes se desvían de ellas (por ejemplo, criticar a un niño por usar maquillaje).



**Socialización de género:** El proceso por el cual los individuos aprenden las normas culturales y los comportamientos esperados para su género desde la primera infancia, a través de la familia, la educación, los medios de comunicación y los compañeros.

**Género binario:** La clasificación del género en dos categorías distintas y opuestas (masculino y femenino), a menudo ignorando o invalidando identidades no binarias o de género diverso.

**Brecha salarial de género:** La diferencia promedio en los ingresos entre mujeres y hombres, a menudo debido a discriminación sistémica, segregación ocupacional y responsabilidades de cuidado desiguales.

**Representación mediática:** Cómo se retrata a las personas o grupos en los medios de comunicación, lo que puede influir en las percepciones públicas. En el contexto del género, incluye la visibilidad, la precisión y la diversidad de las identidades y roles de género.

**Borrado no binario:** La tendencia a ignorar, desestimar o invalidar las identidades no binarias en la cultura, el lenguaje, la política y los medios de comunicación, reforzando el binario de género.

**Doble moral sexual:** La práctica de aplicar diferentes juicios morales al mismo comportamiento sexual según el género de una persona (por ejemplo, hombres elogiados por la promiscuidad, mujeres avergonzadas por lo mismo).

**Techo de cristal:** Una barrera invisible pero difícil de superar que impide a las mujeres y a los géneros marginados ascender a puestos superiores de poder o liderazgo, a pesar de sus cualificaciones o logros.

**Interseccionalidad:** Un marco que reconoce cómo diferentes aspectos de la identidad (como el género, la raza, la clase social, la sexualidad) se cruzan para dar forma a las experiencias de opresión y privilegio.

no  
gender  
gap

# GRACIAS

Este documento fue redactado con la participación de:





2024-1-ES02-KA210-YOU-000253858, Erasmus+

# Violencia de Género

no  
gender  
gap

## Teoría y Definición

### ¿Qué es la Violencia de Género?

La violencia de género se refiere a cualquier situación en la que alguien experimenta daño o abuso debido a su identidad de género, expresión de género o cómo otros perciben su género. Puede ocurrirle a cualquiera, pero las niñas, mujeres, minorías de género y personas cuya expresión de género no encaja con las normas sociales son especialmente vulnerables. La violencia de género es una grave violación de los derechos humanos y puede dañar tanto el cuerpo como la mente.

La violencia de género abarca una amplia gama de violencias, que ocurren en muchos contextos y entornos diferentes y adoptan diversas formas. Puede ser:

**Sexual:** explotación sexual, abuso sexual, violación, etc.

**Física:** golpes, etc.

**Psicológica:** humillación, violencia verbal, discurso de odio, acoso sexual, amenazas, acoso, manipulación, exclusión social, etc.

**Administrativo:** confiscación o destrucción de documentos administrativos (permiso de

residencia o pasaporte, tarjeta de seguro médico, libro de familia, etc.), impidiendo que la persona realice trámites cotidianos o solicite sus derechos, con el fin de impedir que sea autónoma.

**Económica:** implicando el control o la restricción del acceso a recursos financieros, haciendo a la persona económicamente dependiente, etc.

Puede ser infligida en público (en la calle, en el lugar de trabajo, en la escuela, etc.) o en la esfera privada. Puede ser causada por cualquier persona, desde un extraño hasta un amigo de la víctima, un compañero de trabajo, un familiar o una pareja.

### La complejidad de la violencia de género

Algunas formas de violencia de género son fáciles de identificar, como el abuso físico, pero otras son más difíciles de reconocer porque no dejan marcas visibles, como el abuso emocional o verbal. Además, el estatus de víctima a menudo no es aceptado, considerado o nombrado como tal, lo que complica aún más su abordaje.

A una persona que ha experimentado violencia de género se le puede llamar víctima o superviviente. El término víctima ha sido objeto de críticas y a menudo se reemplaza por la palabra superviviente, que enfatiza la agencia y la capacidad de las personas. Las personas afectadas por la violencia de género pueden identificarse con uno u otro término según su propia experiencia y sentimientos.

La violencia de género es un fenómeno complejo. Además, la manera en que se vive la violencia es diferente para cada persona. Por ello, no existe una definición universal de qué es la violencia de género ni de qué puede considerarse un acto violento. Todo depende de los sentimientos de la víctima, porque no todos experimentan la violencia de la misma manera. Sin embargo, es absolutamente crucial no minimizar la violencia ni la intensidad con la que una experiencia puede ser violenta para alguien. La violencia de género puede ocurrir directamente a través de golpes y agresiones, pero también puede ser más insidiosa, a través de palabras que parecen inofensivas.

## **Las causas profundas de la violencia de género**

La violencia de género no se trata solo de actos individuales de daño, sino que está profundamente conectada con sistemas sociales y culturales más amplios. Proviene de la discriminación basada en el género y los desequilibrios de poder. Quienes usan la violencia suelen sentir un sentido de superioridad sobre los demás basado en el género, y su objetivo es humillar o afirmar control sobre otra persona. La violencia de género está arraigada en el patriarcado, la creencia de que los hombres son superiores a las mujeres y a las minorías de género, lo que puede normalizar y justificar la violencia. Se basa en relaciones de poder, impulsadas por un sentimiento o deseo de superioridad relacionado con la expresión de género, y la intención de afirmar o probar esa superioridad. Lamentablemente, esta violencia a menudo se subinforma y se ignora, permitida y normalizada por una cultura de negación y silencio. Muchas víctimas sienten vergüenza o culpa por la violencia que experimentan, lo que complica aún más la cuestión.

La violencia de género plantea distintas preguntas.

¿Por qué algunas personas sienten el deseo de dañar como una forma de mostrar su superioridad? ¿Cómo obtienen el derecho y la legitimidad para hacerlo? ¿Por qué no existe ninguna sociedad o país donde las minorías de género y las mujeres puedan estar seguras y protegidas de la violencia? ¿Cómo puede ocurrir la violencia con tanta frecuencia mientras que las políticas y autoridades la abordan, detienen o condenan tan poco?

### **Interseccionalidad y violencia de género**

Para entender verdaderamente la violencia de género, debemos verla a través de una perspectiva interseccional. Esto significa reconocer que las experiencias de violencia de las personas están moldeadas por muchos aspectos de su identidad, como su raza, etnia, orientación sexual, discapacidad o edad. Por ejemplo, alguien que es mujer y además pertenece a una comunidad marginada (como una persona migrante, con discapacidad o una persona de color) puede enfrentar un mayor riesgo de violencia de género.

Los datos sobre violencia de género se centran principalmente en la experiencia de mujeres y niñas.

Sin embargo, es importante destacar que las personas no binarias y trans experimentan violencia extraordinaria y específica. Es importante también señalar que los hombres también experimentan violencia en su vida, en diferentes niveles, y que las ideologías patriarcales también les afectan, ya que les impiden hablar sobre la violencia que sufren.

### **Estadísticas y realidad de la violencia de género**

Según las estadísticas de la Agencia de Derechos Fundamentales de la Unión Europea, una de cada tres mujeres en la UE ha sufrido violencia física o amenazas y/o violencia sexual a lo largo de su vida. El 13,5 % de las mujeres en la UE ha experimentado violencia física y/o ha sido amenazada con violencia física (pero no sexual), y el 17,2 % ha sufrido violencia sexual (incluyendo violación y otros actos sexuales no deseados). Entre las mujeres que han sufrido violencia física o amenazas y/o violencia sexual en su vida, el 20,5 % contactó con un servicio sanitario o un servicio social tras el incidente, y el 13,9 % denunció el incidente a la policía.

Además, un informe sobre crímenes de odio publicado en 2018 mostró que el 85 % de las personas trans entrevistadas para el estudio sufrieron abuso verbal y el 29 % violencia física.

### **Continuo de la violencia de género**

Para abordar el problema de la violencia de género, consideramos esencial hablar del concepto de *continuo de la violencia*. Este fue desarrollado en 1987 por la socióloga británica Liz Kelly en su artículo “*The Continuum of Sexual Violence*”. Su investigación se basa en las experiencias de vida de las mujeres frente a la violencia. El punto principal de este concepto es considerar todos los tipos de violencia de género sin clasificarlos ni establecer una jerarquía entre ellos. Según Kelly, todas las formas de violencia sexual son graves y tienen consecuencias; la polarización del continuo solo se refiere a su frecuencia. Ella sostiene que las formas más comunes de violencia sexual son también las más propensas a ser definidas socialmente como “aceptables” y menos susceptibles de ser reconocidas legalmente como delitos. Por ejemplo, el acoso sexual en el trabajo suele tratarse como bromas inofensivas.

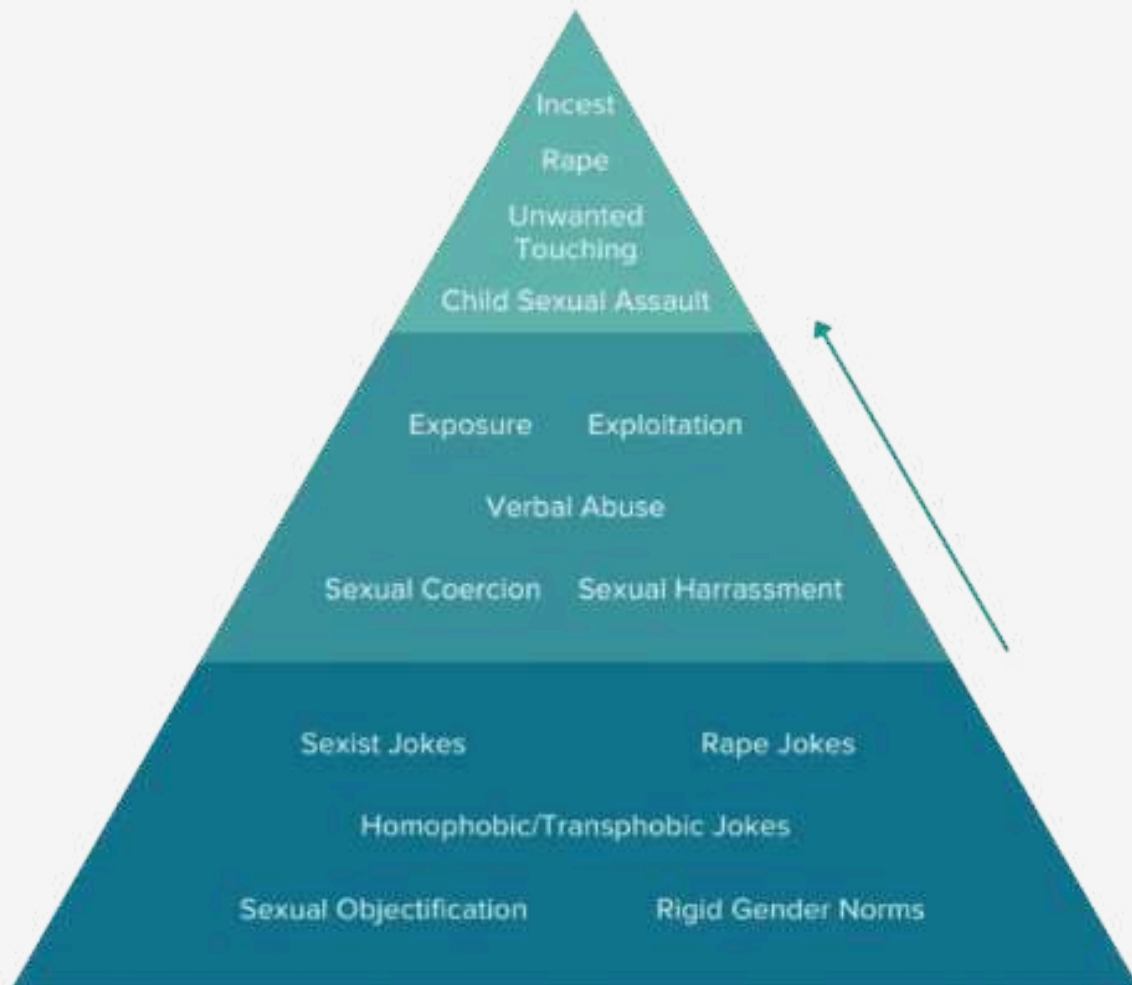
Este concepto ha sido estudiado, revisado y ajustado por muchos investigadores, especialmente desde una perspectiva interseccional y más inclusiva que la original en los años 80. El concepto del continuo permite explicar cómo los actos de violencia de género son el resultado de la acumulación de diversas formas de violencia, incluida la violencia estructural y las desigualdades sistémicas.

También nos permite entender cómo esta violencia está moldeada por distintos sistemas de opresión y por las trayectorias de vida de las mujeres y las personas de géneros diversos. Así, la violencia de género existe dentro de un continuo, en el que las formas de violencia comúnmente llamadas “menores”, como los chistes sexistas, permiten que ocurran y se toleren otras formas más invasivas o intrusivas de violencia, como la violación o el feminicidio.

Los actos de violencia de género no son hechos aislados entre sí. Todos forman parte de un sistema de violencia, donde permitir pequeñas bromas hace posible dañar a las personas de muchas otras maneras.

# Sexual Violence Pyramid

Acts and Behaviors



Attitudes, beliefs and ideas

## Cultura de la violación

En continuidad con el concepto del continuo de la violencia, consideramos importante y relevante hablar de la cultura de la violación. Este concepto describe cómo los contextos y normas



socioculturales permiten, fomentan y legitiman comportamientos violentos, degradantes y opresivos hacia las mujeres y las minorías de género, llevando a una normalización directa o indirecta de la violación.

La cultura de la violación adopta múltiples formas y atraviesa todos los estratos de la sociedad. Se basa en la idea de que la sexualidad existe a través de roles de género y está inextricablemente ligada a la violencia y la dominación.

La confusión entre sexualidad y violencia se mantiene mediante el uso de vocabulario y discursos degradantes vinculados a la sexualidad: la mayoría de los insultos tienen connotación sexual, abundan los chistes sexistas y los comentarios “subidos de tono”, mientras que el lenguaje en torno a la sexualidad suele estar marcado por ideas de posesión o dominación. Esta confusión deliberadamente construida entre sexualidad y violencia transmite una imagen degradada de las mujeres, reducidas y fragmentadas como objetos sexuales. Esta representación está omnipresente en los medios de comunicación, la publicidad,

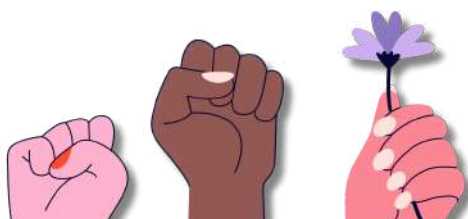
el cine, la música y la literatura.

Asimismo, promueve una visión depredadora e impulsiva de la sexualidad masculina, apoyando la idea de roles caricaturescos asignados a hombres y mujeres. Las industrias culturales siguen alimentando esta cultura de la violación, a la vez que son influenciadas por ella, ya que mantiene sistemas de opresión donde ciertas categorías sociales conservan posiciones privilegiadas de poder.

La cultura de la violación se compone de normas sociales, lo que significa que la mayoría de las personas la apoyan a través de sus estilos de vida y hábitos, muchas veces sin siquiera ser conscientes de ello. Influye en cómo percibimos la sexualidad y todo tipo de relaciones, así como en lo que consideramos normal y aceptable en cuanto a comportamientos sociales.

### **Violencia doméstica**

La violencia doméstica es una forma específica de violencia de género que ocurre entre parejas románticas y/o sexuales, exparejas, o entre miembros del hogar o de la familia. Incluye actos específicos de violencia en el entorno doméstico como la violación conyugal, la





la mutilación genital o el aborto y la esterilización forzados.

Los hombres también pueden ser víctimas de violencia doméstica, aunque es mucho menos común que en el caso de las mujeres. La mayoría de las investigaciones sobre este tema se centran en la violencia hacia las mujeres en relaciones heterosexuales. La violencia doméstica también se da en relaciones homosexuales, aunque es más probable que pase desapercibida y no se documente.

La Agencia de Derechos Fundamentales de la Unión Europea publicó una amplia encuesta en 2014 sobre violencia doméstica, que mostró que una de cada cinco mujeres ha sufrido violencia física o sexual por parte de una pareja actual o anterior, y que el 43% ha sido víctima de abuso psicológico o comportamientos dominantes en el contexto de una relación romántica. Además, más de la mitad de las víctimas de feminicidio son asesinadas por una pareja sexual o un miembro de la familia. En Francia, en 2021, de las 112 víctimas de feminicidio, 104 fueron asesinadas por su pareja o expareja, lo que representa el 93%.

La violencia doméstica es un fenómeno social complejo. Sin embargo, según las teorías feministas,

claramente ocurre como resultado de estructuras patriarcales en la sociedad. Más allá del hecho de que el género estructura relaciones de poder y opresión, el hogar, como entorno íntimo y privado, aparece como un lugar privilegiado para la violencia no visible.

Además, las relaciones románticas y el matrimonio son considerados espacios de éxito social, regidos por numerosas normas patriarcales que conducen a relaciones de dependencia emocional, administrativa y económica, lo que dificulta aún más el reconocimiento de la violencia en esas condiciones. La violencia doméstica plantea, entonces, la cuestión de cómo se construyen y expresan socialmente las relaciones románticas.

Como en cualquier tipo de opresión, es necesario tener en cuenta la intersección de discriminaciones en el análisis de la violencia doméstica. Diferentes factores y características identitarias pueden amplificar la vulnerabilidad de las mujeres dentro de una relación de pareja. Una mujer que experimente racismo, capacitismo o dependencia económica, por tanto, tendrá más probabilidades de sufrir violencia doméstica o de tener más dificultades para salir de ella.

## Estrategias de prevención

Abordar la violencia de género requiere más que reaccionar cuando la violencia ya ha ocurrido; exige soluciones proactivas para prevenir que ocurra.

Una de las claves para estas estrategias de prevención radica en invertir y empoderar a las comunidades y organizaciones de mujeres y minorías de género, ya que poseen más que nadie el conocimiento y las herramientas para transformar las sociedades en espacios más seguros, inclusivos y justos.

El primer paso es escuchar y confiar en las personas que enfrentan la violencia de género como una realidad vital, para poder abordarla mejor como un problema social y global. Movilizar a quienes están directamente afectados por esta violencia como agentes de cambio es vital para combatirla.

Debemos reconocer mejor a las mujeres y a las personas de género diverso como facilitadoras comunitarias y creadoras de espacios seguros. De hecho, ellas pueden alcanzar mejor a comunidades particularmente marginadas y hacer que las iniciativas de prevención sean más efectivas,

además de diseñar soluciones adaptadas a las necesidades reales de las personas.

Las organizaciones que luchan contra la violencia de género enfrentan frecuentemente resistencia, vacíos legales, negación e inacción. Por eso, financiar y apoyar a estas organizaciones es absolutamente crucial para prevenir la violencia.

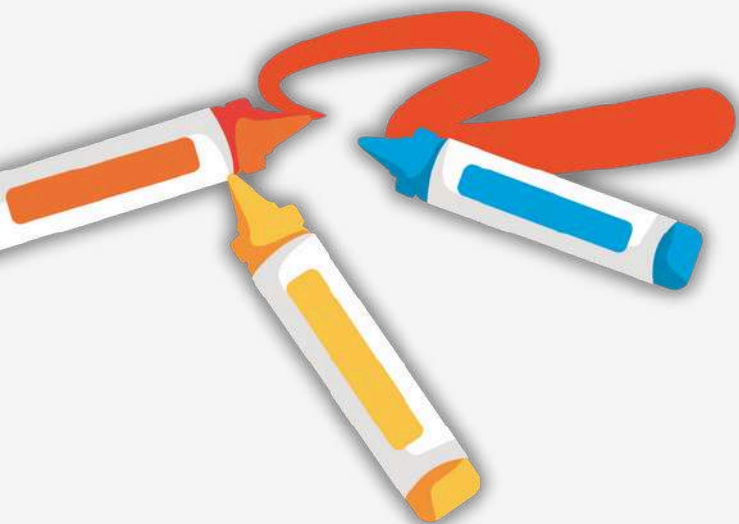
Además, no hay duda de que una educación inclusiva, adaptada a las realidades sociales desde una edad temprana, es fundamental para abordar la violencia de género. Empoderar a la juventud, así como romper el círculo del silencio aprendiendo a reconocer, analizar y nombrar la violencia de género en distintos contextos socioculturales, mientras se condena cualquier forma de discriminación, es esencial.

Para concluir, la violencia de género debe ser reconocida e institucionalizada por las autoridades estatales y las instituciones como una prioridad de salud pública y de igualdad, para que pueda ser abordada eficazmente por organizaciones y comunidades competentes.

A large, abstract shape on the left side of the page, composed of a yellow area and a blue area separated by a wavy line.

# ACTIVIDADES DE EDUCACIÓN NO FORMAL

Aquí se presentan varias actividades de educación no formal diseñadas para que los trabajadores juveniles exploren conceptos de violencia de género con jóvenes de una manera participativa, empática y reflexiva.



## La pirámide de la violencia de género

**Duración: 30 minutos**

**ACTIVIDAD 1**

### \* **Objetivos:**

Aumentar la conciencia sobre el *continuum* de la violencia, permitiendo a los participantes identificar y categorizar diversas formas de violencia de género, desde las sutiles hasta las graves.

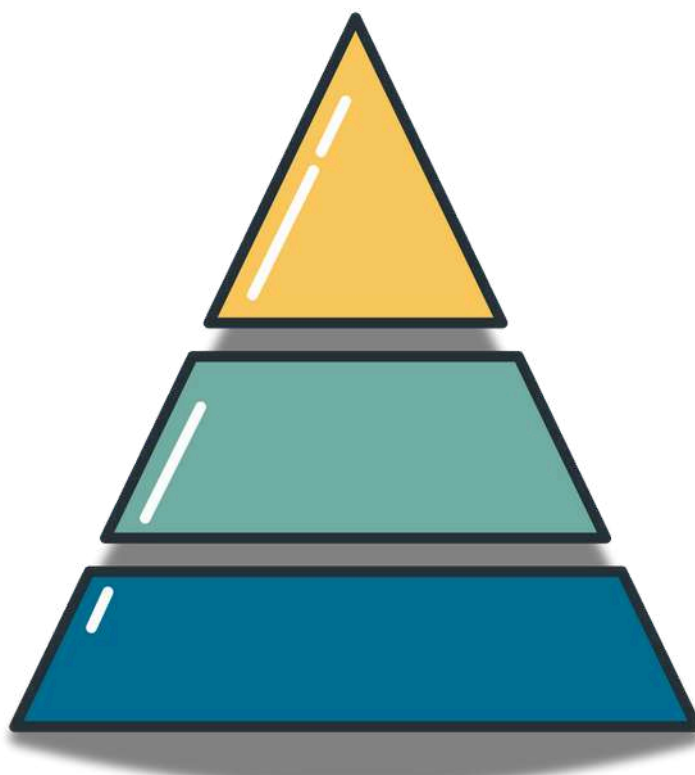
Desarrollar una comprensión colectiva de cómo las diferentes formas de violencia están interconectadas, ilustrando cómo actos aparentemente "menores" normalizan y perpetúan una violencia más grave.

Empoderar a los participantes para que desarrollen acciones concretas y cotidianas para prevenir y contrarrestar la violencia en los niveles fundamentales de la pirámide, fortaleciendo su capacidad para actuar en su entorno inmediato.

**Número de participantes: 10-15 participantes**

### **Materiales:**

- Diagrama "La Pirámide de la Violencia de Género" (ver Anexo)
- Pizarra o rotafolio
- Rotuladores para pizarra



1

Pedir a los participantes que compartan formas de violencia de género con las que estén familiarizados.

2

Anotar sus sugerencias en la pizarra, organizándolas según los niveles de la pirámide (consultar el Anexo).

3

Dibujar la pirámide alrededor de estas formas de violencia, explicando que el propósito no es crear una jerarquía, sino ilustrar que la violencia es exponencial y que cada forma se construye sobre otras.

4

Explicar el continuum de la violencia: cada forma de violencia se alimenta de otra. Enfatizar que todos los niveles de la pirámide deben ser reconocidos como violencia porque eliminar la violencia en la parte superior requiere abordar la violencia en la parte inferior.

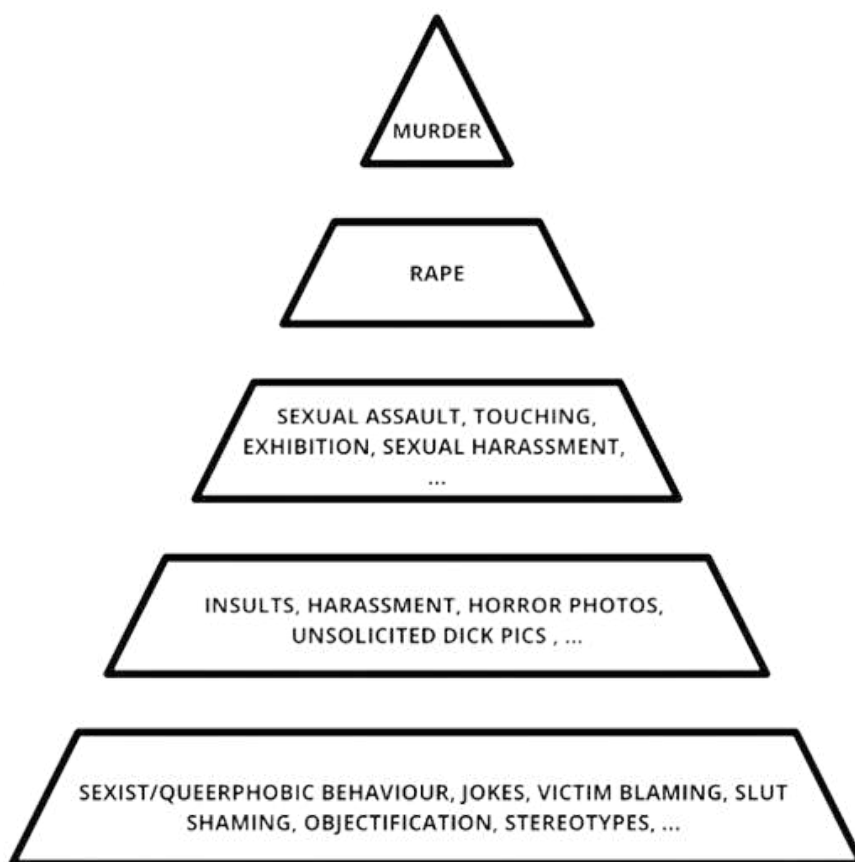
5

Pedir a los participantes acciones individuales concretas para combatir las formas de violencia más bajas (por ejemplo, chistes, cosificación, comentarios inapropiados).

6

Escribir estas acciones en la pizarra y mostrarlas como un "plan de acción".

**Anexo: Continuum de la Violencia** Liz Kelly (socióloga británica) teorizó el *continuum* de la violencia en 1987, destacando que todas las formas de violencia contra las mujeres y las minorías de género/sexuales se apoyan mutuamente, y ninguna puede combatirse de forma aislada. Por ejemplo, acabar con el feminicidio requiere luchar contra los estereotipos, los chistes y la cultura de la violación.



## El placer primero

**Duración: 30 minutos**

## ACTIVIDAD 2

### \* **Objetivos:**

Reconectar la noción de consentimiento con el placer, separándolo del único contexto de la violencia.

Permitir a los participantes identificar actividades que les producen placer, las sensaciones asociadas y las respuestas que indican consentimiento.

Ampliar el concepto de placer más allá de las actividades íntimas.



### **Materiales:**

- Notas adhesivas de 3 colores diferentes
- Pizarra o rotafolio
- Rotuladores para pizarra
- Bolígrafo para cada participante

### **Participantes:**

10-15 participantes





1

Distribuir una nota adhesiva y un bolígrafo a cada participante. Indicarles que "escriban una actividad que les dé placer", fomentando la precisión. Enfatizar el anonimato, ya que las notas adhesivas serán leídas por el facilitador.

2

Recoger las notas adhesivas, leerlas en voz alta en sesión plenaria y categorizarlas en la pizarra (por ejemplo, placer físico, placer psicológico, placer compartido, placer solitario, placer culpable).

3

Dar a cada participante una nueva nota adhesiva de un color diferente. Pedirles que escriban una sensación, sentimiento o emoción que experimentan cuando alguien les pide que hagan la actividad que anotaron en la primera nota adhesiva.

4

Recoger y leer estas notas adhesivas en voz alta, colocándolas en la pizarra.

5

Repetir el proceso con una nota adhesiva de un nuevo color, pidiendo a los participantes que escriban cuál sería su respuesta si alguien les pidiera que hicieran la actividad de la primera nota adhesiva.

6

Recoger y leer estas notas adhesivas en voz alta, colocándolas en la pizarra.

7

Cierre: Explicar que lo que han creado juntos es una imagen del consentimiento. Preguntar: "Cuando hablamos de consentimiento, en términos generales, ¿de qué hablamos?". El objetivo es obtener respuestas como "sexualidad", "violencia sexual", "intimidación". Una vez que hayan dado esta respuesta, explicar: "El consentimiento debería funcionar en la sexualidad como lo hace en otros ámbitos".

8

Enfatizar que las actividades anotadas no eran todas sexuales o íntimas, pero aun así producían placer. Las sensaciones anotadas son las mismas que uno debería sentir si se propone una actividad íntima/sexual. Las respuestas dadas en un contexto sexual/íntimo deben ser tan entusiastas como las anotadas para actividades no íntimas.

- Nota: Si algún sentimiento o respuesta anotado no está asociado con el consentimiento (por ejemplo, ansiedad, miedo, "no, gracias"), discutirlo y preguntar a los participantes si representa consentimiento o no consentimiento.

## Sexy or Cringe

**Duración: 1 hora**

## ACTIVIDAD 3

\* **Objetivos:**  
Identificar comportamientos saludables y tóxicos en las relaciones, particularmente en las dinámicas hombre-mujer.

Fomentar el pensamiento crítico sobre el contenido visto y escuchado en las redes sociales.

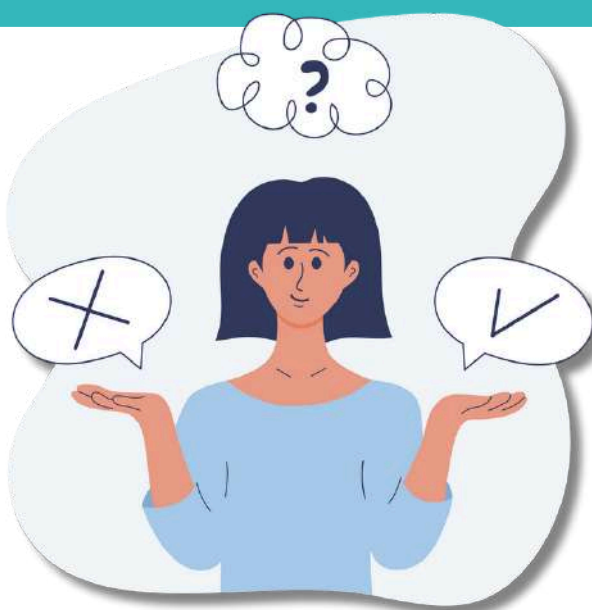
Aprender a deconstruir discursos dañinos.



### Materiales:

Una bandera verde, una bandera naranja y una bandera roja por grupo  
Frases de coaches de citas de TikTok o frases de uso común (impresas individualmente)  
Inspirado en el libro de actividades de Crips IDF

**Participantes:** 15-20 participantes



1

Dividir a los participantes en grupos de 3 o 4.

2

Explicar los conceptos de banderas verdes, naranjas y rojas:

- **Bandera Roja:** Un comportamiento identificado como propenso a conducir a violencia física, psicológica o económica. Ejemplo: Alguien que se burla de tu apariencia puede no respetarte en general. Alguien violento con otros puede ser violento contigo.
- **Bandera Naranja:** Comportamiento desagradable que no necesariamente conduce a la violencia, pero plantea preguntas. Ejemplo: Alguien protector puede ser bueno, pero también puede volverse posesivo.
- **Bandera Verde:** Un comportamiento normal identificado como positivo, que indica cuidado y respeto. Ejemplo: Alguien que celebra los éxitos de los demás no es celoso ni envidioso.

3

Dar a cada grupo 10 frases y pedirles que las lean y las clasifiquen como banderas verdes, naranjas o rojas, discutiendo su razonamiento (30 min).

4

Una vez que todos los grupos hayan terminado, pedir a cada grupo que comparta una frase de bandera verde y una frase de bandera roja, explicando su clasificación (20 min).

# 5

Informar a los participantes que la mayoría de las frases se extraen de videos de TikTok y animarles a cuestionar el contenido de dichas plataformas.

## Anexo: Frases para el debate

### Frases y sus explicaciones:

- "No hay nada de malo en mentir y exagerar detalles de tu vida para impresionarla. DVA, Demostración de Alto Valor"
  - **Bandera:** ROJA
  - **Explicación:** Mentir para seducir es manipulación. La impresión que la persona tendrá de ti será falsa, y si empieza a gustarle, apreciará una versión que no es real.
- "Sé emprendedor, pero no demasiado demostrativo. Tienes que ser capaz de hacerles creer que fueron ellos quienes tomaron la iniciativa, de lo contrario su ego se resentirá."
  - **Bandera:** ROJA / NARANJA
  - **Explicación:** Aquí de nuevo, es manipulación. Insinuar una idea y hacer que la persona piense que viene de ellos no es honesto. Preguntas de seguimiento: ¿Es importante cuidar el ego de los hombres? ¿Las mujeres tienen derecho a ser emprendedoras?
- "Pequeños gestos como llevar una sorpresa o cocinar para ella siempre son apreciados"
  - **Bandera:** VERDE
  - **Explicación:** Sorprender al otro, hacer regalos o favores puede ser un placer siempre y cuando no sea calculado (lo haces para complacer y no esperando algo a cambio). Forma parte del lenguaje del amor: acto de servicio.
- "Antes de ir a ligar con una chica, respira cinco veces y dítelo a ti mismo que eres un ganador, que eres el jefe."
  - **Bandera:** NARANJA
  - **Explicación:** Es bueno darse confianza, ¡pero hay que recordar que no estás aquí para ganar nada!
- "Un truco que siempre funciona es hacer reír a la persona. El humor levanta el ánimo y crea bonitos recuerdos."
  - **Bandera:** VERDE
  - **Explicación:** Ser divertido es una gran cualidad que muchas personas aprecian, ¡reír también es pasar un buen rato!

- "Consejo para evitar la 'resistencia de ÚLTIMO minuto' antes de ligar: la noche de la cita, tiene que ser ella quien venga a ti, para que no pueda decir que no quería."
  - **Bandera:** ROJA
  - **Explicación:** Además de ser un comportamiento peligroso, es inútil hacer cálculos inteligentes para conseguir que tu cita se acueste contigo. Pensar que puedes manipular este tipo de comportamiento es anular el consentimiento de la otra persona, y forma parte de la cultura de la violación. NUNCA le debes sexo a nadie: no importa lo que esa persona te haya ofrecido o pagado, no importa cuánto hayas hecho que esa persona te espere, si no tienes ganas, es un no.
- "Cuida tu apariencia, resalta tus puntos fuertes, pero sin ser vulgar."
  - **Bandera:** NARANJA
  - **Explicación:** Sentirse guapa es importante. Pero "vulgar" en realidad no significa nada. ¡Algunas personas piensan que una falda es vulgar, mientras que otras no piensan que sea vulgar en absoluto! Vístete como quieras, eso es lo más importante. Preguntas de seguimiento: ¿qué es ropa vulgar? ¿Es solo para chicas? ¿Quién decide qué es vulgar y qué no?
- "Saber tomarse su tiempo es una verdadera habilidad. No te apresures, deja que las cosas sucedan."
  - **Bandera:** VERDE
  - **Explicación:** No tiene sentido apresurarse, no garantiza mejores resultados. Tómate tu tiempo, ¡es mejor para todos!
- "Intenta hacerla sentir especial. No solo halagues su aspecto, sino también su personalidad. Es más individualizado y marca la diferencia."
  - **Bandera:** VERDE
  - **Explicación:** Cuando buscas iniciar una relación con alguien, es importante que se base en algo más que el aspecto físico. Preguntas de seguimiento: ¿qué es importante al buscar pareja? ¿Y en una relación?



- "Cuando ligas con una chica, la haces sentir superior. ¡El NEG es el arma que necesitas para bajarla y volver a estar en la cima como hombre! Es un comentario suave y mordaz: 'Qué linda, te pones bizca cuando te ríes!'"
  - **Bandera:** ROJA
  - **Explicación:** Desvalorizar a la persona que tienes delante no te llevará a ninguna parte. Las chicas no se dejan engañar. Y no querrás basar tu relación en este tipo de relación poco saludable. Alguien que te menosprecia es alguien que no confía en sí mismo. Te mereces a alguien que te valore. Es manipulador buscar formas de bajar la autoestima de alguien sin parecer el malo o la mala.
- "Es tu primera cita con la chica. Lía uno, espera a que haya fumado un poco para empezar a 'calentarla'. Estará más receptiva."
  - **Bandera:** ROJA
  - **Explicación:** Drogar a alguien (con alcohol o de otro modo) para forzarle a mantener relaciones íntimas o sexuales (tocamientos, besos, acostarse, etc.) es sumisión química y está penado por la ley. Añadir información legal sobre la sumisión química en tu país.
- "Es la técnica Kino: tienes que tocar a tu objetivo con las manos, ser táctil. Tocar a la chica te hace sexy a sus ojos y hace que ella quiera ir más allá. Es programación neuro-lingüística."
  - **Bandera:** ROJA
  - **Explicación:** Tocar a alguien sin su consentimiento puede considerarse agresión sexual. Además, no puedes programar a alguien para que se sienta atraído por otra persona, o para que le parezca sexy.
- "Cambia tu cartera grande por una diminuta y super discreta que evitará que las chicas fantaseen con tu dinero. ¡Tenemos que demostrarles que la recompensa somos nosotros, no nuestro dinero!"
  - **Bandera:** NARANJA
  - **Explicación:** Las mujeres no se sienten más atraídas por el dinero que los hombres. Si tienes la impresión de que a tu pareja solo le gusta tu dinero, probablemente sea porque él o ella no es una buena pareja.

- "Tienes que ser superior a ella. Está en su naturaleza buscar lo mejor."
  - **Bandera:** NARANJA
  - **Explicación:** No existe tal cosa como la "naturaleza" femenina, así como no existe la "naturaleza" masculina. No todas las mujeres buscan lo mismo en un hombre, y no todas las mujeres buscan un hombre.
- "Cuidarse, ponerse crema, cepillarse las cejas, etc., no te convierte en un chico gay o afeminado."
  - **Bandera:** VERDE
  - **Explicación:** Cuidarse es importante y no tiene nada que ver con la orientación sexual de uno. Preguntas de seguimiento: ¿Pueden los hombres vestirse a la moda? ¿Usar perfume? ¿Maquillarse?
- "Usa un perfume elegante para hacer que tu *crush* piense que estás saliendo con otra chica para darle celos."
  - **Bandera:** ROJA
  - **Explicación:** Una vez más, esto es manipulación. Los celos no son un sentimiento agradable, y en muchas situaciones no son saludables. ¿Por qué querías generar un sentimiento desagradable en alguien que te gusta?
- "Lo que tienes que dejar de hacer para conseguir chicas es ver películas porno. Si en 2024 sigues viendo películas porno, eres gay, no quiero saber nada al respecto."
  - **Bandera:** NARANJA
  - **Explicación:** No existe correlación entre el consumo de pornografía y tener o no tener pareja. Asociar el comportamiento con la homosexualidad es homofóbico. Preguntas de seguimiento: ¿A qué edad se puede ver pornografía? ¿Enseña algo?

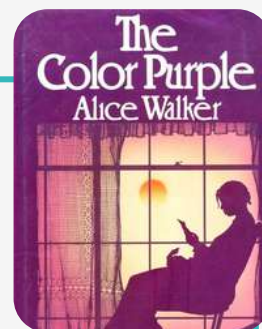
## Recursos

Para complementar el trabajo de prevención y respuesta a la violencia de género, es crucial que los trabajadores juveniles cuenten con una variedad de recursos fiables y accesibles.

### Libros y literatura:

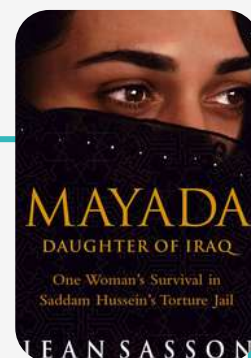
#### “El color púrpura” – Alice Walker

*El color púrpura* retrata la vida de las mujeres afroamericanas en la Georgia rural de principios del siglo XX, en Estados Unidos. Cuenta la historia de dos hermanas separadas en la infancia a través de una serie de cartas que abarcan veinte años. Es un libro poderoso que rompe el silencio sobre el abuso doméstico y sexual, compartiendo la vida de las mujeres en sus momentos buenos y malos: su dolor, compañía, crecimiento, resiliencia y valentía.



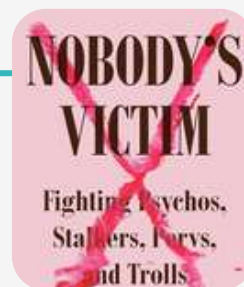
#### “Mayada: Hija de Irak” – Jean Sasson

Miembro de una de las familias más distinguidas y respetadas de Irak, Mayada creció entre la realeza. Pero cuando el régimen de Saddam Hussein tomó el poder, fue arrojada a la infame prisión de Baladiyat junto a otras diecisiete mujeres sin nombre ni rostro, cada una con su propia historia. Estas "mujeres sombra" pasaban los días compartiendo entre ellas sus vivencias. Ahora, a través de la escritora Jean Sasson, Mayada puede contar su historia y también las de estas otras mujeres.



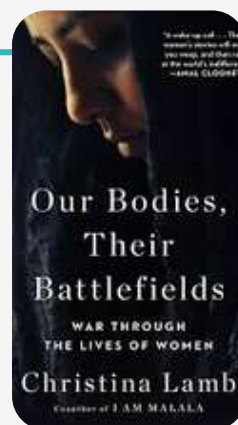
**“Nadie es víctima: Luchando contra psicópatas, acosadores, pervertidos y trolls” – Carrie Goldberg**

Carrie Goldberg invita a sus lectores a la sala del tribunal, en la primera línea de la lucha contra la violencia sexual y las violaciones a la privacidad, mientras demanda a empresas tecnológicas, escuelas y depredadores sexuales. Este libro detalla las experiencias de sus clientas, desde la victimización hasta convertirse en luchadoras y sobrevivientes. Goldberg también comparte su propia historia, la que la llevó a convertirse en la abogada y defensora que ella misma necesitó alguna vez.



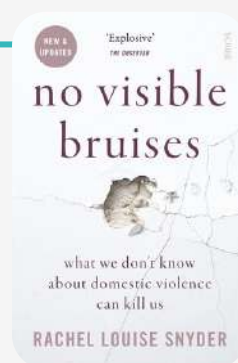
**“Nuestros cuerpos, su campo de batalla: Lo que la guerra les hace a las mujeres” – Christina Lamb**

Christina Lamb ha trabajado en zonas de guerra y conflicto durante más de 30 años. En *Nuestros cuerpos, su campo de batalla*, da voz a mujeres que han vivido conflictos, exponiendo cómo la violación es utilizada por ejércitos, terroristas y milicias como arma para humillar, oprimir y realizar limpiezas étnicas. Al hablar directamente con sobrevivientes, Lamb se enfrenta al sufrimiento y al coraje de las mujeres en tiempos de guerra, y conoce a quienes luchan por la justicia. Desde mujeres que sobrevivieron al genocidio de Ruanda, la Segunda Guerra Mundial, la invasión del ISIS en comunidades iraquíes y más, Lamb comparte poderosas historias de heroísmo y resistencia.



**“Sin moretones visibles: Lo que no sabemos sobre la violencia doméstica puede matarnos” – Rachel Louise Snyder**

La periodista galardonada Rachel Louise Snyder solía creer en muchos de los mitos comunes sobre la violencia doméstica, pero su percepción cambió cuando comenzó a hablar con víctimas y agresores, cuyas historias relata en este libro. Informando desde el frente de lo que la OMS ha calificado como una "epidemia global", Snyder entrevista a hombres que han asesinado a sus familias, a mujeres que casi fueron asesinadas, y a una variedad de profesionales del ámbito jurídico y de defensa, trazando un retrato vívido y matizado de lo que ocurre cuando las relaciones se tornan peligrosamente destructivas.



## Artículos:

**"Violencia de género: definición, hechos y acciones de la UE para detenerla" del Parlamento Europeo:** Este artículo proporciona una definición clara de la violencia de género, presenta estadísticas relevantes y detalla las acciones que la Unión Europea está tomando para combatirla. Es una buena fuente para comprender la visión general y las respuestas políticas.

**Violencia de género: definición, hechos y acciones de la UE para detenerla**

**"Violencia contra la mujer" de la Organización Mundial de la Salud (OMS):** Este artículo de la OMS ofrece estimaciones globales sobre la prevalencia de la violencia contra las mujeres, incluida la violencia por parte de la pareja y la violencia sexual por parte de terceros. También analiza las consecuencias para la salud, así como los factores de riesgo y protección.

**Violencia contra la mujer - OMS**

**"Violencia de género" de UNICEF:** Este artículo de UNICEF se centra en cómo la violencia de género afecta a los niños, destacando su prevalencia, las formas en que se manifiesta (incluso en emergencias humanitarias) y las devastadoras consecuencias para los supervivientes.

## Películas:

**"No estás sola: la lucha contra la manada" (2024, Netflix):**

Aborda un caso real de violencia sexual grupal que tuvo un gran impacto social y generó un debate crucial sobre el consentimiento y la victimización secundaria. Es muy actual, y su formato documental permite explorar las complejidades del sistema judicial y el apoyo a las víctimas, lo cual es fundamental tanto para los jóvenes como para los trabajadores juveniles.

**"Una joven prometedora" (2020, Emerald Fennell):**

Esta película ofrece una mirada cruda y provocadora a la cultura de la violación, la venganza y las consecuencias del acoso sexual. Su estilo único y su narrativa desafiante pueden generar importantes conversaciones sobre el consentimiento implícito, la responsabilidad del público y la complicidad social en la violencia de género. Es visualmente atractiva y su mensaje es muy poderoso para una audiencia joven.

**"Mustang" (2015, Deniz Gamze Ergüven):**

Aunque no trata explícitamente sobre la violencia sexual, esta película es muy relevante porque explora la opresión de género, la restricción de la libertad y el control sobre las mujeres jóvenes dentro de un contexto cultural conservador. Demuestra cómo la violencia de género se manifiesta en formas más sutiles y estructurales, como el matrimonio forzado y las oportunidades limitadas, lo cual es vital para comprender el *continuum* de la violencia y sus raíces culturales.

## Documentales:

**"Namrata" (2009, Shazia Javed)**

Este cortometraje documental narra la historia profundamente personal de Namrata Gill – una de las muchas inspiraciones reales para *Heaven on Earth* de Deepa Mehta – contada con sus propias palabras. Después de seis años, Gill deja valientemente una relación abusiva y emprende una nueva carrera sorprendente.

**"UNSILENCED: Historias de supervivencia, esperanza y activismo" (2023, ONU Mujeres)**

Esta serie destaca las experiencias de mujeres y niñas que enfrentan violencia en todo el mundo, al tiempo que presenta el activismo de base y soluciones a estos problemas.

## Series

### “Adolescence” (Netflix, 2025)

La serie sigue a Jamie Miller, un niño de 13 años arrestado por el asesinato de un compañero de clase. A través de sus interacciones con la policía, una psicóloga y su familia, la serie explora posibles motivaciones, incluyendo el acoso escolar, la influencia de las redes sociales, la ideología “incel” y la masculinidad tóxica. Incluso se está utilizando como recurso educativo en escuelas del Reino Unido, Francia, Países Bajos y Bélgica.

### “I May Destroy You” (HBO, BBC)

Creada, escrita y protagonizada por Michaela Coel, esta serie dramática sigue a Arabella, una joven escritora londinense que se convierte en víctima de agresión sexual y sufre pérdida de memoria. La serie explora de manera inteligente temas como el consentimiento, el trauma, el poder, las redes sociales y la reconstrucción personal, sin recurrir a simplificaciones.

## Organizaciones clave

Estas organizaciones globales son fundamentales para promover la igualdad de género y deconstruir roles y estereotipos, ofreciendo valiosos recursos y apoyo:



**ONU Mujeres:** Entidad de las Naciones Unidas dedicada a la igualdad de género y el empoderamiento de las mujeres. Lidera campañas globales para poner fin a la violencia de género.

**Sitio web:** [ONU Mujeres](https://www.unwomen.org/)





**Amnistía Internacional:** Trabaja para defender los derechos humanos, incluida la lucha contra la violencia de género, a través de la investigación, campañas y movilización.

**Sitio web:** Amnistía Internacional - Violencia contra la mujer

**Organizaciones locales/nacionales de apoyo a víctimas de violencia de género:** Es esencial identificar y colaborar con refugios, líneas de ayuda, centros de crisis por violación y asociaciones que ofrecen apoyo legal y psicológico a nivel local en su país o región. (Por ejemplo, en España: 016, Fundaciones Ana Bella, etc.; en América Latina: redes de refugios y organizaciones feministas).

**Consejo de Europa - Convenio de Estambul:** Un tratado internacional clave para prevenir y combatir la violencia contra las mujeres y la violencia doméstica. Proporciona un marco legal integral.

**Información:** [Convenio de Estambul - Consejo de Europa](#)



**Lobby Europeo de Mujeres (EWL):** La plataforma más grande de organizaciones de mujeres en la Unión Europea, que trabaja por los derechos de las mujeres y la igualdad de género, incluida la erradicación de la violencia.

## Glosario de términos clave:

Para una comprensión clara y un lenguaje común, se presentan los términos esenciales para este módulo:

**Slut-shaming (Humillación por “ser promiscua”):** El *slut-shaming* consiste en culpar y estigmatizar a una víctima de violencia sexista o sexual por su comportamiento, apariencia física o estilo de vida, ya sea real o supuesto. Es como etiquetarla de “puta” y hacerla responsable de la agresión que ha sufrido. Por ejemplo, frente a una víctima de acoso, es común escuchar comentarios como: “No deberías haber salido tan tarde” o “¿Viste cómo ibas vestida?”. Este tipo de discurso traslada la culpa del agresor a la víctima, generando una forma adicional de violencia psicológica.

El *slut-shaming* invisibiliza la responsabilidad de los agresores, al tiempo que refuerza la culpa y el aislamiento de las víctimas. También ha sido utilizado para desacreditar el movimiento #MeToo, insinuando que quienes testifican lo hacen por atención o beneficio personal.

**Zona gris en el consentimiento:** El consentimiento, ante todo, implica aceptar y acordar realizar una acción de manera conjunta. Sin embargo, existe una llamada “zona gris” en el proceso de consentimiento: relaciones sexuales con una persona que no expresa un sí ni un no explícito, guarda silencio o tiene una actitud pasiva, o cuando las dinámicas de poder o los vínculos de cercanía influyen en la decisión.

Por eso, es fundamental recordar que el silencio no es una respuesta, y que el consentimiento debe ser explícito y entusiasta. Incluso cuando se expresa un “sí”, es importante considerar el contexto sociocultural y las relaciones de poder presentes. Por ejemplo, una persona puede no tener la opción real de decir que no debido a la presión de un superior, una pareja o el chantaje emocional.

**Ciberviolencia / Ciberacoso:** La violencia de género también se manifiesta en el espacio digital. Puede adoptar muchas formas, desde el cyberstalking (vigilancia intrusiva de las actividades en línea de una persona) hasta el envío de mensajes o comentarios sexuales no solicitados.

Un fenómeno especialmente alarmante es la pornovenganza: la difusión de imágenes o videos de contenido sexual, tomados con o sin el consentimiento de la persona involucrada. Ya sea que se compartan públicamente o en un círculo privado, esto constituye un delito penado por la ley.



También es importante recordar que el simple acto de reenviar o difundir fotos, videos o mensajes insultantes se considera complicidad y expone a quien lo hace a las mismas consecuencias legales que el autor original del ciberacoso.

**Feminicidio:** En 2021, la Organización Mundial de la Salud (OMS) definió el feminicidio como el asesinato de mujeres por el hecho de ser mujeres o niñas. En la mayoría de los casos, estos crímenes son cometidos por personas cercanas a la víctima: parejas, exparejas, familiares, vecinos, etc.

¿Por qué es importante diferenciar feminicidio de homicidio? Esta distinción visibiliza la dimensión sistémica de la violencia contra las mujeres. La mayoría de las víctimas de feminicidio han sufrido violencia reiterada en el ámbito íntimo: violencia psicológica, física, sexual, amenazas, etc., todo dentro de un ciclo de dominación patriarcal.

Además, algunas víctimas fuera del ámbito conyugal no siempre se incluyen en las estadísticas de feminicidio. Este es particularmente el caso de las trabajadoras sexuales y/o mujeres trans, que, debido a su marginación, están expuestas a violencia extrema, estigmatización, inseguridad constante y precariedad. Estas condiciones pueden llevar a su asesinato o al suicidio forzado.

**Autodefensa feminista:** Hoy en día, asociaciones y colectivos feministas ofrecen sesiones de autodefensa feminista para preparar a mujeres y personas queer ante la violencia sexista y sexual. El objetivo no es solo aprender técnicas físicas de defensa inspiradas en las artes marciales, sino también desarrollar estrategias de defensa verbal, reconocer los propios límites e identificar situaciones potencialmente peligrosas.

no  
gender  
gap

# ¡GRACIAS!

Este documento fue redactado con la participación de:



2024-1-ES02-KA210-YOU-000253858, Erasmus+

# Identidades de Género y la Comunidad LGBTIQA+

## Teoría y Definición

El acrónimo LGBTIQA+ representa una comunidad diversa que abarca a personas Lesbianas, Gays, Bisexuales, Transgénero, Intersexuales, Queer, Asexuales, así como otras identidades de género y minorías sexuales. Esta comunidad, unida en su diversidad, aboga por la igualdad, el reconocimiento y la inclusión.

La **orientación sexual** se refiere a la atracción emocional y/o sexual que se siente hacia una o varias personas. Es importante señalar que la orientación sexual es distinta de la identidad de género. Mientras que la orientación sexual describe a quién nos sentimos atraídos, la identidad de género describe quiénes somos.

A diferencia del **sexo asignado al nacer** (que se refiere a las características biológicas y sexuales, como genitales, gónadas o patrones cromosómicos), la **identidad de género** no siempre corresponde con el sexo asignado al nacer. La identidad de género refleja el sentido profundo y personal de un individuo de pertenecer a uno o varios géneros específicos. Una persona puede identificarse con las categorías tradicionales de hombre o mujer, abarcar ambas, trascenderlas por

o existir fuera de clasificaciones sociales convencionales. Es un aspecto fundamental de la autopercepción de una persona.

Aquí hay algunos ejemplos de identidades de género:

**Cisgénero:** Se refiere a una persona cuya identidad de género coincide con el sexo asignado al nacer (por ejemplo, una persona nacida con vagina que se identifica como mujer, o una persona nacida con pene que se identifica como hombre). El prefijo *cis-* significa "del mismo lado", indicando que la identidad de género de una persona cisgénero se alinea con su sexo asignado al nacer.

**Transgénero:** Se refiere a una persona cuya identidad de género no coincide con el sexo asignado al nacer. Este término es un término paraguas que incluye a todas las personas cuya identidad de género difiere de su sexo asignado al nacer. Por ejemplo, una persona a quien se le asignó el sexo masculino al nacer pero se identifica como mujer es una mujer trans.



Una persona a quien se le asignó el sexo femenino al nacer pero se identifica como hombre es un hombre trans. El prefijo *trans-* significa "a través" o "más allá". El proceso de **transición** es el conjunto de pasos (sociales, administrativos, médicos) que una persona transgénero puede tomar para alinear su apariencia y presentación con su identidad de género.

**No binario:** Se refiere a una persona que no se identifica exclusivamente como hombre o como mujer. Un individuo no binario puede identificarse con ambos géneros, en algún punto intermedio, o con ninguno. El concepto de no binario sirve como término paraguas que incluye diversas identidades de género fuera del binario masculino/femenino.

- **Género fluido (Genderfluid):** (una persona cuya identidad de género cambia con el tiempo, también conocida como fluidez de género)
- **Agénero (Agender):** (una persona que no se identifica con ningún género)
- Y muchos otros... El espectro de la identidad de género desafía la visión binaria del género, considerándolo como un continuo

en lugar de una clasificación fija.

**Queer:** El término "Queer" es un término paraguas que engloba todas las identidades de género y orientaciones sexuales que no se ajustan a las normas establecidas de sexualidad y género, particularmente las normas heteronormativas, cisnormativas y binarias. Históricamente utilizado como un insulto homofóbico, *queer* —que se traduce como "extraño" o "no convencional"— ha sido reclamado por la comunidad LGBTIQ+ como un símbolo de inclusión y empoderamiento.

**Intersexual:** Las personas intersexuales son aquellas cuya genética, cromosomas, hormonas, sistema reproductivo y/o genitales no se alinean estrictamente con las características clasificadas como masculinas o femeninas por las autoridades médicas y políticas. Ser intersexual es una variación biológica, no una identidad de género u orientación sexual en sí misma, aunque los individuos intersexuales tienen diversas identidades de género y orientaciones sexuales.

**Asexual:** Una persona asexual es alguien que experimenta poca o



ninguna atracción sexual. La asexualidad es un espectro, y las personas asexuales pueden experimentar atracción romántica, formar relaciones íntimas y tener deseos de cercanía, pero sin el componente sexual.

**Pansexual:** Una persona pansexual es alguien que experimenta atracción sexual, romántica o emocional hacia personas independientemente de su sexo o identidad de género. La pansexualidad abarca más allá del binario de género.

## Fundamentos Teóricos de las Identidades de Género y la Comunidad LGBTIQ+

El estudio de las identidades de género y la comunidad LGBTIQ+ se basa en diversas teorías y marcos conceptuales que buscan comprender, explicar y contextualizar la diversidad humana más allá de las normas binarias y heteronormativas.

### Teoría de la performatividad y teoría queer:

La **teoría de la performatividad**, desarrollada por Judith Butler, postula que el género no es una esencia innata, sino una construcción social manifestada a través de una serie de comportamientos y acciones que se ajustan a las expectativas sociales y las normas culturales. Esta perspectiva conceptualiza el género como una actuación continua, allanando así el camino para una comprensión más fluida y dinámica de las identidades

de género, más allá de las categorías binarias tradicionales.

Surgida en la década de 1990, la **teoría queer** se basa en los trabajos de académicos y filósofos como Eve Kosofsky Sedgwick y Michel Foucault. Este enfoque teórico rechaza rotundamente las clasificaciones binarias rígidas de género (masculino/femenino) y sexualidad (heterosexual/homosexual). En cambio, explora la fluidez de estos conceptos y examina críticamente la heteronormatividad —la suposición de que la heterosexualidad es la norma predeterminada en la sociedad. La teoría queer proporciona un marco conceptual para comprender la diversidad de experiencias dentro de la comunidad LGBTIQ+ al deconstruir las categorías preestablecidas y promover una visión más inclusiva de la identidad.

### **Interseccionalidad de Identidades:**

La **intersección** de la identidad de género y la orientación sexual puede moldear las experiencias vividas por un individuo. Por ejemplo, un hombre trans gay puede enfrentar múltiples capas de prejuicio, tanto como hombre trans como homosexual. Su experiencia diferiría de la de un hombre gay cisgénero. Esta doble marginación puede surgir no solo de la sociedad cisheteronormativa dominante, sino también dentro de la propia comunidad LGBTQIA+. De manera similar, una mujer lesbiana negra no tendrá la misma experiencia que una mujer lesbiana blanca, por ejemplo. Si bien la comunidad se esfuerza por ser inclusiva, no siempre está libre de sus propias jerarquías y dinámicas de exclusión. Los individuos que no se ajustan a los roles de género tradicionales o que están racializados pueden experimentar presiones sociales adicionales, incluso en espacios que se supone que son acogedores e inclusivos.

A pesar de estos desafíos, muchas personas dentro de la comunidad LGBTQIA+ encuentran apoyo y empoderamiento en sus identidades de género y sexuales. Construyen redes de apoyo, lideran movimientos activistas y trabajan por el cambio social. La identidad de género se convierte así en una poderosa fuente de expresión personal y orgullo, mientras que la comunidad LGBTQIA+ proporciona un espacio para que las personas vivan auténticamente, aumenten la visibilidad y celebren la diversidad.

## El caso específico de las personas intersexuales:

En nuestro imaginario colectivo, al nacer, se espera que todas las mujeres tengan cromosomas XX, estrógenos y una vagina, mientras que se cree que todos los hombres tienen cromosomas XY, testosterona y un pene. Sin embargo, este no siempre es el caso. Las personas intersexuales son aquellas cuya genética, cromosomas, hormonas, sistema reproductivo y/o genitales no se alinean estrictamente con las características clasificadas como masculinas o femeninas por las autoridades médicas y políticas. Según las Naciones Unidas, las características intersexuales ocurren en el **1.7% de los nacimientos** en todo el mundo (aproximadamente **1 de cada 60 personas**), y estas variaciones en las características sexuales no representan ningún riesgo inherente para la salud. Sin embargo, todavía se realizan intervenciones quirúrgicas y procedimientos médicos no consensuados en bebés intersexuales para "normalizar" sus cuerpos según los estándares de género binarios, lo que puede afectar profundamente su identidad.

- Como resultado, los activistas intersexuales a menudo abogan por el derecho a tomar sus propias decisiones con respecto a sus cuerpos e identidades, buscando una mayor aceptación tanto dentro de la comunidad LGBTIQ+ como en la sociedad en general. Es importante recordar que cada individuo es único. Así como la identidad de género existe en un espectro, también lo hace el sexo biológico. Hay hombres con menos masa muscular y mujeres con más vello corporal, por ejemplo...

# Trans Identidad y el proceso de transición

## ¿Es la trans identidad un trastorno mental?

La trans identidad se refiere a tener una identidad de género diferente a la asignada al nacer. Durante décadas, la trans identidad fue patologizada por la Organización Mundial de la Salud (OMS) en su Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE). No fue hasta enero de 2022 que fue eliminada de la categoría de "trastornos mentales". En su lugar, la OMS introdujo el término "incongruencia de género", que sigue siendo controvertido, ya que puede implicar una "anormalidad". Esta patologización ha sido utilizada durante mucho tiempo para justificar violaciones de los derechos humanos contra las personas trans. Han sido sometidas a las llamadas terapias de "conversión" o de "reorientación", evaluaciones psiquiátricas abusivas e incluso esterilización forzada.

## ¿Es la transición obligatoria para ser trans?

La transición es un proceso que incluye cambios psicológicos, sociales y corporales experimentados por una persona trans. Puede ser social (cambiar el nombre, los pronombres o el estilo de ropa), administrativa (cambiar el género y el nombre legales) o médica (terapia hormonal, cirugías, etc.). Una persona trans no tiene que someterse a cambios sociales, legales o médicos para ser válida como trans. Las personas bajo el paraguas no binario (como las personas no binarias o de género fluido) también pueden pasar por transiciones. Cada transición es única y personal. Se prefiere el término "transición" a "transformación", ya que este último puede ser dañino al ignorar el hecho de que la transición es un proceso largo, complejo e íntimo que no siempre implica un cambio en la apariencia física.

## Desafíos enfrentados (discriminación, acceso a la atención médica, reconocimiento social)

Las personas trans enfrentan numerosos desafíos relacionados con su identidad de género, incluida la discriminación, la violencia verbal y/o física, y la falta de reconocimiento legal, particularmente en sociedades donde las categorías de género binarias se aplican estrictamente. Su viaje de transición es a menudo largo, complejo y lleno de obstáculos, ya que la trans identidad sigue siendo estigmatizada. Estas dificultades son especialmente evidentes en el acceso a la atención médica, el empleo y la educación, y son aún más pronunciadas para aquellos que pertenecen a otros grupos marginados, como las personas de color o las de entornos económicamente desfavorecidos. Además de los desafíos personales y financieros de la transición, las personas trans enfrentan con frecuencia discriminación sistémica en su camino hacia la atención médica y en los procedimientos administrativos.

### Discriminación e impacto en la salud mental en individuos LGBTIQ+

La Queerfobia/LGBTIQ+fobia es la discriminación específicamente relacionada con la expresión de género o la sexualidad, dirigida a individuos o comunidades percibidas como desviaciones de las normas sociales. La vida diaria de las personas queer sigue marcada por la discriminación y la violencia en todo el mundo.

Hay dos tipos principales de discriminación:

**Discriminación directa:** Cuando un individuo es tratado explícitamente de manera menos favorable únicamente por su identidad de género u orientación sexual.

Ejemplo: Un empleador se niega a contratar a alguien porque la persona es transgénero, creyendo que los individuos transgénero son 'mentalmente inestables' y que esto podría afectar negativamente su colaboración profesional.

**Discriminación indirecta:** Cuando reglas o prácticas aparentemente neutrales y justas (aplicadas a todos) desfavorecen desproporcionadamente a los miembros de un grupo específico.

Ejemplo: Una escuela que impone una política de uniforme basada en el sexo asignado al nacer. Aunque la regla se aplica a todos los

estudiantes transgénero y no binarios al obligarlos a usar ropa que puede no reflejar su expresión de género, afectando su bienestar e inclusión. Incluso para las personas cisgénero, su expresión de género puede diferir del uniforme al que se espera que se ajusten.

Ejemplo: Las personas no binarias, que no se identifican estrictamente como hombres o mujeres, enfrentan desafíos únicos. Las situaciones cotidianas, como completar un formulario que solo permite las opciones "masculino" o "femenino", pueden generar confusión y exclusión. La falta de baños públicos de género neutro también puede generar riesgos de seguridad o una incomodidad significativa para las personas no binarias.

## Estadísticas: una preocupación creciente

- En 2021, la ONG Transgender Europe (TGEU) registró 375 asesinatos de personas transgénero en todo el mundo, principalmente en América Latina. Brasil, México y Estados Unidos reportaron el mayor número de casos.
- Una encuesta de 2020 de la Agencia de los Derechos Fundamentales de la Unión Europea (FRA) encontró que el 38% de las personas LGBTIQ+ en Europa experimentaron acoso en los últimos 12 meses.
- Según Human Rights Watch, a partir de 2020, 67 países (35%) todavía criminalizan las relaciones entre personas del mismo sexo, y algunos imponen la pena de muerte (por ejemplo, Irán, Arabia Saudita y ciertas regiones de Nigeria).

## Los desafíos de salir del armario: entre la autoafirmación y las barreras sociales ¿Qué es salir del armario (Coming out)?

Salir del armario es un proceso que implica tanto el reconocimiento público de la propia orientación sexual o identidad de género, como la afirmación y aceptación de la propia identidad. Este viaje puede ser largo y complejo para algunas personas y puede ocurrir a cualquier edad, dentro de diferentes esferas de la vida: entre amigos, en la familia, en el trabajo o en una comunidad. Es una decisión profundamente personal, y nadie está obligado a salir del armario si no siente la necesidad de hacerlo.

## Las seis etapas de salir del armario según la psicóloga Vivian Cass (1979):

1. **Confusión de identidad:** Experimentar dudas y preguntas sobre la propia orientación sexual o identidad de género.
2. **Comparación de identidad:** Explorar y comparar las propias experiencias con las de otras personas LGBTIQ+.
3. **Tolerancia de identidad:** Reconocer la propia identidad, pero aún tener algunas reservas.
4. **Aceptación de identidad:** Obtener una afirmación más clara de la propia identidad y posiblemente salir del armario con algunas personas.
5. **Orgullo de identidad:** Abrazar más abiertamente la propia identidad y conectar con la comunidad LGBTIQ+.
6. **Síntesis de identidad:** Integrar la propia orientación sexual o identidad de género en un sentido más amplio del yo, donde se convierte en un aspecto de una identidad multifacética. Es importante señalar que este proceso no siempre es lineal: es un modelo teórico propuesto por la psicóloga Vivian Cass, pero cada persona es única, y también lo es su viaje de salir del armario.

## Desafíos y riesgos de salir del armario

Es importante reconocer que salir del armario no es una opción viable para todos debido a sus circunstancias familiares, sociales o profesionales específicas. La capacidad de afirmar públicamente la propia identidad sin temor al rechazo, la discriminación o las consecuencias negativas es un privilegio de quienes se encuentran en entornos más abiertos y tolerantes. Desafortunadamente, esta elección personal a veces puede ser arrebatada a un individuo cuando su identidad es revelada sin su consentimiento. Esto se conoce como "outing", que se refiere al acto de revelar la identidad LGBTIQ+ de alguien sin su aprobación. El "outing" puede ser extremadamente perjudicial, planteando graves riesgos para la seguridad y el bienestar personal de una persona.



## La importancia del apoyo y los espacios seguros

El apoyo social y la presencia de espacios seguros juegan un papel crucial para las personas LGBTIQA+, ya sea que ya hayan afirmado su identidad, aún la estén cuestionando o no puedan salir del armario debido a diversas limitaciones. Garantizar entornos inclusivos y de apoyo ayuda a fomentar el bienestar, la seguridad y la autoaceptación dentro de la comunidad.

## Expresión de género: entre la identidad personal y las normas sociales

La **expresión de género** se refiere a cómo los individuos presentan su género, particularmente a través de la apariencia física y las características visibles. Es distinta de la identidad de género, que refleja cómo una persona percibe internamente su propio género. La expresión de género puede alinearse con las representaciones sociales de feminidad (vestidos, maquillaje, etc.) o masculinidad (pelo corto, vello corporal visible, etc.). Sin embargo, la expresión de género también puede desafiar las normas y existir en un espectro más allá del binario, permitiendo una amplia gama de posibilidades. La expresión de género y la identidad de género no siempre coinciden; por ejemplo, alguien puede no identificarse como mujer pero aún tener una expresión de género muy femenina. Formas de arte como el *drag* y el *voguing* resaltan esta libertad de expresión de género. El *drag* implica exagerar elementos de feminidad o masculinidad, a menudo en un contexto de *performance*, mientras que el *voguing*, que surgió de la cultura *ballroom* LGBTIQA+ en comunidades negras y latinas, es una forma de danza que juega con posturas y actitudes de género. Estas prácticas demuestran que la expresión de género puede ser fluida, creativa e independiente de las normas impuestas.

# Cómo promover las identidades de género y la comunidad LGBTIQA+ en las comunidades

Promover la comprensión, la aceptación y los derechos de las identidades de género y la comunidad LGBTIQA+ es fundamental para construir comunidades verdaderamente inclusivas y justas. Los trabajadores juveniles desempeñan un papel crucial en este proceso. Aquí se presentan enfoques clave para fomentar la inclusión:

## Educación y conciencia:

- Talleres y sesiones informativas: Organizar talleres interactivos para jóvenes y educadores que aborden la diversidad de identidades de género y orientaciones sexuales. Estas sesiones deben incluir definiciones claras, explicaciones de la diferencia entre sexo, género y orientación, y desmentir mitos comunes.
- Historias personales y testimonios: Invitar a miembros de la comunidad LGBTIQA+ (cuando sea apropiado y seguro para ellos) a compartir sus experiencias personales. Las historias humanas son poderosas para generar empatía y comprensión.
- Alfabetización mediática crítica: Analizar cómo los medios (películas, series, redes sociales, noticias) representan a la comunidad LGBTIQA+. Discutir estereotipos, representación positiva y falta de visibilidad.

Recursos educativos accesibles: Proporcionar materiales educativos (folletos, enlaces a sitios web fiables, libros) que sean fáciles de entender y ofrezcan información precisa sobre identidades de género y orientación sexual.

## . Creación de espacios seguros e inclusivos:

- **Entornos de apoyo explícito:** Declarar claramente que el centro juvenil, la escuela o el espacio comunitario es un lugar seguro para las personas LGBTIQA+. Mostrar señales de apoyo (por ejemplo, banderas arcoíris, pegatinas de "Espacio Seguro").
- **Grupos de apoyo y alianzas (GSA - Gay-Straight Alliances):** Facilitar la creación de grupos donde los jóvenes LGBTIQA+ y sus aliados puedan reunirse, compartir experiencias, obtener apoyo y organizar actividades.
- **Políticas claras y no discriminatorias:** Asegurarse de que el código de conducta y las políticas del centro prohíban explícitamente la discriminación basada en la identidad de género y la orientación sexual, y que los procedimientos para reportar incidentes sean conocidos y efectivos.

- **Uso consistente de pronombres y nombres:** Modelar y promover el uso correcto de los pronombres y nombres preferidos de cada persona. Implementar prácticas que permitan a los jóvenes indicar sus pronombres preferidos (por ejemplo, distintivos, presentaciones).
- **Baños de género neutro:** Si es posible y apropiado para el contexto, abogar por la disponibilidad de baños de género neutro para asegurar que todas las personas se sientan seguras y cómodas.

### Desafiar los prejuicios y la discriminación:

- **Intervención activa del espectador:** Capacitar a jóvenes y personal sobre cómo intervenir de manera segura y efectiva cuando presencian comentarios, acoso o discriminación homofóbicos, transfóbicos o bifóbicos.
- **Fomentar el diálogo abierto:** Crear oportunidades para que los jóvenes hagan preguntas y expresen sus dudas en un ambiente respetuoso y educativo, disipando la ignorancia en lugar de la vergüenza.
- **Campañas de concienciación:** Organizar campañas o eventos en la comunidad que celebren la diversidad LGBTIQ+, como el Día Internacional del Orgullo LGBTIQ+, el Día de la Visibilidad Trans, etc., para aumentar la visibilidad y la normalización.
- **Abordar el *misgendering* y el *deadnaming*:** Educar a los jóvenes sobre el daño causado por estas prácticas y fomentar una cultura de respeto por el nombre y la identidad de género elegidos por cada persona.

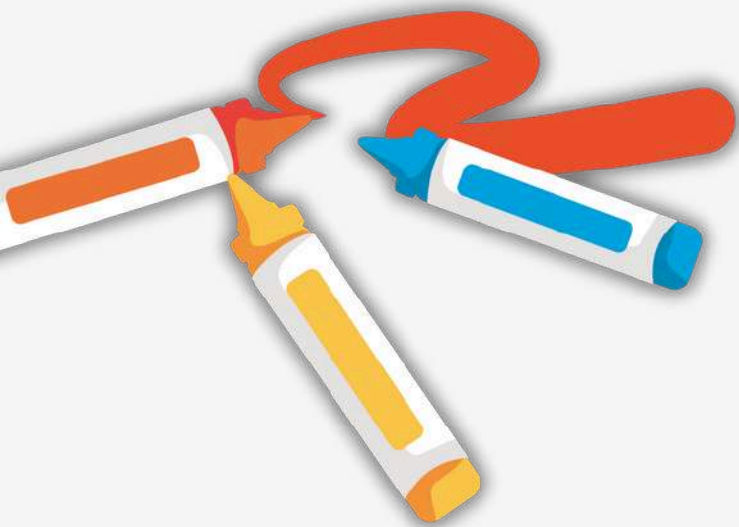
### Promover la alianza y el liderazgo juvenil:

- **Capacitación de aliados:** Desarrollar programas de capacitación para jóvenes que deseen ser aliados efectivos de la comunidad LGBTIQ+, enseñándoles cómo educar a otros, abogar y apoyar a sus compañeros.
- **Empoderamiento de la juventud LGBTIQ+:** Ofrecer oportunidades de liderazgo para jóvenes LGBTIQ+ en la planificación y ejecución de programas, permitiéndoles dar forma a sus propias iniciativas.
- **Colaboración con organizaciones LGBTIQ+:** Trabajar en conjunto con organizaciones locales y nacionales especializadas en derechos y apoyo LGBTIQ+ para acceder a su experiencia y recursos.

Al implementar estas estrategias, los trabajadores juveniles pueden empoderar a los jóvenes para que se conviertan en agentes de cambio, construyendo comunidades más justas, equitativas y acogedoras para todas las identidades de género y orientaciones sexuales.

# ACTIVIDADES DE EDUCACIÓN NO FORMAL (ENF)

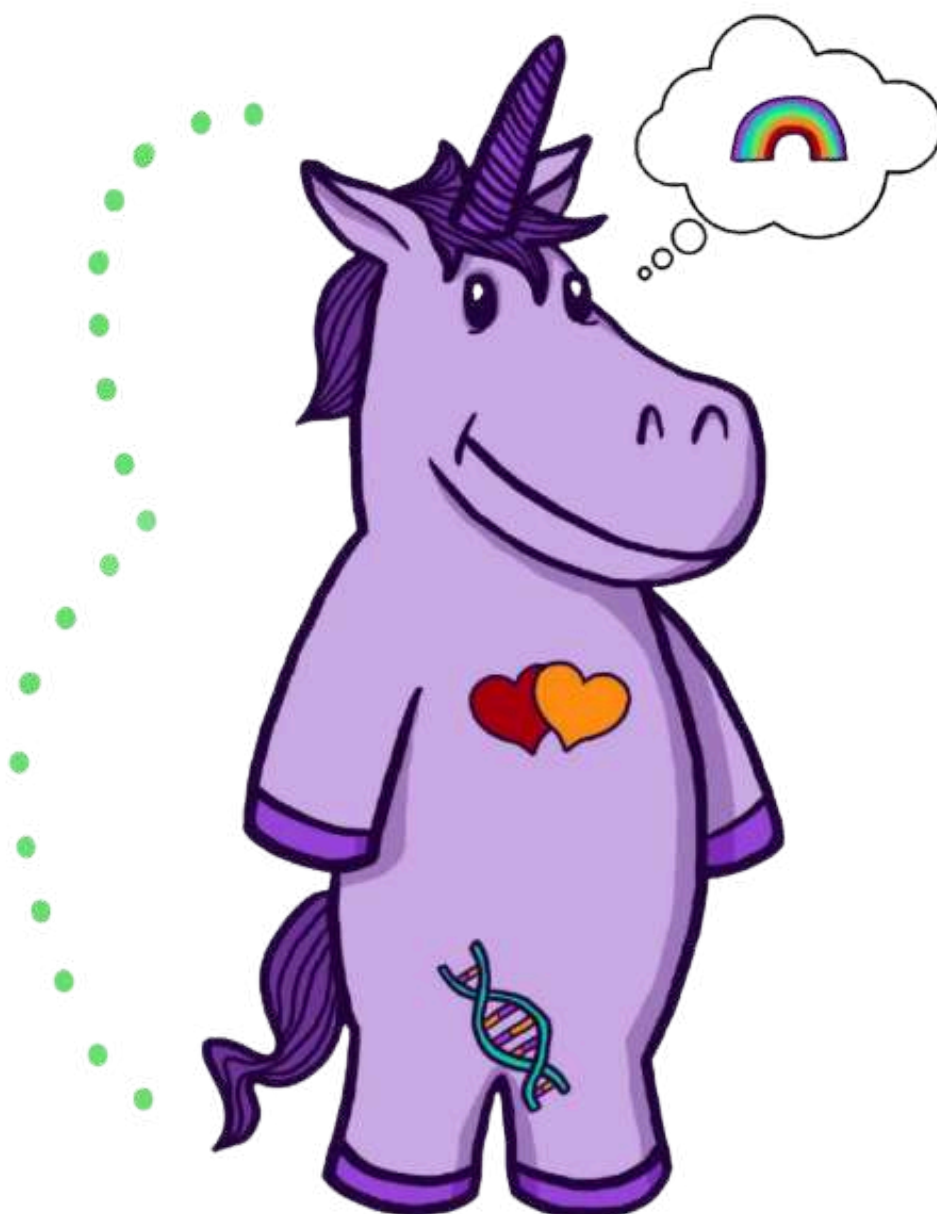
Aquí se presentan varias actividades de educación no formal diseñadas para que los trabajadores juveniles exploren conceptos de identidades de género y la comunidad LGBTIQ+ con los jóvenes de una manera participativa, empática y reflexiva.



## El Unicornio

**Duración: 30 min**

## ACTIVIDAD 1



## Anexo:

### Definiciones

- **Identidad de género:** La identidad de género es un sentido interno de pertenencia a una categoría de género. Puede corresponder al sexo asignado al nacer en función del cuerpo y los genitales (cisgénero), pero también puede ser diferente (transgénero).
- **Orientación sexual:** La orientación sexual se refiere a la atracción física o sexual que sientes hacia alguien. Hay muchas orientaciones sexuales diferentes (lesbiana, gay, bisexual, heterosexual, etc.).
- **Orientación romántica:** La orientación romántica define a quién te sientes atraído emocionalmente y afectivamente. Es diferente y distinta de la orientación sexual. Aunque muchas personas sienten ambas, la atracción romántica puede existir sin atracción sexual.
- **Sexo asignado al nacer:** Tu sexo se te asigna al nacer, basándose en tu apariencia corporal: al nacer, los médicos declaran si eres "masculino", "femenino" o una persona intersexual, dependiendo de varios factores.
- **Expresión de género:** La expresión de género es cómo expresas tu género al mundo y/o cómo es percibido por el mundo (generalmente a través de la forma en que te vistes, peinado, maquillaje, etc.).





### Objetivos:

Familiarizar a los participantes con los términos y conceptos de identidad de género, orientación sexual/romántica, expresión de género y sexo asignado al nacer, y aprender a diferenciarlos.

Obtener una mejor comprensión de estos conceptos a través de definiciones simples y recuperables.

Permitir a los participantes acceder a este conocimiento a través de un canal diferente a la ideología o los argumentos "a favor o en contra".

**Número de participantes: 15-20  
participantes**

### Materiales y recursos:

1. Pizarra o rotafolio
2. Rotulador para pizarra
3. Copias impresas del unicornio y la definición (ver anexo)
4. Esta actividad es del proyecto LoveAct:  
<https://thegendertalk.eu/media/annex-activity-sheets-en.pdf>



# 1

**Antes de la actividad:** Leer la lista de definiciones en el anexo.

# 2

## **Cómo preparar la actividad:**

- Pedir a los participantes que formen grupos de 3 o 4.
- Distribuir un unicornio, una hoja de definiciones y un bolígrafo a cada grupo.
- Pedirles que coloquen los conceptos en los espacios en blanco del unicornio. Mientras tanto, dibujar el unicornio en la pizarra y añadir flechas a los elementos a colocar.
- Cuando todos hayan terminado, cada grupo lee una definición y dice dónde la colocaron en el unicornio. Comprobar si todos están de acuerdo.
- Para cada definición, se puede preguntar: "¿Conoces algún elemento que se refiera a esta palabra/concepto?" Esto puede ayudar a introducir la siguiente actividad.

## **Ejemplos de palabras asociadas con cada parte del unicornio:**

- Orientación sexual: hetero, bi, pan, lesbiana, etc.
- Orientación romántica: heterorromántica, birromántica, homorromántica, etc.
- Sexo asignado al nacer: mujer, hombre, intersexual
- Expresión de género: femenina, masculina, etc.
- Identidad de género: mujer, hombre, no binario, etc.

## El glosario

**Duración: 1 hora**

## ACTIVIDAD 2



### Objetivos:

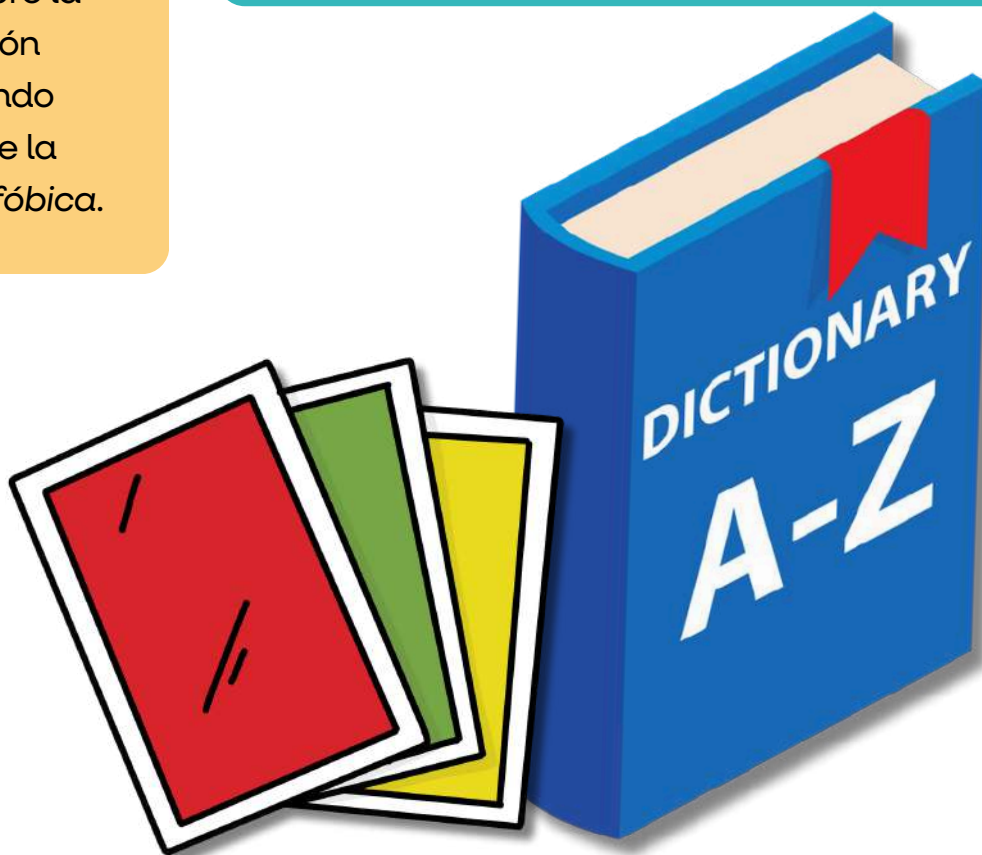
Aumentar el conocimiento de los participantes sobre el vocabulario queer.  
Limitar los estereotipos aprendiendo las definiciones verdaderas.  
Sensibilizar sobre la discriminación proporcionando detalles sobre la violencia queerfóbica.



### Materiales y recursos:

1. Suficientes glosarios impresos para cada grupo.
2. Una hoja de papel para cada grupo.
3. Un bolígrafo para cada grupo.

**Número de participantes:** 15-20 participantes



# 1

**Antes de la actividad:** Asegúrate de leer la lista de definiciones en el diccionario de este capítulo. Imprime tarjetas de glosario a doble cara (ver anexo). Los términos están en el anverso y sus definiciones en el reverso.

# 2

## Cómo preparar la actividad:

- Poner a los participantes en grupos pequeños.
- Distribuir el glosario en orden.
- Darles las siguientes instrucciones: "Debéis tomar las tarjetas una por una, ver si conocéis la palabra escrita en ellas y establecer una definición común. Una vez que estéis de acuerdo en una definición, dale la vuelta a la tarjeta y lee la que te proponemos. Si alguna de las definiciones no está clara o si no estás de acuerdo, escribe todas tus preguntas y/o sugerencias en un trozo de papel."
- Permitir 30 minutos para revisar todas las tarjetas.
- Volver a la sesión plenaria, preguntar si hay alguna pregunta o sugerencia, y revisar ciertos términos si se considera necesario.

## Plantilla de tarjeta de glosario

## **Mercado de privilegios**

**Duración: 20 min**

## **ACTIVIDAD 3**

- ✱ **Objetivos:**
- Comprender el impacto de la discriminación y los prejuicios *queerfóbicos* en las personas afectadas.
  - Fomentar la empatía entre los participantes hacia las personas *queer*.
  - Darse cuenta de que los mecanismos de discriminación se infiltran en todas las facetas de la vida de una persona.

### ✱ **Materiales y recursos:**

1. Hoja de privilegios
2. Billetes de 100€
3. Bolígrafos
4. Una sala espaciosa y despejada

**Número de participantes: mínimo 3**



1

**Antes de la actividad:** Imprimir billetes falsos (billetes de 100€) y la hoja de "tarjetas de privilegio" (ver Anexo).

2

### Cómo preparar la actividad:

- Formar pequeños grupos de 3 a 5 participantes.
- Distribuir una hoja de privilegios a cada grupo y explicar cómo se desarrollará la actividad: "Imagina que vivimos en un mundo donde no tienes acceso a ninguno de los privilegios enumerados en la hoja. Ahora te daré una cierta cantidad de dinero para comprar estos privilegios. Cada privilegio cuesta 100€. Como grupo, discutid y decidid qué privilegios queréis comprar."
- Distribuir el dinero falso a cada grupo. Puedes variar las cantidades (por ejemplo, de 300€ a 900€) para crear una desigualdad inicial.
- Permitir 20 minutos para la discusión en grupo. Cada grupo debe marcar los privilegios que elija comprar con un bolígrafo o marcador.
- Volver a una sesión plenaria donde cada grupo presenta qué privilegios eligió y explica por qué.
- Facilitar un debate grupal haciendo preguntas como:
  - ¿Fue fácil o difícil elegir privilegios?
  - ¿Hubo algo que te sorprendió o frustró?
  - ¿Qué tipo de persona crees que tiene acceso a la mayoría de los privilegios? ¿Cuál tiene acceso a la menor cantidad?
  - ¿Por qué crees que cada grupo recibió una cantidad diferente de dinero?

→ Porque incluso dentro de la comunidad LGBTIQA+, las personas nacen con diferentes niveles de privilegio y opresión. Un hombre gay blanco, una mujer trans racializada y una lesbiana con discapacidad experimentan realidades diferentes.

# 3

**Conclusión:** Concluir la actividad compartiendo estadísticas o datos que apoyen la naturaleza estructural de la discriminación en la sociedad.

- Por ejemplo (contexto francés): Según el informe de 2024 de SOS Homophobie sobre las LGBTIQA+fobias en Francia, el **77%** de los casos de LGBTIQA+fobia se manifiestan dentro de la familia en forma de rechazo e insultos (**41%**), a menudo de los padres.
- En lugares públicos, de **241 casos** registrados en 2024, el **69%** implicó insultos y el **42%** agresiones físicas.

En las escuelas, el **55%** de las víctimas son menores de 18 años, y la mayoría de los casos involucran a estudiantes, tanto como víctimas como agresores. Las principales manifestaciones de LGBTIQA+fobia son el rechazo (**77%**), los insultos (**50%**) y el acoso (**49%**).



## Anexo

- No tengo que ocultar mi relación romántica y/o sexual por miedo a las reacciones de la gente.
- Nunca he tenido miedo de tomar la mano de mi pareja en público.
- Nunca he tenido que cambiar mi forma de hablar, vestir o comportarme para evitar ser percibido como LGBTIQA+.
- No tengo miedo de ser rechazado por mi familia debido a mi identidad de género u orientación sexual.
- Puedo hablar libremente de mis relaciones con mi familia.
- Nunca he tenido que "salir del armario" con mi familia.
- Siempre recibo atención médica adecuada porque los profesionales médicos están capacitados y no cuestionan mi orientación sexual o identidad de género.
- Nunca he evitado una cita médica por miedo a la discriminación.
- No tengo que explicar mi identidad de género a un proveedor de atención médica.
- Nunca he tenido miedo de que revelar mi identidad LGBTIQA+ pudiera perjudicar mi carrera.
- Nunca fui acosado en la escuela por mi orientación sexual o identidad de género real o supuesta.
- Puedo mostrar fotos de mi pareja en mi escritorio sin miedo.
- Nunca he tenido que consultar las leyes de un país antes de viajar para ver si mi identidad está criminalizada.
- Nunca he temido por mi seguridad física debido a mi apariencia física o expresión de género.
- No tengo que justificar la legitimidad de mi identidad ante los servicios administrativos.
- Crecí viendo personajes en los medios (películas, programas de televisión, libros, periódicos, etc.) que compartían mi orientación sexual o identidad de género.
- Nunca he sentido que mi identidad fuera vista como una "tendencia" o una "fase".
- Nunca he tenido que educar a otros sobre mi identidad de género u orientación sexual.
- Veo que los personajes de ficción que comparten mi orientación sexual a menudo tienen finales felices en películas o programas de televisión.

## Recursos

Para enriquecer el trabajo con jóvenes sobre las identidades de género y la comunidad LGBTIQ+, es esencial contar con recursos que proporcionen información precisa, apoyo y diversas perspectivas. A continuación, se sugieren materiales y organizaciones relevantes.

### Libros y literatura:

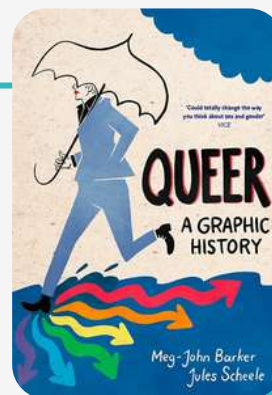
#### "All boys aren't blue" – George M. Johnson.

Estas memorias de George M. Johnson relatan su viaje como una persona joven, negra, queer y no binaria. A través de historias personales, comparte su infancia desafiante, su adolescencia marcada por la búsqueda de identidad y sus primeras experiencias sexuales. Johnson aborda temas como la homofobia, el racismo y los desafíos de navegar una masculinidad no convencional en una sociedad que impone normas estrictas. Es un libro honesto y crudo que mezcla el testimonio personal con la reflexión sobre las luchas sociales que enfrentan las personas LGBTIQ+ de color.



#### "Queer: a graphic history" – Meg-John Barker, Jules Scheele.

"Queer: A Graphic History" es un libro ilustrado que explora los conceptos básicos de la teoría queer de una manera accesible y visualmente atractiva. A través de dibujos simples y explicaciones claras, los autores presentan conceptos esenciales como el género, la sexualidad y cómo se construyen y contestan las normas sociales. También explican figuras importantes en la teoría queer como Judith Butler y Michel Foucault. Este libro es un excelente punto de partida para cualquiera que desee comprender las ideas complejas de la teoría queer, todo ello mientras se siente cautivado por ilustraciones modernas.



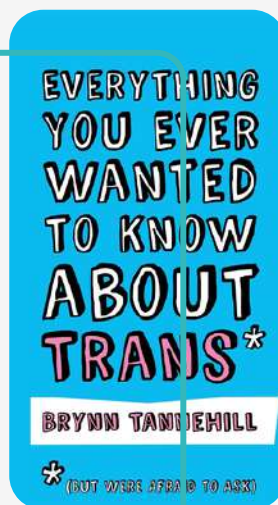
### "The last one" – Fatima Daas.

"La última" es una conmovedora novela de Fatima Daas, una joven autora lesbiana musulmana, que cuenta su historia de cómo navega por su herencia argelina, su fe musulmana y su identidad *queer*. A través de fragmentos de su vida, Fatima explora sus luchas internas y conflictos con la familia y la homofobia social, así como su deseo de ser auténtica. El libro ofrece una perspectiva única sobre la dificultad de navegar múltiples identidades a la vez, especialmente para los jóvenes de minorías culturales y religiosas. Es una historia de autodescubrimiento y resistencia a la marginación.



### "Everything you ever wanted to know about trans (but were afraid to ask)" – Brynn Tannehill.

En esta guía completa, Brynn Tannehill, una mujer trans y activista, responde a las preguntas más comunes y a menudo malentendidas sobre las personas trans. El libro cubre una amplia gama de temas: la transición, los tratamientos médicos, la discriminación, los aspectos sociales y psicológicos de la experiencia trans y los desafíos que enfrentan las personas trans. Tannehill desmitifica muchas ideas erróneas y proporciona información fáctica y precisa, abordando los problemas de una manera humana y accesible. Es un recurso esencial para cualquiera que quiera comprender las realidades de las personas trans sin juzgar.



## Artículos

### "The reception of LGBTIQ+ refugees in Europe" – Pour la Solidarité.

Este artículo de Pour la Solidarité profundiza en los desafíos únicos que enfrentan los refugiados y solicitantes de asilo LGBTIQ+ en Europa, destacando cómo muchos se ven obligados a huir de sus países de origen debido a la persecución basada en su orientación sexual, identidad de género o expresión (SOGIE), a menudo enfrentando una doble vulnerabilidad al llegar. El estudio examina críticamente las normas y procedimientos de asilo existentes basados en SOGIE en varios países.

Europeos, incluidos Bélgica, Francia, Italia y España, basándose en informes internacionales y conocimientos de organizaciones. También hace referencia al proyecto "Rainbow Welcome!", que tiene como objetivo desarrollar herramientas esenciales de sensibilización y capacitación para profesionales, esforzándose así por mejorar la recepción e integración de los refugiados LGBTIQ+ en Europa.

<https://pourlasolidarite.eu/en/publication/reception-lgbtqi-refugees-europe/>

**"An evidence-based framework for supporting older lgbtiqa+ adults in rural communities: findings from the lgbtiqa+ social networks, aging, and policy study" – OXFORD Academy.**

Este artículo examina los importantes desafíos que enfrentan los adultos mayores LGBTIQ+ en las comunidades rurales del sur de EE. UU., como el acceso limitado a atención médica que afirme su identidad, la discriminación, el estigma y el aislamiento social exacerbado por los cierres de hospitales rurales y las leyes de objeción de conciencia. A pesar de estos obstáculos, el estudio destaca su resiliencia y su dependencia de las "familias elegidas" para el apoyo, enfatizando en última instancia la necesidad urgente de que los formuladores de políticas amplíen los datos inclusivos de LGBTIQ+, dirijan fondos e implementen iniciativas políticas para abordar las disparidades de salud en estas comunidades.

<https://academic.oup.com/ppar/article/34/4/150/7908475>

## Películas:

**"Laurence anyways"** (2012, Xavier Dolan)

Esta película ofrece una exploración profunda y directa de la identidad transgénero y el proceso de transición. Sigue el viaje de Laurence mientras decide vivir como mujer, y el profundo impacto que esta decisión tiene en sus relaciones y en la sociedad. Es crucial para comprender la experiencia trans, la aceptación y los desafíos emocionales y sociales involucrados.

**"Joyland"** (2022, Saim Sadiq)

Ambientada en Pakistán, esta película ofrece una mirada conmovedora a la identidad transgénero y las complejidades de la masculinidad y los roles de género dentro de un contexto cultural específico. La relación central que involucra a una bailarina trans ilumina las vidas de las personas trans y las presiones sociales, familiares y personales relacionadas con la identidad y expresión de género.

### **"But I'm a Cheerleader" (1999, Jamie Babbit)**

Aunque a menudo se asocia con la identidad lésbica, esta comedia satírica es muy relevante para las identidades de género debido a su aguda crítica a la imposición de roles y expresiones de género binarios y heteronormativos. Retrata con humor y a la vez con incisión cómo la sociedad intenta "corregir" o imponer a las personas a moldes de género específicos, lo que la convierte en una pieza clave para debatir la inconformidad de género y la performatividad.

## **Documentales**

### **"Paris is burning" (1990) - Jennie Livingston.**

Un clásico del cine que documenta la cultura ballroom en la ciudad de Nueva York a finales de los años 80, ofreciendo una ventana a las vidas de jóvenes LGBTIQ+ negros y latinos, la mayoría de ellos trans o drag. Explora temas de identidad, comunidad, raza, clase, género y sexualidad, mostrando cómo el arte y la autoexpresión pueden ser una forma de resistencia y resiliencia frente a la discriminación.

### **"Disclosure" (2020, Sam Feder)**

Documental dirigido por Sam Feder (Netflix). Este documental examina la representación de las personas trans en el cine y la televisión, y cómo estas representaciones han moldeado las percepciones públicas de la identidad trans. Con la participación de figuras trans prominentes, "Disclosure" ofrece una mirada crítica e histórica al impacto de los medios en la transfobia y la visibilidad trans. Es un recurso poderoso para debatir la representación mediática y sus efectos.

## **Series**

### **"Sex Education" (Netflix)**

Esta serie es increíblemente relevante debido a su enfoque abierto, honesto y educativo sobre una amplia gama de temas relacionados con la sexualidad, las relaciones y, crucialmente, las identidades de género y la orientación sexual.

Aborda de manera sensible y explícita las dudas, los miedos y las experiencias de los jóvenes que descubren quiénes son. Los personajes trans y no binarios están bien desarrollados y sus historias son parte integral de la narrativa, ofreciendo múltiples puntos de entrada para discusiones con jóvenes sobre la autoaceptación, el respeto y la diversidad. Su tono general es inclusivo y a menudo muy perspicaz.

### "Heartstopper" (Netflix)

Una serie excepcionalmente positiva y conmovedora, "Heartstopper" aborda la identidad LGBTIQ+ en la adolescencia de una manera muy accesible y afirmativa. Aunque su enfoque principal suele ser la orientación sexual (gay/lesbiana), también presenta personajes no binarios y explora las complejidades de la formación de la identidad de una manera que resuena profundamente con el público joven. Su tono esperanzador y la representación de relaciones saludables y apoyo mutuo la convierten en una excelente opción para fomentar la empatía y la comprensión en entornos juveniles.

### "Pose" (FX)

Aunque está dirigida a un público más maduro y trata temas complejos (racismo, VIH/SIDA, supervivencia), la relevancia de "Pose" para las identidades de género, especialmente la identidad transgénero, es inmensa. Una parte significativa de su elenco y personajes principales son mujeres trans de color, y la serie ofrece una visualización profunda y auténtica de sus vidas, luchas, sueños y la formación de "familias elegidas" dentro de la escena de la cultura ball de Nueva York. Para los trabajadores juveniles, puede ser un recurso poderoso para comprender el contexto histórico y social de la comunidad trans, la resiliencia y la importancia vital de la comunidad, aunque su contenido requeriría un manejo y adaptación cuidadosos dependiendo del grupo de edad.

## Organizaciones clave

Estas organizaciones globales son fundamentales para promover la igualdad de género y deconstruir roles y estereotipos, ofreciendo valiosos recursos y apoyo:



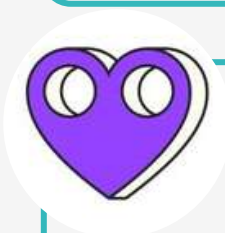
**ILGA-Europe:** Una organización que defiende los derechos de las personas LGBTIQ+ en toda Europa a través de la promoción de políticas, la investigación y el apoyo a activistas locales. . **Website:** <https://ilga.org/>





**Transgender Europe (TGEU):** Una red que lucha por los derechos y la protección de las personas transgénero en Europa a través de acciones legales, sensibilización y apoyo comunitario.

**Website:** <https://tgeu.org/>



**IGLYO (International LGBTIQ+ Youth & Student Organisation):** Una organización que representa y apoya específicamente a la juventud LGBTIQ+ en Europa a través de la educación, el desarrollo de liderazgo y campañas adaptadas a sus necesidades.



**OII Europe (Organisation Intersex International Europe):** Una asociación que protege los derechos de las personas intersexuales luchando contra las intervenciones médicas no consensuadas y promoviendo el reconocimiento legal de las personas intersexuales.



**Rainbow Welcome:** Una iniciativa europea que trabaja para mejorar la recepción e integración de los solicitantes de asilo y refugiados LGBTIQ+ proporcionando formación y recursos a los servicios de acogida.



**OutRight International:** Una organización global que trabaja para promover los derechos humanos de las personas LGBTIQ+ en todo el mundo. Realizan investigaciones, abogan por cambios de políticas y apoyan a activistas de base. **Website:** <https://outrightinternational.org/>



**FELGTBI+ (Federación Estatal de Lesbianas, Gais, Trans, Bisexuales, Intersexuales y Más):** Una organización española que agrupa a más de 50 entidades LGBTIQ+ de todo el territorio. Se dedican a la defensa de los derechos, la visibilización y la educación sobre la diversidad sexual y de género en España. Sitio web: <https://felgtbi.org/> (Este es un ejemplo específico para España; podrías considerar buscar organizaciones locales similares para tu contexto específico).



## Glosario de términos clave

**Para una comprensión clara y un lenguaje común, se presentan los términos esenciales de este módulo:**

**LGBTIQA+:** Acrónimo que representa a las personas Lesbianas, Gays, Bisexuales, Transgénero, Intersexuales, Queer, Asexuales y otras identidades de género y minorías sexuales.

**Identidad de género:** Sentido profundo y personal de un individuo de ser hombre, mujer, ambos, ninguno o en algún punto del espectro de género. Puede o no corresponder al sexo asignado al nacer, basado en el cuerpo y los genitales (cisgénero), pero también puede ser diferente (transgénero).

**Orientación sexual:** Se refiere a la atracción emocional, romántica y/o sexual que una persona siente hacia otras personas. Hay muchas orientaciones sexuales diferentes (lesbiana, gay, bisexual, heterosexual, etc.).

**Sexo asignado al nacer:** La clasificación de una persona como hombre o mujer al nacer, basada en características biológicas observables (genitales). Al nacer, los médicos declaran si eres "masculino", "femenino" o intersexual, dependiendo de varios factores.

**Cisgénero:** Persona cuya identidad de género se alinea con el sexo que se le asignó al nacer. Por ejemplo, una persona nacida con vulva, considerada niña de pequeña, y que ahora se siente mujer, es una mujer cisgénero.

**Transgénero:** Persona cuya identidad de género no se alinea con el sexo que se le asignó al nacer. Por ejemplo, una persona nacida con vulva, considerada niña de pequeña y que ahora se siente niño, es un hombre transgénero.

**Queer:** Término paraguas o identidad utilizada por personas que no se ajustan a las normas tradicionales de género y/o sexualidad. A menudo se utiliza para describir identidades fluidas y no binarias.



**Intersexual:** Persona nacida con características sexuales (genitales, gónadas, cromosomas, etc.) que no encajan en las definiciones binarias típicas de "masculino" o "femenino". Por ejemplo, un bebé nacido con pene y vulva, o con vulva y testosterona (así, cuando el niño crezca, tendrá más vello corporal que la niña promedio), etc. Esto no es una enfermedad ni una discapacidad. Las personas intersexuales representan el **1.7%** de la población.

**Asexual:** Persona que experimenta poca o ninguna atracción sexual hacia otras personas. Esto no significa que nunca tengan sexo, sino que el sexo les proporciona poco o ningún placer, y no es una actividad que les interese particularmente.

**Agénero:** Persona que no se identifica con ningún género, o se considera sin género.

**Pansexual:** Persona que experimenta atracción sexual, romántica o emocional hacia otras personas independientemente de su sexo, identidad de género o expresión de género. Una persona pansexual se siente atraída por todos los géneros sin distinción ni preferencia.

**No Binario:** Persona cuya identidad de género no es exclusivamente masculina o femenina. Pueden identificarse como una combinación de géneros, sin género o con un género diferente.

**Género Fluido (Genderfluid):** Persona cuya identidad de género no es fija y puede cambiar o fluctuar con el tiempo (de un día a otro, o de una semana a otra, por ejemplo). Una persona de género fluido puede sentirse masculina en un momento, femenina en otro, por ejemplo.

**Sexismo:** Discriminación o prejuicio basado en el sexo o género de una persona. Refuerza roles y expectativas de género rígidos.

**Homofobia:** Miedo, aversión irracional o discriminación hacia las personas homosexuales.

**Transfobia:** Miedo, aversión irracional o discriminación hacia las personas transgénero. A menudo incluye el *misgendering* y el *deadnaming*.

**Bifobia:** Miedo, aversión irracional o discriminación contra las personas bisexuales, a menudo basada en estereotipos o la negación de su orientación sexual.

**Interseccionalidad:** Marco analítico que reconoce cómo las diversas identidades sociales de un individuo (como género, raza, clase social, sexualidad, discapacidad) se cruzan y superponen para crear experiencias únicas de discriminación y/o privilegio.

**Misgendering:** El acto de usar pronombres, artículos o lenguaje de género que no corresponden con la identidad de género de una persona. Se considera una forma de violencia y falta de respeto a la identidad.

**Deadname:** El nombre de nacimiento de una persona trans o no binaria que ha cambiado su nombre. Usar este nombre (cuando se conoce el nuevo) es irrespetuoso y se considera una forma de violencia que niega la identidad actual de la persona.

**Salir del Armario (Coming Out):** El proceso personal por el cual una persona LGBTIQ+ revela su orientación sexual o identidad de género a otros. Es un viaje continuo y personal.

**Aliado:** Persona (a menudo cisgénero y/o heterosexual) que apoya activamente los derechos, la dignidad y la inclusión de la comunidad LGBTIQ+. Desempeñan un papel crucial en la educación y la lucha contra la discriminación.

**Transición:** Proceso mediante el cual una persona transgénero alinea su presentación externa y/o su cuerpo con su identidad de género. Puede incluir cambios sociales (nombre, pronombres, ropa), legales (documentación) y/o médicos (terapia hormonal, cirugías). Las transiciones son diversas y personales y pueden ser largas y complicadas.

no  
gender  
gap

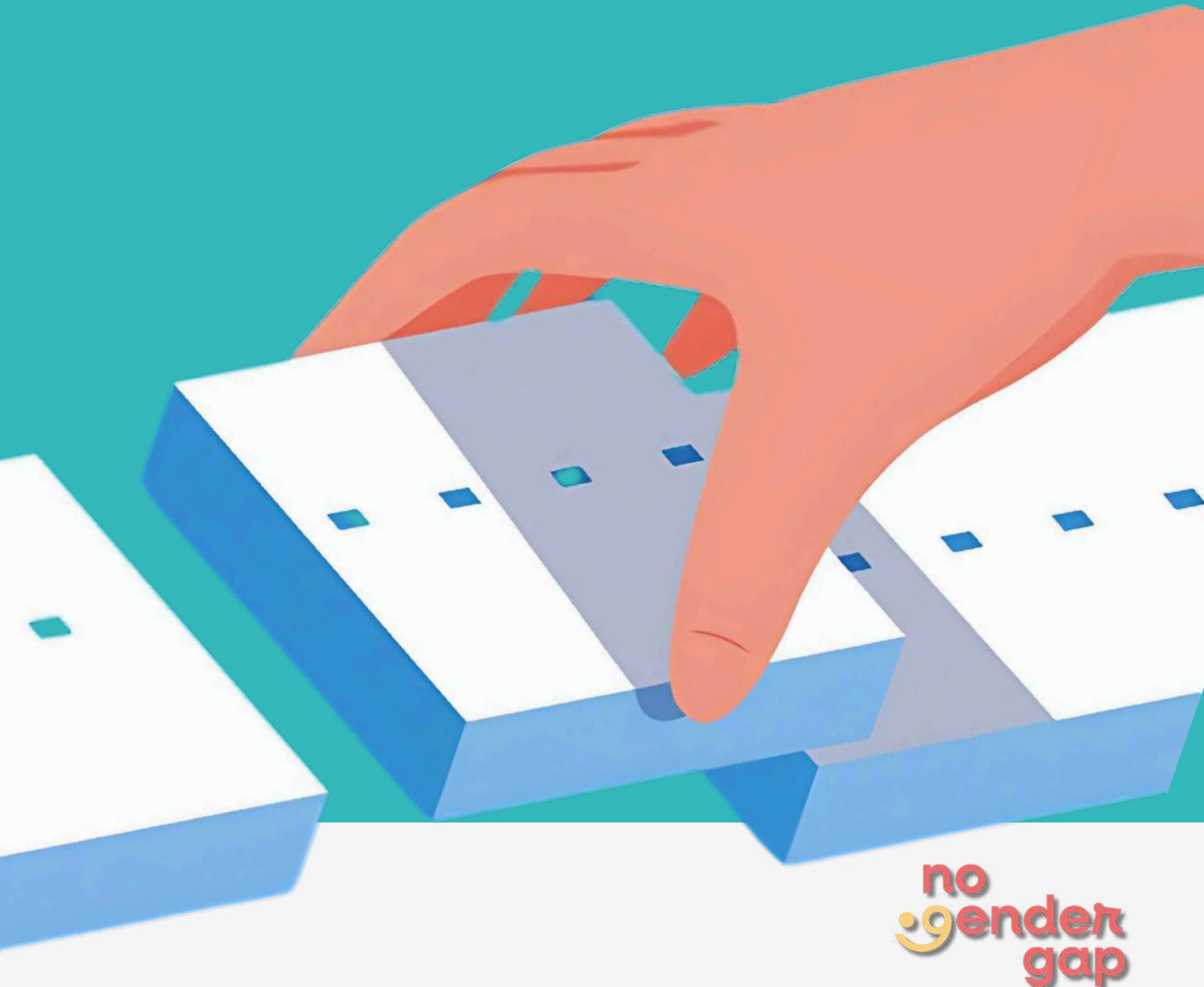
# GRACIAS

Este documento fue redactado con la participación de:



2024-1-ES02-KA210-YOU-000253858, Erasmus+

# Nuevas masculinidades



## Teoría y definición

¿Alguna vez te has preguntado por qué la gente dice que un hombre "no debería llorar" o que "tiene que ser fuerte y decidido"? Durante mucho tiempo, la sociedad ha impuesto un modelo específico de masculinidad: el tipo duro que no muestra debilidad, que siempre tiene el control y que no se deja llevar por las emociones. Pero, ¿realmente tiene sentido esta visión? Y más importante aún, ¿es la única forma de ser hombre? Este modelo, además de ser rígido, a menudo ha dificultado que los hombres procesen sus emociones, construyan relaciones y conecten consigo mismos.

Hoy, sin embargo, las cosas están cambiando. Cada vez se habla más de "Nuevas masculinidades", un concepto que no propone un modelo único a seguir, sino que anima a liberarse de los estereotipos y a vivir la identidad masculina de una manera más auténtica y pacífica. Este cambio se debe a los movimientos de igualdad de género (incluido el feminismo) que han abierto espacios para que los hombres reconsideren sus roles y desafíen las expectativas tradicionales.

Las nuevas masculinidades se refieren a una comprensión progresiva y evolutiva de lo que significa ser un hombre, yendo más allá de las normas patriarcales tradicionales, restrictivas y a menudo dañinas. Este concepto enfatiza la importancia de la igualdad de género, la empatía, la inteligencia emocional y el respeto por todas las personas, independientemente de su identidad de género u orientación sexual. Promueve una masculinidad que no se define por la dominación, la agresión o la supresión emocional, sino por la autenticidad, la vulnerabilidad y el compromiso con la justicia. Esto implica:

**Desafiar los roles de género tradicionales:** Cuestionar y dismantelar activamente las expectativas rígidas históricamente impuestas a los hombres, como la presión de ser estoicos, agresivos o únicamente proveedores.

**Abrazar la expresión emocional:** Animar a los hombres a reconocer, expresar y gestionar una gama completa de emociones,



alejándose de la idea de que la vulnerabilidad emocional es un signo de debilidad.

### **Promover la empatía y el respeto:**

Fomentar una comprensión y consideración genuinas por las experiencias y perspectivas de los demás, especialmente mujeres e identidades de género marginadas, y rechazar la misoginia, la homofobia y la transfobia.

### **Compromiso activo en las responsabilidades de cuidado y domésticas:**

Animar a los hombres a asumir una parte igualitaria de las tareas del hogar, el cuidado de los hijos y los roles de cuidado reconociendo esto como un aspecto fundamental de la asociación y la igualdad.

### **Rechazar la violencia y la agresión:**

Trabajar activamente para dismantelar las nociones dañinas de masculinidad que equiparan la fuerza con la violencia o el control, promoviendo la resolución pacífica de conflictos y las interacciones respetuosas.

### **Construir relaciones saludables:**

Fomentar relaciones basadas en la igualdad, la comunicación y el respeto mutuo, libres de desequilibrios de poder o control.

### **Apoyar el feminismo y la igualdad de género:**

Reconocer que la liberación de las mujeres y otras identidades de género está intrínsecamente ligada a la liberación de los hombres de las rígidas limitaciones patriarcales. Las nuevas masculinidades son inherentemente aliadas de los movimientos feministas.

En esencia, las nuevas masculinidades proponen una visión más liberadora, inclusiva y equitativa para los hombres, que beneficia no solo a los propios hombres al permitirles vivir de manera más auténtica, sino también a la sociedad en su conjunto al fomentar una mayor igualdad de género y reducir la violencia y la discriminación basadas en el género.

## **Fundamentos teóricos de las nuevas masculinidades**

El concepto de nuevas masculinidades tiene sus raíces en varios marcos teóricos que critican la masculinidad tradicional y abogan por expresiones más equitativas y flexibles de la masculinidad. Estos fundamentos se basan en gran medida en la teoría feminista, los estudios de género, los estudios críticos de la masculinidad y la psicología.



**Teoría feminista:** Esta es la influencia más fundamental. Las académicas feministas han analizado extensamente cómo el patriarcado estructura la sociedad y limita los roles y experiencias tanto de mujeres como de hombres. Argumentan que la masculinidad tradicional, que a menudo se basa en el dominio sobre las mujeres y la supresión de las emociones, es un producto de los sistemas patriarcales. Las nuevas masculinidades surgen del reconocimiento de que dismantlar el patriarcado no solo es beneficioso para las mujeres, sino que también libera a los hombres de las expectativas rígidas y a menudo dañinas impuestas por las normas masculinas tradicionales. Pensadoras feministas clave como **Bell Hooks** (por ejemplo, en "The will to change: men, masculinity, and love") han explorado cómo el condicionamiento patriarcal impide que los hombres experimenten plenamente el amor, la conexión y la intimidad emocional, abogando así por el papel activo de los hombres en el dismantlamiento del patriarcado para su propia liberación.

**Estudios críticos de la masculinidad:** Surgiendo en gran parte de las críticas feministas, este campo se centra específicamente

en examinar las diversas construcciones de la masculinidad a través de culturas y períodos históricos. Critica la masculinidad hegemónica, que es la forma dominante e idealizada de masculinidad en una sociedad determinada (a menudo asociada con el poder, la heterosexualidad y la agresión). Académicos como **R.W. Connell** (por ejemplo, "Masculinities") han destacado que la masculinidad no es un concepto monolítico, sino que es plural, relacional y a menudo controvertido. Las Nuevas Masculinidades pueden verse como una forma contrahegemónica, desafiando las normas establecidas y abogando por expresiones más inclusivas y no tóxicas.

**El género como construcción social:** Al igual que el propio género, la masculinidad se entiende como una construcción social en lugar de una puramente biológica. Esto significa que los rasgos, comportamientos y expectativas asociados con "ser un hombre" se aprenden y perpetúan a través de procesos sociales, culturales e históricos, en lugar de ser innatos. Esta comprensión permite la posibilidad de redefinir y cambiar lo que significa la masculinidad, allanando el camino para "nuevas" formas.

**Perspectivas psicológicas:** La psicología contribuye a comprender cómo la presión para ajustarse a la masculinidad tradicional puede afectar negativamente la salud mental de los hombres, lo que lleva a la supresión emocional, mayores tasas de suicidio, abuso de sustancias y dificultad para formar relaciones saludables. Las Nuevas Masculinidades ofrecen una liberación psicológica al permitir que los hombres sean más auténticos, expresen emociones y busquen ayuda sin sentir que esto compromete su "hombría".

**Interseccionalidad:** Este marco, iniciado por **Kimberlé Crenshaw**, es crucial para comprender que la masculinidad no es experimentada uniformemente por todos los hombres. La raza, la clase, la sexualidad, la discapacidad y otras categorías sociales se cruzan con el género para crear diversas experiencias de masculinidad. Por ejemplo, las expectativas puestas en un hombre negro pueden diferir significativamente de las de un hombre blanco, y por lo tanto, las "Nuevas Masculinidades" deben ser inclusivas y atentas a estas diversas experiencias, desafiando todas las formas de opresión, no solo el sexismo.

En resumen, los fundamentos conceptuales de las nuevas masculinidades enfatizan que la masculinidad es una construcción social aprendida, no una realidad biológica fija. Se basan en las críticas feministas al patriarcado, los análisis sociológicos del poder y el género, y las perspectivas psicológicas sobre el bienestar masculino, todo lo cual converge en la idea de que dismantelar las normas masculinas tradicionales y dañinas es esencial para crear una sociedad más justa, equitativa y humana para todos.



# Cómo promover las nuevas masculinidades en las comunidades

Promover las nuevas masculinidades dentro de las comunidades es un paso crucial hacia el logro de la igualdad de género y el fomento de sociedades más saludables. Los trabajadores juveniles están en una posición ideal para facilitar este cambio, dado su compromiso directo con los jóvenes y su influencia en las normas sociales. Aquí se presentan acciones y enfoques clave:

## Educación y concienciación:

- **Talleres y grupos de discusión:** Organizar sesiones para hombres y niños jóvenes para discutir qué significa la masculinidad para ellos, identificar estereotipos dañinos y explorar formas alternativas de ser hombre. Utilizar métodos interactivos como la narración de historias, los juegos de rol y el análisis crítico de los medios.
- **Alfabetización mediática:** Ayudar a los jóvenes a analizar críticamente las representaciones mediáticas de la masculinidad (en películas, videojuegos, publicidad) para comprender cómo perpetúan los estereotipos e identificar representaciones más diversas y positivas.
- **Participación de los padres:** Ofrecer talleres para padres para discutir estrategias de crianza positivas que desafíen los estereotipos de género desde una edad temprana, fomentando la expresión emocional y las responsabilidades compartidas para los niños.

## Modelos a seguir y mentoría:

- **Destacar diversos modelos masculinos a seguir:** Mostrar hombres que encarnen nuevas masculinidades: aquellos que son emocionalmente inteligentes, participan activamente en el cuidado, desafían la homofobia y abogan por la igualdad de género. Esto puede incluir figuras públicas, líderes comunitarios o jóvenes mayores.
- **Programas de mentoría:** Establecer programas de mentoría donde jóvenes u hombres adultos que ejemplifiquen nuevas masculinidades puedan guiar a niños más jóvenes, ofreciendo consejos prácticos y apoyo para navegar las expectativas de género.

## Creación de espacios seguros e inclusivos:

- **Fomentar la expresión emocional:** Crear entornos donde los niños y jóvenes se sientan seguros para expresar sus emociones sin miedo a ser juzgados o ridiculizados. Esto puede implicar actividades estructuradas o simplemente fomentar una atmósfera de aceptación.
- **Promover la comunicación saludable:** Enseñar y modelar habilidades de comunicación efectivas, incluyendo la escucha activa, la expresión de necesidades y la resolución de conflictos de forma no violenta.
- **Apoyo a la juventud LGBTIQA+:** Asegurar que las iniciativas para las nuevas masculinidades sean inclusivas y de apoyo a los niños y jóvenes LGBTIQA+, abordando la homofobia y la transfobia que a menudo afectan a las masculinidades no conformes.

## Desafiar los comportamientos dañinos:

- **Capacitación en intervención de transeúntes:** Equipar a los jóvenes con las habilidades para intervenir de manera segura y efectiva cuando sean testigos de comentarios sexistas, acoso o agresión por parte de sus compañeros.
- **Interrumpir la "cultura de la fraternidad":** Abordar y desafiar las dinámicas de grupo que normalizan el sexismo, la misoginia o el comportamiento agresivo entre los jóvenes. Fomentar la rendición de cuentas entre pares y el respeto mutuo.
- **Abogar por una educación sexual integral:** Promover una educación sexual que incluya el consentimiento, las relaciones saludables y desafíe los estereotipos de género relacionados con la sexualidad.

## Política y cambio estructural:

- **Abogar por el permiso parental:** Apoyar políticas que animen a los hombres a tomar el permiso parental, normalizando su papel como cuidadores activos y desafiando la idea de que el cuidado es principalmente una responsabilidad femenina.
- **Promover el lenguaje de género neutro:** Fomentar el uso de un lenguaje inclusivo en todos los materiales y comunicaciones comunitarias.
- **Colaborar con instituciones locales:** Trabajar con escuelas, clubes deportivos y centros comunitarios para integrar los principios de las nuevas masculinidades en sus programas y políticas.

Al implementar estas estrategias, los trabajadores juveniles pueden empoderar a los hombres jóvenes para que adopten formas de masculinidad más auténticas, equitativas y respetuosas, contribuyendo a una sociedad más justa e inclusiva para todos.

## ***Subtemas clave relacionados con las nuevas masculinidades***

Para comprender plenamente el concepto de nuevas masculinidades, es esencial explorar su intersección con varios aspectos de la vida y la sociedad. Estos subtemas ilustran cómo el cambio hacia identidades masculinas más equitativas influye en el bienestar individual y en las estructuras sociales.

### Inteligencia y expresión emocional:

- **Relación:** La masculinidad tradicional a menudo desincentiva la expresión emocional en los hombres, promoviendo el estoicismo y la supresión de sentimientos que no sean la ira o el dominio. Las nuevas masculinidades enfatizan la importancia de la alfabetización emocional, permitiendo a los hombres reconocer, comprender y expresar su gama completa de emociones de manera saludable. Esto implica ir más allá de la mentalidad de "los niños no lloran".
- **Contribución:** Este subtema destaca un principio fundamental de las nuevas masculinidades: fomentar la autenticidad emocional en los hombres. Es crucial porque la supresión emocional puede llevar a varios problemas de salud mental y dificulta la formación de relaciones profundas y significativas. Al promover la inteligencia emocional, este subtema muestra cómo las nuevas masculinidades benefician a los hombres personalmente y contribuyen a dinámicas relacionales más saludables.

## Subtemas Clave

### Responsabilidades domésticas y de cuidado compartidas:

- **Relación:** Históricamente, las tareas domésticas y el cuidado (cuidado de niños, cuidado de ancianos) han sido asignados abrumadoramente a las mujeres, reforzando la "doble carga". Las nuevas masculinidades abogan por que los hombres participen activa e igualmente en estas responsabilidades, desafiando la noción de que el trabajo de cuidado es inherentemente "femenino" o menos valioso. Esto incluye tomar el permiso parental y contribuir diariamente.
- **Contribución:** Este subtema aborda directamente la aplicación práctica de la igualdad de género dentro del hogar. Ilustra cómo las nuevas masculinidades se traducen en cambios tangibles en la vida diaria, lo que lleva a una distribución más equitativa del trabajo y apoya el desarrollo profesional y personal de las mujeres. Subraya la idea de que la verdadera igualdad requiere la participación activa de los hombres en todas las esferas, incluida la tradicionalmente "privada".



### Relaciones positivas y consentimiento:

- **Relación:** La masculinidad tradicional a veces puede fomentar nociones de control o derecho en las relaciones, contribuyendo a problemas de desequilibrio de poder y falta de consentimiento. Las nuevas masculinidades promueven relaciones construidas sobre el respeto mutuo, la comunicación abierta, la empatía y el consentimiento entusiasta. Esto implica desafiar conceptos como los celos tóxicos, la posesividad y la idea de que "no significa convénceme".
- **Contribución:** Este subtema es vital para promover relaciones saludables, respetuosas y seguras. Al centrarse en el consentimiento y el respeto mutuo, contrarresta directamente los aspectos dañinos de la masculinidad tradicional y ayuda a prevenir la violencia de género. Muestra cómo las nuevas masculinidades contribuyen a entornos más seguros e interacciones más satisfactorias para todos.

### Subtemas Clave

#### Hombres como aliados en el feminismo y la igualdad de género:

- **Relación:** Históricamente, el feminismo ha sido visto como una "cuestión de mujeres", lo que a veces lleva a que los hombres se sientan excluidos o incluso a la defensiva. Las nuevas masculinidades posicionan a los hombres como aliados activos e indispensables en la lucha por la igualdad de género. Esto significa comprender y reconocer el privilegio masculino, escuchar las experiencias de las mujeres, desafiar el sexismo entre compañeros y abogar por los objetivos feministas.
- **Contribución:** Este subtema enfatiza que la igualdad de género es una responsabilidad compartida, no solo una lucha para las mujeres. Delinea el papel activo que los hombres pueden desempeñar en el desmantelamiento de las estructuras patriarcales y la promoción de un mundo más justo. Al destacar la alianza, muestra cómo las nuevas masculinidades no se tratan solo de transformación personal, sino de cambio social colectivo.



### Crítica a la masculinidad hegemónica:

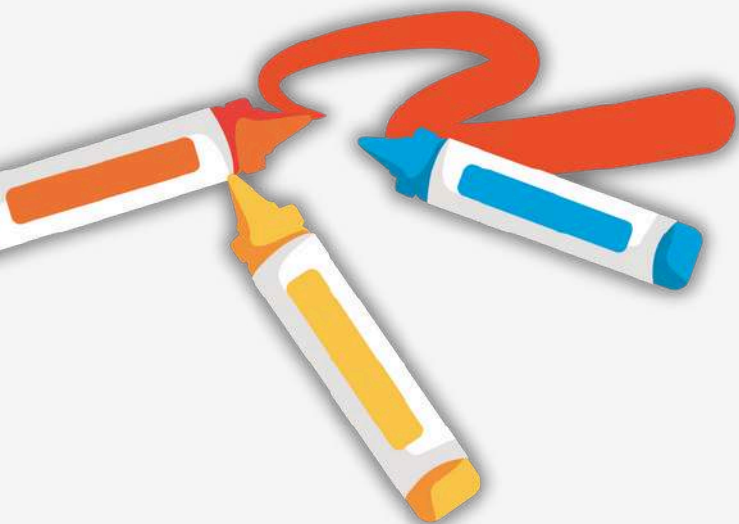
- **Relación:** La masculinidad hegemónica se refiere a la forma dominante e idealizada de masculinidad en una sociedad determinada, a menudo asociada con el poder, la heterosexualidad, la fuerza física y el estoicismo emocional. Las nuevas masculinidades critican y deconstruyen activamente este modelo singular y rígido, reconociendo que es limitante y dañino para los hombres que no encajan en él, así como para las mujeres y otras identidades de género.
- **Contribución:** Este subtema proporciona la base teórica de por qué las nuevas masculinidades son necesarias. Al analizar y desafiar la forma dominante de masculinidad, aclara de qué se están alejando las nuevas masculinidades y por qué este cambio es beneficioso. Ayuda a comprender la naturaleza sistémica de las expectativas de género.

### Subtemas Clave

Estos subtemas contribuyen colectivamente a una comprensión holística de las nuevas masculinidades, demostrando su relevancia no solo para la identidad y el bienestar individual, sino también para los objetivos más amplios de igualdad de género y justicia social.

# ACTIVIDADES DE EDUCACIÓN NO FORMAL (ENF)

Estas actividades están diseñadas para facilitar la reflexión y el diálogo sobre nuevas masculinidades entre los trabajadores juveniles, promoviendo un cambio de perspectiva y la adopción de prácticas más equitativas.



**¿Los hombres de verdad no hacen las tareas del hogar... o sí?**

**Duración: 90 minutos**

**ACTIVIDAD 1**

**\* Objetivos:**

Estimular el pensamiento crítico sobre los conceptos de masculinidad y feminidad.

Explorar la relación entre género, poder y roles sociales.

Deconstruir estereotipos a través de experiencias personales y representaciones sociales.

Promover un lenguaje y actitudes inclusivas.

**\*Temas involucrados:** Educación cívica, estudios de ciudadanía, estudios de género, historia contemporánea, sociología, psicología social, artes visuales, comunicación.

**Número de participantes: 15-20**

**Materiales y recursos:**

- Papel A3 u hojas de rotafolio.
- Rotuladores y post-its.
- Revistas, artículos de periódico, anuncios impresos, imágenes de redes sociales.
- Una copia por grupo de los Textos de Actividad actualizados (1-5) – puedes encontrarlos a continuación en este módulo.
- Un espacio de trabajo grupal adecuado (aula, sala de estudio, sala de taller...).

1

### Introducción (5 minutos):

- Presentar el tema: roles y estereotipos de género hoy.
- Plantear la pregunta: "¿Qué significa ser hombre o mujer hoy?"
- Explicar que los participantes trabajarán en grupos para analizar textos y elementos visuales y crear un producto crítico y creativo.

2

### Formación de grupos y distribución de material (5 minutos):

- Dividir a los participantes en tres tipos de grupos:
  - Grupos solo de mujeres.
  - Grupos solo de hombres.
  - Grupos de género mixto.
- (Si es necesario, usar solo grupos mixtos asegurando diversas perspectivas).
- Distribuir:
  - Textos 1–4 a grupos del mismo género.
  - Texto 5 + material visual (revistas, imágenes sociales, anuncios) a grupos mixtos.

3

### Trabajo en grupo (30 minutos):

- **Grupos del mismo género (Textos 1–4):**
  - Leer y analizar el texto asignado.
  - Reflexionar sobre experiencias personales, familiares y culturales.
  - Crear un resumen visual: mapa mental, póster o narración creativa.

## Titulizar el trabajo con una frase provocativa.

- **Grupos mixtos (Texto 5):**

- Crear un collage visual que represente los roles, expectativas y estereotipos de género en:
  - El trabajo.
  - Las relaciones.
  - Los medios de comunicación.
  - La vida diaria.
  - Incluir elementos positivos o disruptivos: modelos alternativos, ejemplos inspiradores, contranarrativas.

4

## Presentaciones grupales (25 minutos):

- Cada grupo presenta en 4–5 minutos:
  - Un resumen de su discusión.
  - Puntos clave y reflexiones.
  - El mensaje detrás de su producto visual.
- Todos los pósteres y collages se exhiben para crear una "Galería Crítica" en la sala.

# 5

## Debate final (20 minutos):

- **Facilitar una discusión de cierre utilizando estas preguntas guía:**

- ¿Qué tipo de modelos de género internalizaste al crecer?
- ¿Qué estereotipos siguen presentes en tu vida diaria?
- ¿En qué espacios te sientes libre de ser tú mismo más allá de las expectativas de género?
- ¿Cómo los medios de comunicación, las redes sociales o la familia moldean tu visión de los roles de género?
- ¿Qué podemos hacer para construir una cultura más equitativa, libre de roles rígidos?



## ¡No seas una niña!

¿Cuántas veces se les ha dicho a los niños que no lloren, que no sean "mariquitas"? Como si mostrar emociones fuera algo de lo que avergonzarse. A medida que crecen, muchos hombres aprenden a reprimir la tristeza, el miedo, la vulnerabilidad. Pero ¿a qué costo? Reprimir las emociones puede llevar a dificultades en las relaciones, aislamiento emocional y problemas de salud mental. La verdad es que las emociones no tienen género. Son humanas. Entonces, ¿por qué ignorar tus sentimientos se considera "más masculino"?

## El mito del sostén de la familia

Incluso hoy, aunque muchas mujeres ganan bien y son financieramente independientes, todavía existe la idea generalizada de que los hombres deben ser los "proveedores". Esto ejerce presión sobre los hombres para que logren el éxito financiero a toda costa, y muchos se sienten inadecuados si no cumplen con este estándar. Al mismo tiempo, a menudo se usa para justificar por qué los hombres hacen menos en casa o en el cuidado emocional. Pero, ¿es esto realmente lo que significa ser un hombre?

## Las niñas buenas no levantan la voz

A las niñas a menudo se les enseña desde pequeñas a ser educadas, dulces, pacientes, a no hacer ruido ni causar problemas. A medida que crecen, muchas mujeres mantienen estos comportamientos en la universidad, en el trabajo o en sus relaciones. Pero ¿qué sucede cuando una mujer habla, se afirma, toma la iniciativa? A menudo se la etiqueta de "agresiva", "exagerada", "emocional". ¿Por qué la independencia masculina se considera una fortaleza y la independencia femenina una amenaza?



### **La carga mental invisible**

Las mujeres jóvenes de hoy estudian, trabajan y son independientes. Sin embargo, en la vida de pareja o familiar, a menudo asumen la mayor parte de la "gestión" diaria: recordar citas, planificar comidas, enviar mensajes de cumpleaños, organizar eventos sociales. Esto se llama la "carga mental", un trabajo silencioso y no remunerado que generalmente se espera de las mujeres. Pero ¿quién decidió que debería ser su trabajo?

### **¿Qué clase de imagen es esta?**

Mira revistas, redes sociales y publicidad. ¿Qué dicen sobre lo que significa ser un hombre o una mujer? A menudo se muestra a los hombres como fuertes, seguros, líderes. Las mujeres son retratadas como pulcras, sensuales, amables, a menudo apoyando a otros (como madres, parejas, asistentes). Pero ¿dónde están los cuerpos reales? ¿Las personas no binarias? ¿Los hombres sensibles? ¿Las mujeres ambiciosas? Y lo más importante: ¿quién establece estos estándares?

**¿Suficientemente hombre?  
repensando la masculinidad hoy**

**Duración: 60 minutos.**

**ACTIVIDAD 2**

\* **Objetivos:**  
Reconocer elementos clave de la masculinidad tóxica.

Reflexionar sobre las presiones sociales ejercidas sobre niños y hombres.

Explorar nuevos modelos de masculinidad más saludables: emocionales, empáticos, inclusivos.

- \* **Materiales y recursos:**
- Hojas A3, rotuladores, post-its.
  - Citas provocativas (proporcionadas a continuación).
  - Espacio para trabajo en grupos pequeños.

**Número de participantes: 10-20**  
(Edades 18–30).



# 1

## Lluvia de ideas inicial (10 min):

- Pregunta: "¿Qué te viene a la mente cuando escuchas la palabra 'masculinidad'?"
- Cada participante escribe 1 palabra en un post-it.
- Las palabras se leen en voz alta y se pegan en una pared o pizarra.
- Reflexión rápida: ¿Las palabras son mayormente positivas o negativas? ¿Repetitivas? ¿Sorprendentes?

# 2

## Estímulo crítico (5 min):

- Leer una o más de las siguientes citas:
  - "Los hombres de verdad no lloran."
  - "Sé un hombre."
  - "Un hombre siempre debe ser fuerte."
  - "Los hombres no hablan de sentimientos."
- Preguntas para la discusión:
  - ¿Has escuchado o dicho cosas así antes?
  - ¿Cómo afectan a hombres y niños?

# 3

## Trabajo en grupo (25 min):

Dividirse en grupos pequeños (3–5 personas). Elegir una de las siguientes opciones:

- **Opción A: Póster crítico**
  - Título: "Lo que significa ser hombre para nosotros hoy"

Los grupos crean un póster visual con mensajes alternativos y positivos sobre la masculinidad.

### **Opción B: Cuentos cortos**

- Título: "La vez que un hombre fue diferente..."
- Los grupos escriben una historia corta (real o ficticia) que rompa un estereotipo masculino.

4

### **Compartir y discusión final (20 min):**

- Cada grupo presenta brevemente (3–5 minutos).
- Dirigir una discusión final con estas preguntas:
  - ¿Algo te resonó personalmente?
  - ¿Qué te sorprendió o desafió tu pensamiento?
  - ¿Qué te gustaría cambiar en cómo se habla o se muestra la masculinidad?

## **El viaje del nuevo hombre**

**Duración: 60 minutos.**

## **ACTIVIDAD 3**

**\* Objetivos:**  
Estimular la reflexión sobre modelos de masculinidad tradicionales y alternativos.

Deconstruir los estereotipos de género a través del diálogo y la creatividad.

Promover identidades y relaciones más saludables e inclusivas.



### **Materiales y recursos:**

- Hojas A3 o papel de rotafolio.
- Rotuladores, post-its, pegamento, tijeras.
- Revistas, anuncios impresos, imágenes de redes sociales.
- Espacio para trabajo en grupo y una "Galería" final.
- Papel en blanco para la "Tarjeta de Identidad" final.

**Número de participantes:** 15–20 jóvenes (edades 18–30).

Organizados en grupos de género mixto o del mismo género, según el contexto y el nivel de comodidad.

# 1

## Introducción y rompehielos (5 minutos):

- Preguntar a los participantes: "¿Qué significa ser hombre hoy?" "¿Qué comportamientos son recompensados o castigados en la sociedad?"
- Escribir palabras clave en una pizarra o recogerlas en post-its.
- Explicar el concepto del taller como un "viaje" a través de diferentes temas.

# 2

## Trabajo en grupo – paradas del viaje (30 minutos):

- Dividir a los participantes en 3 o 4 grupos pequeños de género mixto.
- A cada grupo se le asigna una de las siguientes Paradas del Viaje:
  - **Parada 1 – Fuerza y emoción:**
    - (Explorando el mito del hombre fuerte y emocionalmente distante).
    - Pregunta guía: ¿Qué emociones te sientes libre de expresar? ¿Cuáles ocultas? ¿Por qué?
  - **Parada 2 – Respeto y poder:**
    - (Dinámicas de poder en los roles de género).
    - Pregunta guía: ¿En qué situaciones se utiliza el poder para excluir, dominar o proteger? ¿Cómo podría utilizarse el poder para crear equidad?
  - **Parada 3 – Relaciones saludables:**
    - (Cuidado, amistad, intimidad).
    - Pregunta guía: ¿Qué se necesita para construir una relación justa y no tóxica?

### Cada grupo:

- Analiza el tema utilizando el texto guía (proporcionado a continuación).
- Comparte experiencias personales.
- Crea un producto visual: póster, collage, eslogan o narración visual.
- Titula su trabajo con una frase provocativa o poética.

3

### Compartir y discusión final (25 min):

- Cada grupo tiene 3–4 minutos para presentar:
  - Su proceso y reflexiones clave.
  - El mensaje detrás de su producto creativo.
  - Un punto crítico o pregunta para compartir con los demás.
- Todas las obras se exhiben para crear una "Galería Crítica" en la sala.
- Dirigir una discusión final con estas preguntas:
  - ¿Qué modelos de género internalizaste de niño?
  - ¿Qué estereotipos aún afectan tu vida diaria?
  - ¿En qué espacios te sientes libre de ser tú mismo, más allá de las expectativas de género?
  - ¿Cómo los medios de comunicación, la familia y las redes sociales moldean tu visión de los roles de género?
  - ¿Qué tipo de cultura queremos construir? ¿Qué necesitamos cambiar?



## Textos guía para las paradas del viaje:

(Cada grupo recibe un texto corto y estimulante junto con una pregunta guía. Estos se utilizan para iniciar la discusión y crear un producto visual o simbólico (póster, collage, eslogan, dibujo...)

### ◦ **Parada 1 – Fuerza y emoción:**

- Texto guía: "Desde pequeños, a muchos niños se les dice: 'No llores', 'Sé fuerte', 'No seas blando'. Pero, ¿qué pasa cuando a alguien se le enseña a suprimir el dolor, el miedo o la vulnerabilidad? Quizás la verdadera fuerza también signifique pedir ayuda y mostrar empatía."
- Pregunta guía: ¿Qué emociones te sientes libre de expresar? ¿Cuáles ocultas? ¿Por qué?

### ◦ **Parada 2 – Respeto y poder:**

- Texto guía: "El poder masculino a menudo se esconde a plena vista: en la voz que interrumpe, en el silencio que domina, en el chiste que menosprecia. A veces, quienes tienen poder ni siquiera se dan cuenta de que lo tienen. Pero el respeto comienza con escuchar y ser conscientes del impacto que tenemos en los demás."
- Pregunta guía: ¿En qué situaciones se utiliza el poder para excluir, dominar o proteger? ¿Cómo podría utilizarse el poder para crear equidad?

### ◦ **Parada 3 – Relaciones saludables:**

- Texto guía: "Muchas relaciones emocionales o románticas están moldeadas por roles fijos: el hombre es fuerte y protector; la mujer es cariñosa y sensible. Pero las conexiones más auténticas son aquellas donde ambas personas pueden ser fuertes, suaves, desordenadas y humanas. El equilibrio proviene del cuidado mutuo, no del control."
- Pregunta guía: ¿Cómo es para ti una relación justa, no tóxica y saludable?

## **Tarjeta de identidad: el nuevo hombre / el aliado que quiero ser:**

**Nombre simbólico:** .....

**Valores por los que quiero luchar: (por ejemplo, empatía, respeto, honestidad, escucha...)**

.....

.....

.....

.....

**Cualidades que quiero desarrollar: (por ejemplo, vulnerabilidad, coraje, conciencia emocional...)**

.....

.....

.....

.....

**Comportamientos o creencias que quiero dejar atrás: (por ejemplo, competencia tóxica, miedo a ser juzgado, necesidad de controlar...)**

.....

.....

.....

.....

**Cosas que quiero llevar conmigo en mi viaje: (por ejemplo, relaciones saludables, confianza, pensamiento crítico, nuevos modelos a seguir...)**

---

---

---

---

**A quién quiero apoyar: (por ejemplo, amigos, parejas, hermanos, compañeros de trabajo, jóvenes...)**

---

---

---

---

## Listado para completar el documento de identidad:

### VALORES

Empatía, Honestidad, Respeto, Vulnerabilidad, Amabilidad, Coraje, Compasión, Autoconciencia, Autenticidad, Paciencia, Humildad, Colaboración, Igualdad, Amor, No violencia, Confianza, Apoyo, Gratitud, Escucha, Equidad, Crecimiento, Apertura, Justicia, Inclusividad, Comprensión, Responsabilidad, Autocuidado, Resiliencia, Creatividad, Curiosidad, Confianza, Perdón.

### CUALIDADES

Inteligencia Emocional, Autoconfianza, Coraje, Empatía, Escucha Activa, Compasión, Vulnerabilidad, Asertividad, Resiliencia, Paciencia, Amabilidad, Apertura a la retroalimentación, Humildad, Autoconciencia, Flexibilidad, Gratitud, Curiosidad, Creatividad, Integridad, Adaptabilidad, Honestidad, Responsabilidad, Generosidad, Optimismo, Colaboración, Resiliencia emocional, Equidad, Autodisciplina, Respeto por la diversidad, Fiabilidad, Perdón, Liderazgo.

### COMPORTAMIENTOS/CREENCIAS

Necesidad de controlar a los demás, Superficialidad, Miedo a ser juzgado, Masculinidad tóxica, Supresión emocional, Estereotipos de género, Dominio sobre los demás, Agresión como fuerza, Falta de respeto hacia las mujeres, Cosificación de los demás, Evitar la responsabilidad, Inmadurez emocional, Hipercompetitividad, Egoísmo, Perfeccionismo, Inseguridad, Dependencia de la aprobación de los demás, Avergüenza o culpa, Orgullo en la ignorancia, Desprecio por las emociones, Miedo a pedir ayuda, Cerrarse a nuevas ideas, Roles de género rígidos, Desconexión de los sentimientos, Misoginia, Sentido de derecho, Negar la empatía, Miedo al cambio, Desestimar las experiencias de los demás, Falta de autocuidado, Retener el afecto o el apoyo, Desviar la responsabilidad, Ser despectivo o insensible, Apatía o indiferencia

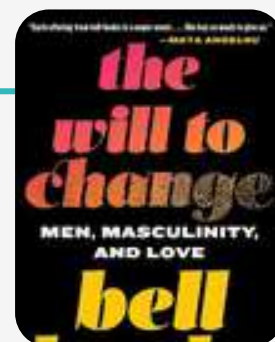
## Recursos

Los recursos presentados aquí están en inglés para asegurar la accesibilidad global y ofrecer perspectivas valiosas para la formación y la práctica.

## Libros

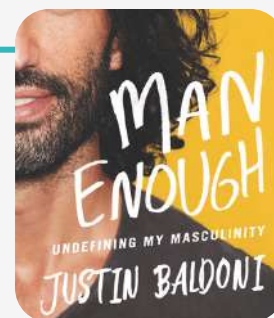
### **"The will to change: men, masculinity, and love" (La voluntad de cambiar: hombres, masculinidad y amor) by Bell Hooks.**

Como se mencionó en secciones anteriores, este libro es fundamental para comprender cómo la cultura patriarcal limita la vida emocional de los hombres y su capacidad de amar. Hooks argumenta que la liberación de los hombres de estas normas restrictivas es esencial para su bienestar espiritual y emocional, y para lograr una verdadera igualdad de género. Es un poderoso llamado para que los hombres abracen una masculinidad más expansiva y auténtica.



### **"Man enough: undefining my masculinity" (Suficientemente hombre: redefiniendo mi masculinidad) by Justin Baldoni.**

El actor Justin Baldoni explora su propio viaje con la masculinidad, la vulnerabilidad y el desafío a las expectativas sociales de lo que significa ser un hombre. Basado en su popular serie web "Man enough", el libro invita a los hombres a reflexionar sobre sus propias experiencias y a redefinir la masculinidad de una manera que permita la expresión emocional, la conexión genuina y el compromiso con la igualdad. Es un relato accesible y personal para hombres jóvenes que luchan con las normas tradicionales.



### **"For the love of men: a new vision for mindful masculinity" (Por el amor de los hombres: una nueva visión para una masculinidad consciente) by Liz Plank.**

Este libro argumenta que el patriarcado perjudica tanto a hombres como a mujeres. Liz Plank ofrece una perspectiva refrescante sobre cómo los hombres pueden recuperar su verdadero ser abrazando la empatía, la amabilidad y la vulnerabilidad, desafiando los aspectos destructivos de la masculinidad tradicional. Es una lectura bien investigada y atractiva que proporciona ideas prácticas para crear un futuro más positivo y equitativo para todos los géneros.



## Películas y documentales:

### **"The mask you live in" (La máscara en la que vives) (2015) – Documental de Jennifer Siebel Newsom.**

Esta película explora el impacto dañino de las normas masculinas rígidas en niños y hombres en Estados Unidos. Profundiza en cómo la definición de la sociedad de la masculinidad de la "caja del hombre" (duro, agresivo, no emocional, hipersexual) contribuye a problemas como la violencia, la depresión y las dificultades para formar relaciones saludables. Es una herramienta poderosa para impulsar el debate sobre la necesidad de nuevas masculinidades.

### **"A better man" (Un hombre mejor) (2017) – Documental de Attiya Khan y Lawrence Jackman.**

Este documental único sigue a una mujer que se reúne con su expareja abusivo años después para discutir la violencia que él le infligió. Es una película desafiante pero importante que explora la rendición de cuentas, la curación y el potencial de los hombres para cambiar su comportamiento y abrazar masculinidades no violentas. Ofrece un poderoso estudio de caso para conversaciones sobre responsabilidad y transformación.

## Artículos interesantes:

### **"What masculinity means to me" (Lo que la masculinidad significa para mí) (The New York Times).**

Esta serie de ensayos cortos y reflexiones de varios hombres explora lo que la masculinidad significa para ellos personalmente. Proporciona diversas perspectivas sobre la hombría moderna, abarcando luchas, alegrías y definiciones en evolución, ofreciendo un rico tapiz de experiencias masculinas contemporáneas.

Nota: La URL específica puede variar, busca "The New York Times What Masculinity Means to Me" para enlaces actualizados.

### **"Men's roles in achieving gender equality" (El papel de los hombres en el logro de la igualdad de género) (ONU Mujeres).**

Este artículo de ONU Mujeres destaca la importancia crítica de involucrar a hombres y niños como socios en el logro de la igualdad de género. Describe varias formas en que los hombres pueden desafiar las normas de género dañinas, abogar por los derechos de las mujeres y contribuir a construir sociedades más equitativas. Refuerza la idea de que las nuevas masculinidades son esenciales para el progreso global en cuestiones de género.

Nota: La URL específica puede variar, busca "UN Women Men's roles in achieving gender equality" para enlaces actualizados.

## **Podcast**

### **"Man enough" (Suficientemente hombre) (Conducido por Justin Baldoni, Jamey Heath y Liz Plank).**

Basado en el libro y la serie web, este podcast presenta conversaciones honestas y vulnerables con celebridades y expertos sobre masculinidad, salud mental, relaciones y expectativas sociales. Es un gran recurso para escuchar diversas perspectivas sobre lo que significa ser un hombre hoy y cómo vivir de manera más auténtica.

### **"Hidden brain" – "The problem with a perfect man" (El problema con un hombre perfecto) (NPR).**

Este episodio explora cómo los ideales masculinos tradicionales pueden ser perjudiciales para el bienestar y las relaciones de los hombres. Profundiza en las presiones psicológicas que enfrentan los hombres para ajustarse a las expectativas sociales y ofrece ideas sobre los beneficios de liberarse de estas normas rígidas.

## **Organizaciones clave:**

Estas organizaciones se dedican a promover masculinidades más saludables y a involucrar a los hombres en los esfuerzos de igualdad de género, ofreciendo valiosos recursos y programas:

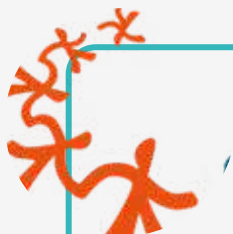




**MenEngage Alliance:**

Una alianza global de ONG y agencias de la ONU que trabaja con hombres y niños para lograr la igualdad de género. Abogan por enfoques transformadores de género, promueven los derechos humanos y desafían las masculinidades dañinas.

**Website:** <https://menengage.org/>



**Promundo:**

Un líder global en la promoción de la igualdad de género y la prevención de la violencia al involucrar a hombres y niños. Realizan investigaciones, desarrollan programas y abogan por políticas que fomenten masculinidades positivas, el cuidado compartido y la no violencia.

**Website:** <https://www.promundo.org>



**The good men project:**

Una plataforma y comunidad en línea que explora los roles cambiantes de los hombres en el siglo XXI. Presenta artículos, debates y recursos sobre la paternidad, las relaciones, la ética y desafía las nociones tradicionales de masculinidad.

**Website:** <https://goodmenproject.com/>



**Next gen men:**

Una organización canadiense sin fines de lucro que trabaja con niños y hombres para redefinir la masculinidad, promover la igualdad de género y prevenir la violencia de género. Ofrecen programas educativos y talleres para jóvenes y educadores.

**Website:** <https://nextgenmen.ca/>

## Glosario de términos clave

Para una comprensión clara y un lenguaje común, se presentan los términos esenciales de este módulo:

**Nuevas masculinidades:** Una comprensión progresiva y evolutiva de lo que significa ser un hombre, que va más allá de las normas patriarcales tradicionales, restrictivas y a menudo dañinas. Enfatiza la igualdad de género, la empatía, la inteligencia emocional y el respeto por todas las personas.

**Masculinidad hegemónica:** La forma dominante e idealizada de masculinidad en una sociedad determinada en un momento particular, a menudo asociada con el poder, la heterosexualidad, la fuerza física y el estoicismo emocional. Sirve como un punto de referencia contra el cual se juzgan otras masculinidades.

**Masculinidad tóxica:** Se refiere a los aspectos dañinos de las normas masculinas tradicionales que fomentan el dominio, la agresión, la represión emocional y la violencia como signos de "hombría". No se trata de ser hombre, sino de las expectativas sociales dañinas que se imponen a los hombres.

**Inteligencia emocional:** La capacidad de comprender, usar y manejar las propias emociones de manera positiva para aliviar el estrés, comunicarse eficazmente, empatizar con los demás, superar desafíos y desactivar conflictos. Un componente clave de las nuevas masculinidades.

**Cuidado compartido:** La distribución equitativa de las tareas domésticas y las responsabilidades de cuidado (por ejemplo, cuidado de niños, cuidado de ancianos) entre los miembros de la pareja, desafiando la asignación tradicional de estos roles principalmente a las mujeres.

**Privilegio masculino:** Las ventajas sociales, económicas y políticas no merecidas que los hombres suelen recibir en las sociedades patriarcales debido a su género, a menudo sin ser conscientes de ellas.



**Alianzas (Allyship):** La práctica de apoyar y defender a un grupo marginado al que uno no pertenece. En el contexto de las nuevas masculinidades, se refiere a los hombres que apoyan activamente a las mujeres y otras identidades de género en su lucha por la igualdad.

**Vulnerabilidad:** La capacidad de estar abierto a experiencias emocionales, incluyendo el miedo, la incertidumbre y el riesgo emocional. Las nuevas masculinidades animan a los hombres a abrazar la vulnerabilidad como una fortaleza, en lugar de suprimirla.

**Intervención del espectador (Bystander intervention):** El acto de desafiar de manera segura y efectiva un comportamiento inapropiado o dañino (por ejemplo, comentarios sexistas, acoso) cuando se es testigo, en lugar de permanecer en silencio o inactivo.

**Enfoques transformadores de género:** Estrategias y programas que desafían y cambian activamente las normas de género restrictivas y los desequilibrios de poder, con el objetivo de lograr la igualdad de género. Las nuevas masculinidades son fundamentales para tales enfoques.

**Trabajo emocional (Emotional labor):** El esfuerzo requerido para manejar las propias emociones y, a menudo, para manejar las emociones de los demás, particularmente en contextos sociales y profesionales. Tradicionalmente, esta carga recae desproporcionadamente en las mujeres. Las nuevas masculinidades animan a los hombres a asumir una parte equitativa del trabajo emocional.

**Pacto patriarcal (Patriarchal bargain):** Las estrategias, a menudo inconscientes, mediante las cuales los individuos (incluidas mujeres y hombres) se adaptan y incluso apoyan las normas patriarcales a cambio de ciertos beneficios o para evitar consecuencias negativas, incluso si esas normas finalmente los limitan.

no  
gender  
gap

**¡GRACIAS!**

Este documento fue redactado con la participación de:

