

SÉ LO QUE PUBLICASTE EN EL ÚLTIMO MINUTO

Guía para jóvenes de entre 12 y 18 años

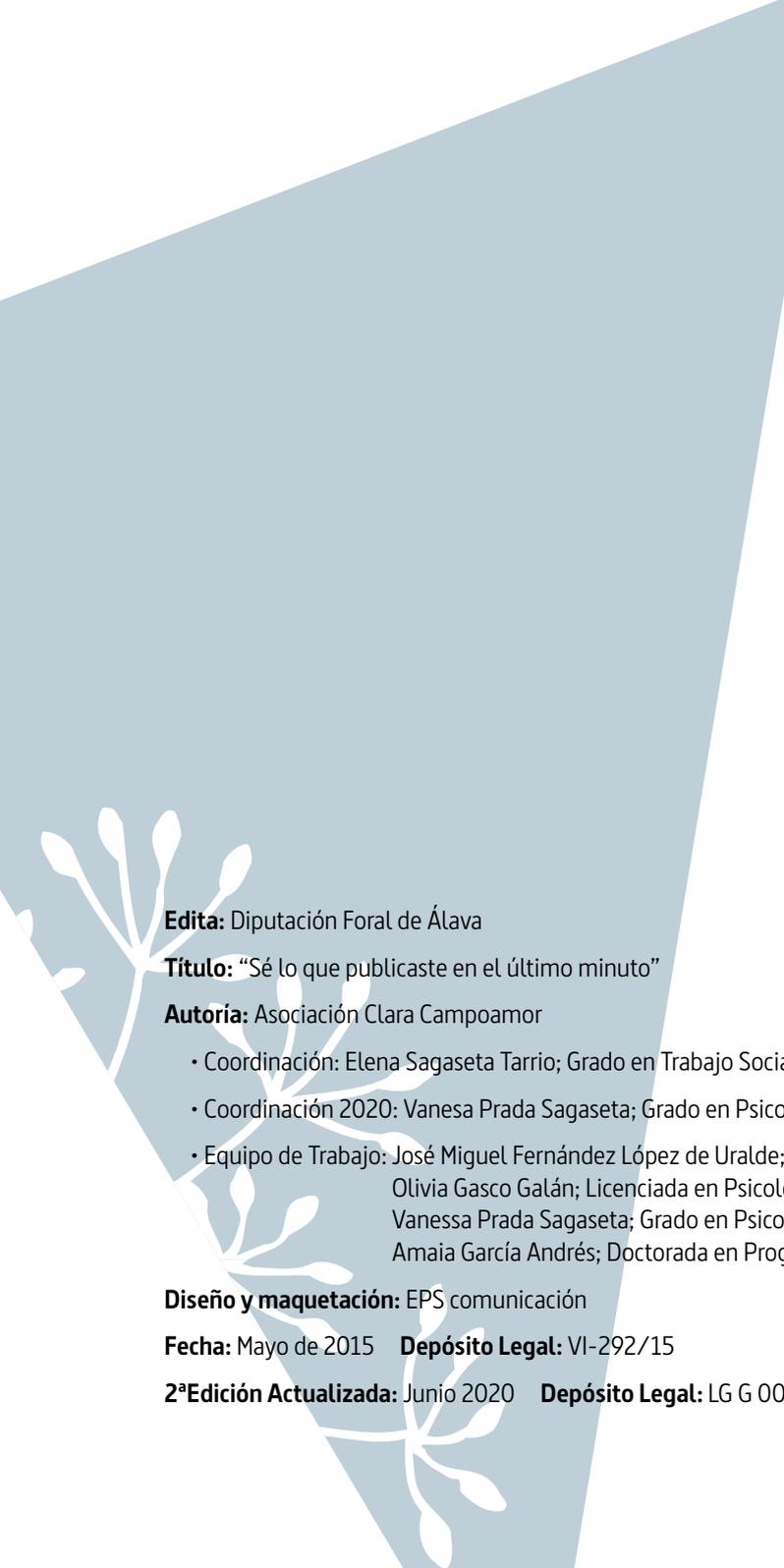
2ª Edición
REVISADA Y ACTUALIZADA



ASOCIACIÓN
CLARA CAMPOAMOR



▶ Arabako Foru Aldundia
Diputación Foral de Álava
▶



Edita: Diputación Foral de Álava

Título: “Sé lo que publicaste en el último minuto”

Autoría: Asociación Clara Campoamor

- Coordinación: Elena Sagaseta Tarrío; Grado en Trabajo Social
- Coordinación 2020: Vanesa Prada Sagaseta; Grado en Psicología y Máster en Violencia contra la Mujer
- Equipo de Trabajo: José Miguel Fernández López de Uralde; Licenciado en Derecho
Olivia Gasco Galán; Licenciada en Psicología
Vanessa Prada Sagaseta; Grado en Psicología
Amaia García Andrés; Doctorada en Programa de Doctorado en Sociedad, Política y Cultura.

Diseño y maquetación: EPS comunicación

Fecha: Mayo de 2015 **Depósito Legal:** VI-292/15

2ª Edición Actualizada: Junio 2020 **Depósito Legal:** LG G 00379-2020

SÉ LO QUE PUBLICASTE EN EL ÚLTIMO MINUTO

Guía para jóvenes de entre 12 y 18 años

www.claracampoamor.eu



INTRODUCCIÓN

Durante la adolescencia, la interacción entre iguales desempeña un papel muy importante en el desarrollo personal y social, el grupo de iguales contribuye a que se afronte en compañía las tareas evolutivas propias de esta etapa y, por tanto, influye en el desarrollo de la persona durante la adolescencia. En esta etapa, se inician las primeras relaciones de tipo afectivo sexual y el grupo de iguales se constituye como fuente de información y modelo de comportamiento. Además, adquiere mayor protagonismo en la vida de adolescentes y jóvenes, que eligen sus relaciones de amistad entre aquellas que más les gratifican, que más les respetan y que más compensaciones emocionales y afectivas les dan.

Hasta el surgimiento de las nuevas tecnologías de información y comunicación sólo disponíamos del medio **“off line”** (entorno tradicional) para relacionarnos, en el momento actual, disponemos de un medio más, el medio **“on line”** (entorno virtual), lo que supone una nueva forma de sociabilidad a partir de una herramienta nueva para el desarrollo de las relaciones sociales. El momento histórico, social y cultural de nuestra juventud no puede obviar que ha nacido y crecido en “la sociedad de la información y el conocimiento”, de ahí que se les denomine como “nativos o nativas digitales” y en este segmento poblacional, las redes sociales (entendidas como las que se han generado en Internet) se han convertido en la herramienta central de la comunicación. La potencialidad de esta herramienta en la comunicación se basa en la conectividad permanente que facilita el acceso a Internet lo que favorece el establecimiento de un

hábito o rutina que, por un lado, favorece la integración en el grupo de iguales y, por el otro, dificulta el cuestionamiento en el uso adecuado de la misma.

Esta irrupción del potentísimo sector tecnológico que constituyen las TIC¹, el desarrollo y la consolidación de la sociedad de la información y del conocimiento definen un nuevo modelo de relaciones sociales que a su vez modifica las identidades sociales. Sin embargo, se arrastran las bases de las estructuras de relación social propias de las relaciones offline, de la vida cotidiana, donde existían y existen claras desigualdades entre mujeres y hombres y sientan las bases para la emergencia de nuevos riesgos y/o formas de violencia.

En el mundo online se mantiene la asimetría en las concepciones y representaciones sociales según sexo. Esto se traduce en una representación de la desigualdad de género mediante el desigual etiquetaje y valoración social a la que se someten los hábitos y comportamientos de las mujeres en relación a los que llevan a cabo los hombres.

En palabras de Ianire Estébanez (2012); “ Es por ello que las generaciones cambian, la forma de comunicarnos evoluciona, los medios tecnológicos facilitan nuevas formas de actuar pero el sustrato de fondo sigue siendo el mismo. Las

¹ TIC: conjunto convergente de tecnologías desarrolladas en los campos de microelectrónica, la informática (hardware y software) y las telecomunicaciones.

redes sociales están en la actualidad expresando y visualizando una realidad existente”.

¿Por qué para mí?, porque es tu vida y ¡tú eres su protagonista!

Esta guía ofrece diferentes estrategias que puedas utilizar en tu día a día como forma de autoprotegerte y apoyar para proteger a aquellas personas que quieres. Para ello se abren nueve capítulos que invitan a la reflexión sobre diferentes cuestiones. Se inicia con aspectos de tu persona, se continúa con aspectos de cómo te construyes como persona y ser social, las herramientas del momento actual que te sirven para ello, y se finaliza con estrategias para desarrollarte y desarrollar una sociedad más justa. El uso de estas herramientas depende de tí y el hecho de utilizarlas a diario no significa que lo hagamos de la forma más adecuada.

Estás en un momento en que ya identificas lo que es justo y lo que no y esto significa que puedes ser parte activa de la solución de aquello que no te lo parezca.

Los objetivos de la presente guía son los siguientes:

- **Aproximar** el fenómeno de la violencia en las nuevas tecnologías con anclaje de comportamientos sexistas.
- **Identificar** nuevas formas de ejercitar la violencia en el uso de las nuevas tecnologías.
- **Potenciar** la discusión grupal para el desarrollo de la capacidad empática como herramienta de resolución de estas situaciones de violencia y las que están emergiendo.
- **Diferenciar** la información personal de la íntima como estrategia para interponer los límites a las situaciones de abuso / violencia.
- **Reconocer** las actividades del ciberagresor para comprender comportamientos abusivos así como constitutivos de posible delito.
- **Facilitar** la identificación de riesgos.
- **Potenciar** la reacción social en la erradicación de comportamientos abusivos / violentos.

La metodología propuesta para esta guía es la participación activa mediante los grupos de discusión. El proceso

para ello es por medio del “conocimiento-acción-reflexión-acción”. Esto supone poner en marcha la capacidad empática, autocrítica y la crítica de la realidad con el fin de poder plantear cambios en las relaciones personales, la resolución de conflictos y obtener suficientes herramientas para incentivar la repulsa pública de aquellas acciones y/o comportamientos contrarios al bienestar personal y por cuestiones de género.

Conseguir un ambiente libre donde poder desarrollar esta propuesta supone la puesta en marcha de las siguientes sugerencias:

- Crear un **clima de respeto** en el que sean admitidas todas las opiniones y en el que se fomente y valide la opinión libre al margen de la presión grupal.
- **Establecer normativa grupal** para desarrollar las tareas mediante el compromiso personal que garantice la confidencialidad de lo acontecido en el grupo.
- Fomentar la **participación de cada miembro** del grupo en la identificación y comprensión de las conductas que pueden generar problemas así como la potencialidad individual y grupal en su resolución.
- **Favorecer la disposición personal** para aportar al grupo el conocimiento previo, compartirlo, plantear la posibilidad de modificar el conocimiento previo e incorporar nuevos planteamientos y compartirlos.
- Adquirir el **compromiso individual** de ejercitar los derechos personales en pro de una convivencia justa e igualitaria.

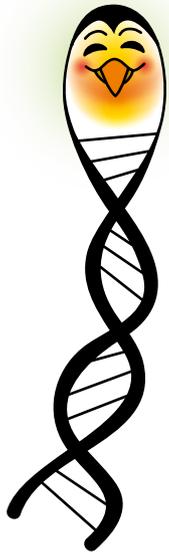


1º PARTE

¿QUÉ ENTENDEMOS POR ADOLESCENCIA?

La adolescencia es un proceso de crecimiento y desarrollo, donde comienzan a surgir una serie de acontecimientos internos.

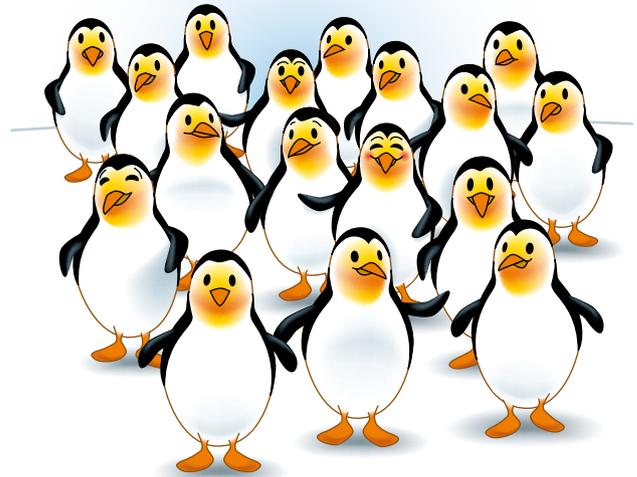
La adolescencia es un proceso BIOLÓGICO, PSICOLÓGICO y SOCIAL.



Genes



Estado mental



Sociedad

PROCESO BIOLÓGICO

El proceso biológico durante la adolescencia se caracteriza por una serie de cambios corporales, entre otros el desarrollo de las gónadas y órganos sexuales. Este proceso está regulado por la genética. Estamos compuestos por 23 pares de cromosomas. Aquí nos referimos al conjunto de características universales.

El sexo viene determinado por la naturaleza y es el conjunto de características físicas, biológicas, anatómicas y fisiológicas de los seres humanos, que los definen como hombre o mujer. Es una construcción natural, con la que se nace.

1. Define las características de mujeres y hombres

MUJERES

HOMBRES

Creatividad
"Expresión, imaginación..."

Búsqueda de la independencia
"Autonomía"

Autoestima

"Ser reconocido/a por nuestra valía, querida/o y valorada/o por nosotros/as mismos/as y por los/as demás"

Sexualidad + Identidad sexual
"Reconocimiento y autoconocimiento"

Búsqueda de identidad
"Quién soy yo" + "Personalidad"

Proyecto de vida
"Enseñanza, Salud, Carreras Técnicas, ..."

Factores de resiliencia
"Capacidad de enfrentarse a situaciones adversas desarrollando recursos personales y superándolas. ¿Con qué medios contaríamos? (Ejemplo: poder pedir ayuda a una persona adulta en la que confíe)"

Juicio crítico
"Análisis de nuestro alrededor"

Entonces en esta cuestión, aspecto biológico...,
¿En qué nos diferenciamos biológicamente las mujeres y los hombres?

En un par de cromosomas.

PROCESO PSICOLÓGICO

El proceso psicológico durante la adolescencia hace referencia a los cambios evolutivos que se producen en el desarrollo cognitivo, afectivo y social específicos de esta etapa de la vida en las personas. Permite la toma de conciencia de sí mismas y de su entorno y posibilita el ajuste del comportamiento a las condiciones y demandas ambientales. Además influyen en la comprensión de los recuerdos, percepciones, pensamientos, emociones y motivaciones.

Ejercicio: Al menos se dan 8 procesos psicológicos. Detalla cómo los desarrollas con al menos dos cuestiones en cada proceso.



PROCESO SOCIAL

El proceso social hace referencia a las sucesivas fases de transformación en las formas de interacción entre las personas, grupos e instituciones dentro de un contexto físico y temporal. Se caracteriza por los cambios existentes a lo largo de las etapas de nuestras vidas donde la presencia de las personas que pueden ser importantes en un momento determinado no tiene porqué mantenerse en el tiempo. Lo habitual es incorporar en nuestro día a día a nuevas personas y reducir la frecuencia de interacciones con otras, sin que el motivo tenga que ver con una causa fácilmente identificable.

Género. Es el conjunto de características y normas sociales, culturales, políticas, jurídicas y económicas que marca la sociedad e influyen las relaciones entre personas.

La sociedad asigna a las personas características y normas de cómo comportarse y relacionarse en función de ser hombre o ser mujer. Esta fórmula es diferente según el sexo de la persona.

Estereotipos. Es el conjunto de cualidades y características físicas y psicológicas (etiquetas) que la sociedad asigna a hombres y mujeres.

Roles de género. Son las tareas y funciones que la sociedad asigna a las personas. Ello está determinado en función del sexo de la persona.

2. Con todo esto, identifica los estereotipos y atributos que la sociedad indica que acompañan a cada sexo.

ROLES EN FUNCIÓN DE SEXO		
GÉNERO	ESTEREOTIPOS	ATRIBUTOS
FEMENINO	Sensibilidad	Persona Independiente
	Expresividad	Persona Insegura
	Fidelidad	Persona Práctica
	Introversión	Persona Razonable
	Dependencia	Persona Sumisa
MASCULINO	Ternura	Persona Valiente
	Racionalidad	Persona Comprensiva
	Responsabilidad tareas domésticas	Persona Fuerte
	Trabajo remunerado	Persona Delicada
	Apacibilidad	Persona Activa

¿Tú qué opinas de los resultados obtenidos?,

3. ¿Cuáles consideras que son estereotipos y roles superados y los que aún persisten?

4. ¿Crees que hay estereotipos peligrosos?

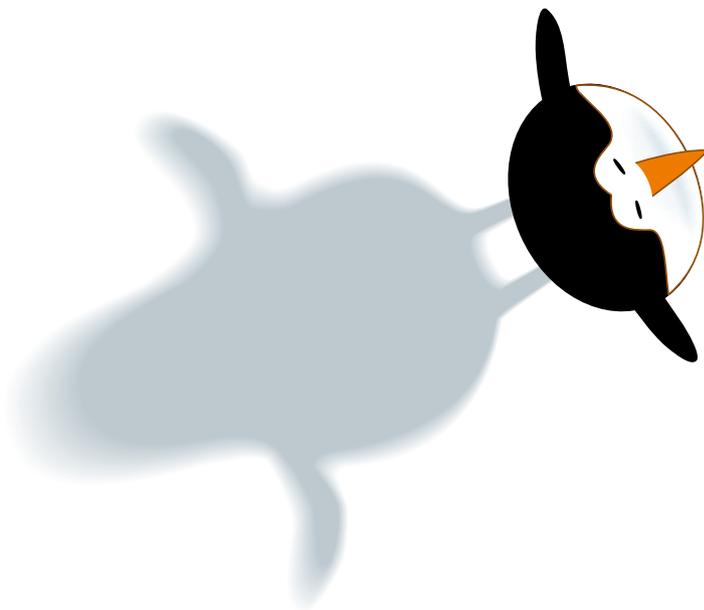
Si se reconoce que las atribuciones y estereotipos relacionados con lo femenino y masculino son construcciones sociales es decir, que NO SON NATURALES podemos concluir que se pueden modificar.

Sería más justo poder hablar de valor de la igualdad, ¿Tú que opinas? Si entendemos por valor de la igualdad que todas

las personas tienen la misma valía, los mismos derechos sin condicionamiento de género por el hecho de ser personas.

¿Crees que cambiaría tu vida si se diese este valor?

Si se reconoce que la pertenencia a un sexo no determina la valía ni las características que conforman a una persona podríamos concluir que las características positivas se tienen independientemente del sexo por lo que no debería existir una posición social diferenciada.



2º PARTE

RELACIONES SOCIALES

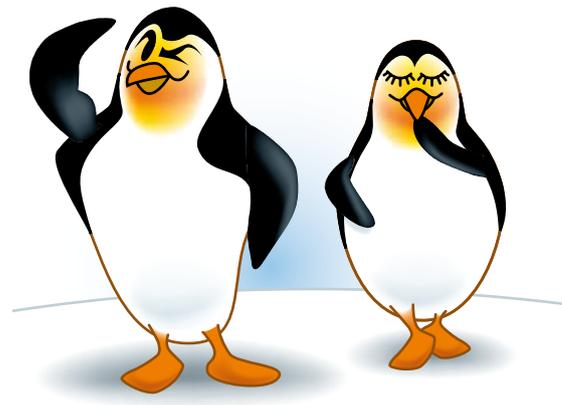
Las relaciones sociales son el resultado de la interacción entre dos o más personas. Es la célula del tejido social y nos aporta información para crear nuestra propia identidad y la del grupo al que pertenecemos. Cuando hablamos de relaciones sociales, tenemos que tener en cuenta dos cosas: el tipo de relaciones sociales que desarrollamos y el medio por el que nos relacionamos.

SOCIALIZACIÓN

Es el proceso por el que los seres humanos aprendemos e interiorizamos las normas de una sociedad y cultura. Este aprendizaje nos permite obtener las capacidades necesarias para desempeñarnos con éxito en las **relaciones sociales**. La cultura no es neutra.

SOCIALIZACIÓN DIFERENCIAL: Es el proceso en el que aceptamos que socialmente las niñas y los niños son diferentes por naturaleza, y como tal, fomentamos que aprendan e interioricen diferentes responsabilidades, habilidades, funciones y roles a lo largo de su vida. Es decir, asociamos determinados papeles y roles en función de cada sexo.

Las relaciones que desarrollamos están marcadas por una aceptación e interiorización de que a cada sexo se le atribuyen unas características y roles, como si fueran naturales, y, en consecuencia, esperamos determinadas cosas de los hombres y otras de las mujeres. Todas estas hacen referencia a los estereotipos de género que hemos visto en el capítulo anterior. Veamos algunas representaciones de estos **ESTEREOTIPOS DE GÉNERO:**



“Expresar tus emociones no te hace menos hombre”



“Las tareas domésticas no te hacen menos hombre”



“Ser responsable en la crianza, cuidado y educación de tus hijos/as, no te hacen menos hombre y si mejor padre”



“Portarte tierno y sensible con tus seres queridos y con otras personas no te hace menos hombre”



En las imágenes podemos ver cómo, a lo largo de la historia, se ha construido la idea de la masculinidad: el hombre fuerte, protector, que no llora y que puede con todo. Pero esa masculinidad tradicional tiene un problema: no se ajusta a la realidad. Así podemos empezar a hablar de **nuevas masculinidades**.

Las **NUEVAS MASCULINIDADES** buscan reconsiderar la idea que ya tenemos formada de lo que “hemos aprendido” que significa SER UN HOMBRE. Para eso, hay que desaprender los roles de género que hemos interiorizado a lo largo de nuestra vida y entender que **NO SE ES MENOS HOMBRE** por abandonar los patrones de comportamiento tradicionales.

Se trata, en definitiva, de abandonar la creencia de que debemos seguir patrones de comportamiento y estereotipos relacionados con el género.

A DEBATE

5. ¿Crees que continúan existiendo las diferencias en función del sexo? De ser así, ¿qué ejemplos eres capaz de dar?
6. Fíjate en la primera imagen. Teniendo en cuenta la diferencia que existe a la hora en que niñas y niños somos socializadas/os, ¿cómo crees que se relacionan entre ellas/os?
7. Revisa las nuevas masculinidades. ¿Identificas alguna de ellas en tu entorno?
8. ¿Por qué medio te relacionas más? En el caso de que sea el medio online, ¿cuáles son las TICs que más utilizas y para qué?

3^a PARTE

INFORMACIÓN PERSONAL E INFORMACIÓN ÍNTIMA

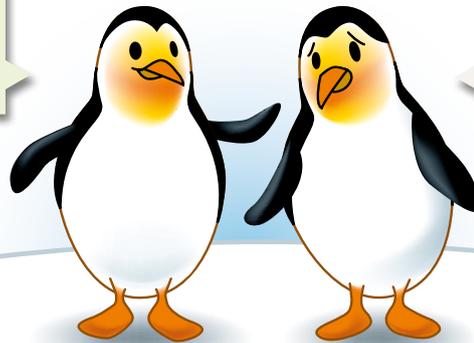
¿Sabes cuál es la diferencia entre información personal e información íntima antes de leer este apartado? Ponerlo a debate!

La información personal hace referencia a todos los datos de identificación de la persona (nombre y apellidos, nº de D.N.I., domicilio, fecha de nacimiento...) y la información íntima hace referencia a los aspectos de nuestra vida privada (sentimientos, pensamientos, estado anímico, estado de salud, relaciones...).

Las TIC posibilitan las intromisiones tanto voluntaria como involuntariamente en nuestra esfera personal que dificultan la protección de nuestro ámbito privado. Sin darnos cuenta podemos estar exponiendo nuestra intimidad más allá de lo que pretendemos o de lo que creemos que estamos haciendo.

Hay una línea que debemos conocer sobre lo que es legal y lo que no lo es. Para ello echamos mano de la ley. Antes que nada aclarar que nuestro ordenamiento jurídico protege tanto la información personal como la íntima. El artículo 197 del código penal regula la revelación de secretos. En concreto “- *El que, para descubrir los secretos o vulnerar la intimidad de otro, sin su consentimiento, se apodere de sus papeles,*

facilito mi propia información a quien yo quiero



voluntario

involuntario

yo no decido qué va a pasar con esa información una vez que la he emitido

cartas, mensajes de correo electrónico (...) o intercepte sus telecomunicaciones (...), será castigado con las penas de prisión de uno a cuatro años y multa de doce a veinticuatro meses. - Las mismas penas se impondrán al que, sin estar autorizado, se apodere, utilice o modifique, en perjuicio de tercero, datos reservados de carácter personal o familiar de otro que se hallen registrados en ficheros o soportes informáticos, electrónicos o telemáticos, (...)" . Añade expresamente el acceso SIN autorización vulnerando las medidas de seguridad.

Os ponemos dos situaciones REALES:

- **Amanda TOODD (2012)**. Joven de 15 años de edad que se suicidó un mes después de haber grabado y publicado un vídeo en Youtube en el que denunciaba estar sufriendo ciberbullying a raíz de sufrir un caso de sexting (mostró sus pechos en la webcam cuando tenía 12 años y la imagen circuló fuera de su control). Su madre declaró que deseaba que el vídeo titulado "My story: Struggling, bullying, suicide and self harm" ("Mi historia: lucha, bullying, suicidio y autolesión"), permaneciese en Internet tras la muerte de su hija para contribuir a evitar casos como el de su hija. (Se puede ver en Youtube).

art. 243
Código Penal



sujeto activo «sextorsión» que con ánimo de lucro obligue a otro con violencia o intimidación. Es una práctica que suele tener origen en prácticas de sexting porque a priori es la propia persona quien remite la imagen

- **Felicia GARCÍA (2012)**. Joven de 15 años que se suicidó a los pocos días de ser grabada sin consentimiento mientras mantenía relaciones sexuales consentidas. Las imágenes fueron divulgadas y al enterarse Felicia intentó que no se continuase su divulgación. A los pocos días se suicidó y al parecer la chica sufrió insultos en voz alta por algunos de los acosadores en el mis-

mo andén momentos antes de suicidarse. En esta situación la policía exculpó a los jóvenes al tratarse de relaciones consentidas. (<http://blog.pantallasamigas.net/2012/10/>).

cuestionamiento de la moralidad de la víctima



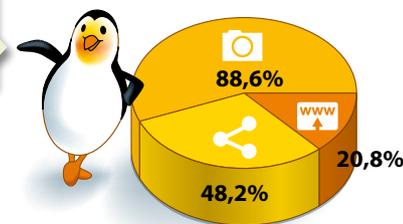
si las imágenes hubiesen sido de un chico manteniendo relaciones sexuales, ¿se le hubiese juzgado tan severamente?

9. ¿Dónde está la diferencia?

10. ¿Por qué otro medio crees tú que alguien pueda obtener imágenes personales?

Debemos potenciar la autoprotección de nuestra intimidad.

es necesario valorar y aprender a cuidar la cultura de la privacidad



personas menores de edad españolas con móvil entre 10 y 16 años

- 88,6%** hace fotografías con su terminal
- 48,2%** las envía a otras personas
- 20,8%** las publica en internet

4^a PARTE

NUEVAS TECNOLOGÍAS

EL MEDIO EN QUE SE DAN LAS RELACIONES SOCIALES

“El medio offline” o nuestro entorno y el “medio online” que utiliza las redes sociales e internet como herramientas.

El “medio online” o nuevas tecnologías han cambiado la forma en que nos relacionamos, sobre todo las y los jóvenes, siendo consideradas/os “nativos digitales²”. Éstas incorporan nuevas herramientas y ventajas para relacionarse, pero también nuevos riesgos, que antes no existían.

Las TIC permiten ampliar la forma de comunicarnos y de actuar, sin embargo, las relaciones que mantenemos en la vida offline se visualizan en el ámbito digital. Es decir, las redes sociales³, están expresando y visualizando una realidad ya existente.

NUEVAS TECNOLOGÍAS. VENTAJAS Y DESVENTAJAS

Ventajas

- Coste económico **gratis**.
- **Independencia** para usar los medios.

- Obtención de **información** y conocimiento.
- Información y **acceso a música, películas...**
- Conexión permanente, como idea seductora de estar inmediatamente **conectado al mundo** de sus intereses y relaciones.
- Ser un ámbito social más donde relacionarse y conocer personas. Función comunicativa y de **vínculo social**.
- Sensación de seguridad y control al estar tras una pantalla que hace que pueda ayudar a la hora de hablar, colgar fotos, opinar...

Desventajas

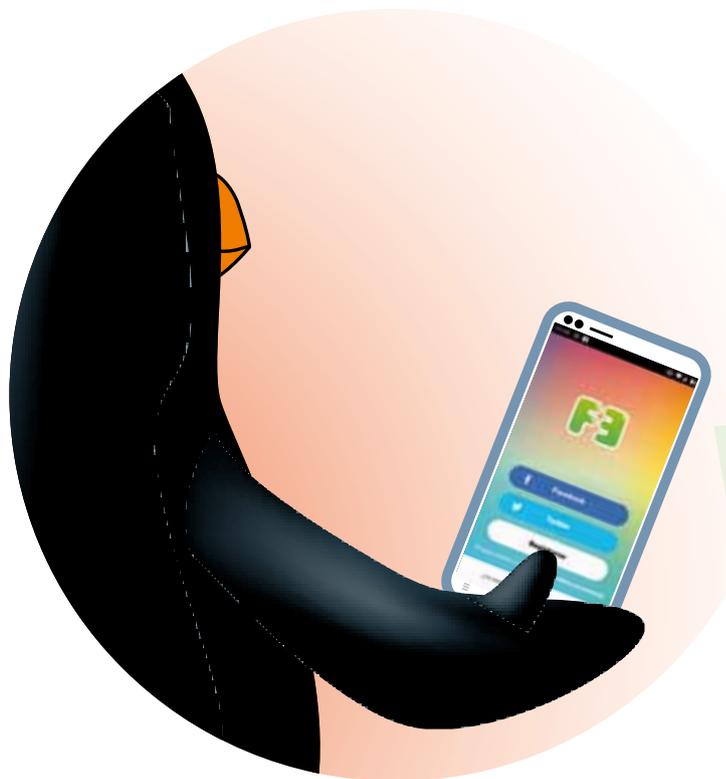
- **Efecto deshumanizador** de las tecnologías, la pérdida de las relaciones fuertes como consecuencia de la variabilidad y fugacidad de las relaciones digitales. Así mismo, la posibilidad de la mera invención de falsedades supone un extraordinario incremento de las posibilidades de establecer nuevas relaciones, sin embargo el alcance de la falsedad de datos nos pone en una situación vulnerable o de exposición a ser víctima de un abuso / maltrato.

² Nativos/os digitales: es la generación de jóvenes que han nacido cuando Internet ya existía como fenómeno social. ³ Redes sociales: Integradas por ciudadanas/os cuya base de interacción se da sobre la infraestructura tecnológica que supone Internet y los distintos artefactos TIC que las posibilitan, y sus fines se vinculan con las pautas básicas que conforman la vida cotidiana y las redes sociales de las personas. Ejemplos de redes sociales: Whatsapp, Instagram, Facebook, Twitter...

- Mucha información disponible en Internet y la **dificultad para distinguir las fuentes fiables** de las que no lo son.
- Comunicador digital permanente. Como cuestión de rutina que dificulta el desconectarse. Además dificulta disminuir la intensidad de una relación de pareja y que puede generar un **control social y presión psicológica excesiva**. La mayor facilidad para descubrir en el móvil o en las redes sociales algunas pequeñas mentiras.

- **Ámbito social más**, donde la habitualidad de remitir imágenes privadas o intercambiar información hace que se justifique su publicación a pesar de ser conscientes de los peligros de hacerlo.
- **Falta de control** sobre el material publicado online, ya que el ámbito privado pasa al dominio público y al no poder elegir a quiénes.
- La denominación de “nativos o nativas digitales” confiere un **exceso de confianza** y conocimiento en el manejo de las TIC y automáticamente en la resolución de cualquier incidencia. En caso de buscar consejo se hace preferentemente entre iguales quienes tampoco cuentan con la experiencia, perspectiva o criterio necesario en muchas ocasiones.
- Todo deja rastro digital
- Las aplicaciones no son gratuitas, tienen un precio

11. ¿Añadirías alguna ventaja y/o desventaja en función del sexo?

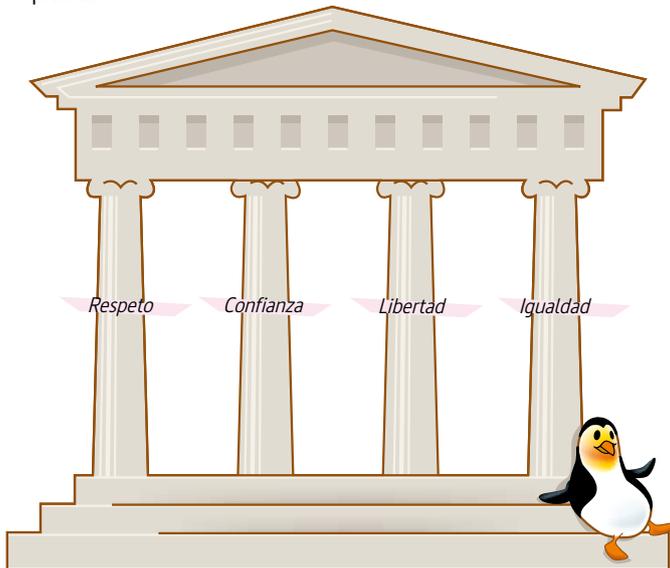


Muchas redes sociales son "gratis" aunque el pago somos nosotros y nosotras mismas, facilitando nuestra información y creando contenidos.

5ª PARTE

RELACIONES DE AMOR

La relación de amor hace referencia a la decisión mutua que toman dos personas de estar juntas, con un componente afectivo-sexual y sosteniendo esta relación sobre cuatro pilares.



Esta relación implica:

- Aceptación mutua
- Escucha

- Ternura
- Deseo
- Compartir experiencias en pareja
- Promover experiencias personales independientes de la pareja
- Expresión libre
- Comprensión
- Valoración del esfuerzo y las aportaciones de cada parte
- Aceptar las opiniones, gustos, actividades, amistades de cada una de las partes
- Reconocer y admitir la implicación personal cuando se comete un error
- Tomar decisiones que afectan a la pareja de mutuo acuerdo

CONSTRUCCIÓN DEL AMOR EN LA SOCIEDAD

Durante el proceso de socialización aprendemos lo que significa enamorarse, qué sentimientos debemos tener, de quién debemos enamorarnos, qué o quién es o no es atractivo, cómo debe ser la relación de pareja (asimétrica, igualitaria,...), etc. y, también aprendemos todos los mitos sobre el amor existentes en nuestra cultura. Están fuertemente respaldados por nuestra cultura; literatura, cine, música, etc.

A DEBATE:

Buscar la canción *Toda de Malú*. <https://www.youtube.com/watch?v=hkuV3uT48Eg>

Y la canción *Salir corriendo de Amaral*. <https://www.youtube.com/watch?v=QFTycuQiWlU>

Comparar el mensaje que emite cada canción respecto al amor

En el caso de las mujeres, todo lo que tiene que ver con el amor sigue condicionando su socialización, pudiendo convertirse en el proyecto vital prioritario. La consecución del amor y su desarrollo (enamoramiento, relación de pareja, el matrimonio,...) son un punto de referencia hasta el punto de “la vida sin él carece de sentido”, mientras que en la vida de los varones lo prioritario siguen siendo el reconocimiento social y, en todo caso, el amor o la relación de pareja suelen ocupar un segundo plano.

Uno de los factores que pueden contribuir a favorecer y mantener la violencia de género hacia la mujer es el modelo de amor romántico.



EL MITO MÁS EXTENDIDO: CELOS=AMOR.

AMOR ROMÁNTICO

Es un amor basado en la renuncia de uno mismo a favor del otro que promueve relaciones desiguales y está sustentado en mitos.

Características del amor romántico, según Gabriela Ferreira;

La entrega total a la otra persona	Pensar que es imposible volver a amar con esa intensidad
Vivir experiencias muy intensas de felicidad o de sufrimiento	Sentir que nada vale tanto como esa relación
Depender de la otra persona y adaptarse a ella	Desesperar ante la sola idea de que la persona amada se vaya
Perdonar y justificar todo en nombre del amor	Idealizar a la otra persona
Estar todo el tiempo con la otra persona, hacerlo todo juntos	Sentir que cualquier sacrificio es positivo
Ayudar y apoyar a la otra persona sin esperar reciprocidad y gratitud	Pensar todo el tiempo en la otra persona

Todo este conjunto de creencias sustentan los mitos del amor romántico y, al igual que otros mitos, también suelen ser ficticios, absurdos, engañosos, irracionales e imposibles de cumplir.

Por ejemplo, el mito de los celos. Los celos son una experiencia emocional compleja negativa. Está compuesta por al menos tres emociones básicas, la ira, la tristeza y el miedo, también puede haber otras como el disgusto, la envidia, etc.

A DEBATE:

12. Buscar mitos del amor romántico, ponerlo en común y analizar cómo los incorporamos en nuestras vidas y de qué manera influyen en los componentes que implica una relación de amor.

6^a PARTE

RELACIONES DE AMOR Y MALTRATO

¿Qué es violencia de género?

“Todo acto de violencia basado en la pertenencia al sexo femenino...” (Resolución de la Asamblea General 48/104, de 20 de diciembre, de 1993 de Naciones Unidas. “Declaración sobre la Eliminación de la Violencia contra la Mujer”).

Es decir, sólo existe un motivo para darse esta violencia: por el mero hecho de ser mujer.

¿Cuándo una relación de amor se convierte en una relación de maltrato por cuestiones de género?

Cuando se da alguna de estas situaciones:

- Las decisiones importantes de la pareja las toma él,
- Exige explicaciones por todo, incluso acerca de tus decisiones sobre aspectos personales,
- Quiere conocer hasta el último pensamiento que tienes,
- Quiere saber constantemente y con todo detalle dónde estás, con quién, a qué hora, cuánto tiempo, en qué lugar, ...
- Intenta comprobar la información que le das,
- No expresa ni habla sobre lo que siente y piensa e incluso pretende que lo adivines,
- Te hace sentir culpable de lo que le sucede dándole vueltas hasta confundirte, hasta que te cansa y te deja confundida e impotente,

- Se muestra rígido en cuanto a cómo quedar, cuándo, cómo le gustaría que fueses, no le gusta que vayas sola...,
- Si necesita conocer todo lo que se dice de él (familia, amistades) e intenta justificar motivos para que no continúes con tus amistades, intenta enfrentarte con la familia..., que sea él el único centro de tu vida.
- Si te hace responsable de su infelicidad, de su pérdida de nervios, de sus enfados, de que quiere provocar cualquier motivo para enfadarse...
- Si te amenaza y/o te envía mensajes vejatorios, ...



A DEBATE:

13. Solemos elegir a las amistades entre aquellas que más nos gratifican, que más nos respetan y que más compensaciones emocionales y afectivas nos dan. Sin embargo, cuando nos relacionamos a nivel de pareja es posible que nos relacionemos con personas que además de gratificarnos nos llenan de amargura, sufrimiento y daño. ¿Cómo se puede explicar esto?, ¿por qué no lo admitiríamos en otro contexto?

La construcción social y cultural que se nos transmite y que nos cala acerca del amor es un tipo de amor ideal que nos confunde y genera tolerancia a las cuestiones mencionadas.



- ✗ En 2019, las **denuncias por violencia de género** se han **incrementado** entre las mujeres jóvenes y es que también se constata un aumento de quienes consideran muy graves distintas formas de violencia, tanto visibles como invisibles.¹
- ✗ En 2019 casi la **mitad de las víctimas** (47,2%) tienen entre **31 y 50 años** y el 28,1% entre 18 y 30 años. Además, se advierte que el **10,6%** del total de mujeres víctimas son **menores de edad** y el **14,1%** mujeres con más de **50 años**.²
- ✗ En 2019, las mujeres más jóvenes son las principales víctimas de la violencia sexual ejercida fuera del ámbito familiar: el **38,6%** de las víctimas de este tipo de violencia son **menores de edad**.³
- ✗ En 2019, las **denuncias** fueron presentadas por la propia víctima (72%), la policía (13%) o familiares (2'5%).⁴
- ✗ Según el mayor informe realizado hasta el momento, **62.000.000 de europeas** han sido víctimas de violencia de género. Es decir, **1 de cada 3 mujeres**.⁵
- ✗ El **14'3% de las estudiantes universitarias** sufre o ha sido víctima de violencia de género en su relación de pareja.⁶
- ✗ El **20%** se muestra de acuerdo con ideas como que el **hombre más agresivo es más atractivo**.⁷
- ✗ Más de la mitad de las personas **menores de edad** (52%) afirma haber visto **imágenes sexuales**, bien sea online u offline.⁸

^{1,2,3} Incidencia de la Violencia contra las Mujeres. Avance de datos. Emakunde (CAPV, 2019). ⁴ Observatorio contra la Violencia de Género del Consejo General del Poder Judicial (CGPJ 019). ⁵ Agencia de los Derechos Fundamentales de la Unión Europea, 2014. ^{6,7} Díaz Aguado-Jalón, M.J.; La juventud universitaria ante la igualdad y la violencia de género". ⁸ Informe de UNICEF: El Estado Mundial de la Infancia 2017



- **Cada segundo, 18 personas adultas son víctimas de ciberdelitos;** es decir, más de un millón y medio de víctimas cada día en todo el mundo¹¹.
- **El 46% de las personas internautas adultas han sido víctimas del cibercrimen en los últimos 12 meses.**
- **El 15% de las personas usuarias de redes sociales informa que alguien ha accedido sin permiso a su perfil y se han hecho pasar por ellas.**

VIOLENCIA DE GÉNERO Y NUEVAS TECNOLOGÍAS:

Hay determinadas manifestaciones del cibercrimen que afectan de manera desproporcionada a mujeres y chicas jóvenes, por la persistencia de la violencia de género. Las mujeres y especialmente las mujeres jóvenes han visto cómo al catálogo tradicional de manifestaciones de la misma se han ido añadiendo nuevas formas relacionadas con el manejo de Internet y el desarrollo de nuevas tecnologías. Las formas tradicionales de ejercer violencia se amplían con prácticas como:

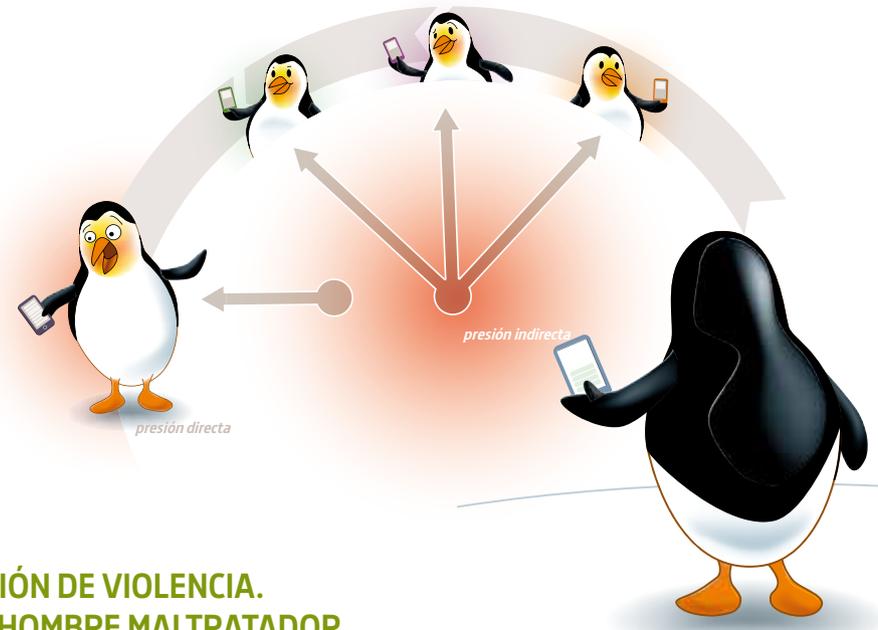
- Robo de contraseñas (o intento) para acceder a información personal,

- Falsificación de la identidad para actuar desde el anonimato,
- Críticas continuadas y revelación de intimidades de la pareja tras extinguirse la relación,
- Localización de direcciones para un posterior acoso físico,
- Prácticas de sexting...
- Presión permanente directa o indirectamente a través de amistades, familiares... para obtener información que pueda utilizarse con el fin de mantener el acoso.

¹¹ Estudio sobre cibercrimen Norton 2012.

- porqué no me contestas... 22:12
- con quién estás... 22:13
- dónde has ido... 22:14
- con quién te has encontrado... 22:15
- dónde estás ahora... 22:16
- estás en clase de inglés? 22:17
- Te estoy esperando en la puerta... 22:18
- necesito verte... 22:19
- seguro que estás con tu madre... 22:20
- Sé que me has leído 22:25
- Estás conectada 22:26

- ...sabes algo de ella?
- ¿con quién sale ahora?
- ¿sigue acudiendo a clases de inglés?



LA VIDA EN UNA RELACIÓN DE VIOLENCIA. LAS DOS CARAS DE UN HOMBRE MALTRATADOR



Control de todo y que te pidan explicaciones constantes, conocer todo incluso el pensamiento más recóndito. Vigilar, criticar, prohibir, montar escándalos, criticar amistades. Pretender que adivines sus pensamientos y sentimientos sin que él los diga.

Dar órdenes, culparte de todo, no asumir responsabilidades, no disculparse, amenazar con romper si no accedes a algo. Inducir sentimientos de lástima, decidir sin consultar, ser simpático con el resto aunque luego diga lo contrario a solas, chantaje para mantener relaciones, se irrita y tiene estallidos de violencia, es grosero, ...

la educación machista predispone a las mujeres a sufrirla porque les impide identificar las señales del maltrato

A DEBATE:

¿Con estas dos caras, que generalmente tiene un maltratador, de qué forma crees que afecta a la hora de que la mujer pueda hablar, detectar lo que ocurre y cómo responde la sociedad si se encuentra ante esto? Ver el vídeo: Sunshine. No confundir amor con abuso: <https://www.youtube.com/watch?v=eis6QZNIW3E> ¿Cómo crees que podrías ayudar a parar esto?

7^a PARTE

DIVERSAS FORMAS DE ABUSO / MALTRATO EN LAS NUEVAS TIC

La violencia no se inicia habitualmente con agresiones físicas sino con comportamientos de dominio y abuso, sin que, en muchas ocasiones, la adolescencia tenga conciencia de estar sufriendo dicha violencia.

¿Qué comportamientos de dominio y/o abuso conoces?

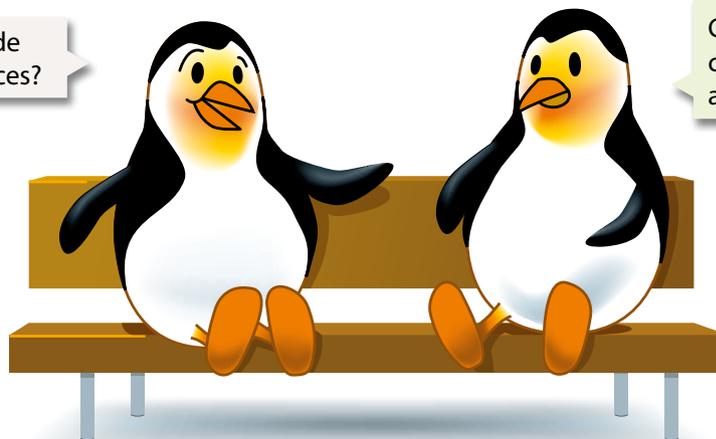
Las nuevas tecnologías han propiciado nuevos mecanismos para iniciar y mantener comportamientos de dominio y/o

abuso que pueden desembocar en graves consecuencias en el bienestar de la persona. Es por ello que en nuestro vocabulario se ha integrado nueva terminología que hace referencia a estas nuevas formas de ejercer acoso, muchas de ellas estrechamente relacionadas con género.

Destacamos las formas de abuso / maltrato más habituales:

- **Ciberacoso:** es un conjunto de comportamientos mediante los cuales una persona, un conjunto de ellas o una organización usan las TIC para hostigar a una o más personas.

¿Qué comportamientos de dominio y/o abuso conoces?



Control, posesión, celos, desprecios, aislamiento...

• **Ciberbullying:** es el conjunto de comportamientos que se desarrolla en sitios Web o blogs para difamar y/o acosar a compañeros y compañeras que forman parte del grupo de iguales (mismo centro escolar, del grupo de actividades o tiempo libre, etc).

• **Grooming:** Se define como el conjunto de estrategias que una persona adulta, generalmente de sexo masculino, desarrolla a través de Internet para obtener concesiones de tipo sexual de una persona menor de edad. El modus operandi para iniciar esta práctica puede ser directo o indirecto. Se considera directo cuando ha habido una estrategia de acercamiento, de engatusamiento, con el fin de ganarse la confianza de la persona menor de edad y obtener ese elemento de fuerza con el que iniciar el chantaje. Se considera indirecto cuando el depredador sexual no precisa de esas estrategias ya que accede a informaciones o imágenes de su víctima utilizando la fuerza (por ejemplo robo de contraseñas) o valiéndose de imágenes ya existentes colgadas en la red o emitidas por terceras personas (por ejemplo reproducción y reenvío de imágenes a través de whatsapp, facebook, tuenti,...).

• **Gossiping:** son foros de cotilleos y maldades sobre algunos compañeros del colegio o la escuela, con un riesgo tanto para el emisor como para el receptor. está en auge con WhatsApp o SnapChat.



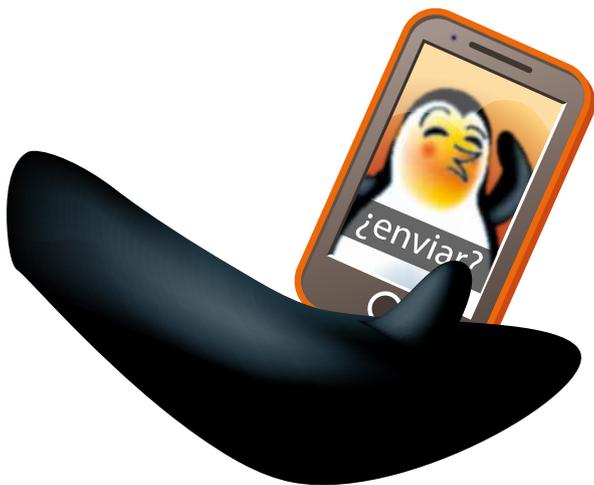
La existencia de imágenes eróticas puede llamar la atención de un depredador sexual y que éste considere que se sea persona candidata preferente para sus prácticas de acoso. Este tipo de depredadores pueden iniciar su práctica a partir de una imagen con una postura sexy y no necesariamente de un desnudo.

• **Sexting** consiste en la difusión o publicación de contenidos de tipo sexual (principalmente fotografías o vídeos), producidos por la persona remitente, utilizando para ello el teléfono móvil u otro dispositivo tecnológico.



“¿por qué nos hacemos este tipo de fotografías? ¿somos libre realmente para hacérmolas? o ¿los condicionamientos actuales los escondemos bajo una falsa sensación de libertad?”

En España, un 4% de los menores entre 10 y 16 años, dice haberse hecho a sí mismos fotos o vídeos en una postura sexy (no necesariamente desnudos ni eróticas) utilizando el teléfono móvil.



El 8'1% de los adolescentes españoles de 10 a 16 años declara haber recibido en su teléfono móvil fotos o vídeos de chicos o chicas conocidos en una postura sexy.

CON UN CLICK DE RATÓN LA PERSONA SE EXPONE A SER VÍCTIMA DE CIBERBULLYING, DE GROOMING Y DE SEXTORSIÓN.

• **Sextorsión** hace referencia al chantaje en el que alguien (menor o mayor de edad) utiliza los vídeos o imágenes de contenido erótico (no tiene porqué ser sexual puede iniciarse con una postura considerada sexy) para lograr algo de la persona víctima por medio de la amenaza de su publicación. El temor a la difusión de imágenes sensibles que puede generar la destrucción de la imagen pública de la persona puede llevar a la aceptación del chantaje. Éste suele consistir en seguir enviando vídeos o imágenes que cada vez son más comprometedoras. En muchas ocasiones el ciberagresor consigue así mayor compromiso dejando a la persona víctima en una situación en la que cree que no puede salir y en casos extremos provocar un encuentro físico entre ciberagresor y víctima, dejando a ésta en una situación de máxima vulnerabilidad.

SI RECONOCES ESTE TIPO DE SITUACIÓN O CONOCES A ALGUIEN QUE LO ESTÉ; **PIDE AYUDA** CUANTO ANTES A UNA ORGANIZACIÓN O PERSONA ADULTA QUE SEPA QUÉ HACER O QUE PUEDA BUSCAR LA AYUDA ESPECIALIZADA PARA PROTEGERTE

S.O.S.



• **Geolocalización y geotiquetado.** Son aplicaciones que permiten extraer de las imágenes o vídeos datos para la identificación o localización de las personas que aparecen en ellos. Estas aplicaciones suponen un riesgo para la integridad física. El geotiquetado es el proceso de adición de información geográfica a los metadatos de un fichero (imagen, audio o vídeo) lo que permite su definición en un espacio físico a partir del cálculo de su localización en un sistema de coordenadas geográficas.

• **Uso de programas espías:**

· *Spyware*. Programa que se utiliza para robar nuestros datos y rastrear nuestros movimientos por la red. Se instala en nuestro ordenador físicamente o través de un correo infectado. No se trata de un virus.

· *Spybubble*. Programa espía para teléfonos móviles inteligentes. Promociona localizar teléfonos móviles y se promociona como localizador de personas a través de su móvil.

· *Stalterware, también conocido como Spouseware*. Programas de software que permite a los/as usuarios ver los sms y @ de otra persona e incluso acceder a su cámara.



28 de enero es el
Día europeo de
protección de datos o
también conocido
Día de la privacidad



8ª PARTE

CIBERAGRESOR Y EJEMPLOS DE DIFERENTES SITUACIONES EN FUNCIÓN DEL TIPO DE HERRAMIENTA UTILIZADA

El **ciberacoso** no es más que una forma de acoso.

El **acosador offline** y el **ciberacosador** buscan una posición de poder sobre su víctima. Esta posición es su elemento de fuerza.

(Si te identificas en este apartado PIDE AYUDA)

“Se puede aprender a hacer las cosas de otra forma”



Las TIC facilitan una alternativa en ambos casos para acosar tanto cuando los canales de comunicación habituales han desaparecido (canales tradicionales; offline o canales online con la creación de una identidad falsa) como cuando se quiere incrementar el nivel de acoso.

Los ciberacosadores no tienen por qué tener las mismas características sociodemográficas que los acosadores offline. La diferencia radica en que el ciberacosador puede no ser un delincuente recurrente sino esporádico. El acosador offline suele tener una psique marcada por una personalidad dominante, narcisista, con baja autoestima, etc, y el ciberacosador puede no tener esos rasgos y actuar por motivaciones como la envidia, el despecho o los celos. Las posibilidades que ofrecen las TIC y el anonimato facilitan llevar a cabo estas conductas.

En todo caso, en el mundo online hay un único perpetrador, el que hace un uso inadecuado y dañino de imágenes... sin embargo quienes las ven y las hacen circular se convierten en perpetradores adicionales, ya que en caso contrario no se incrementaría el ritmo exponencial de expansión que se lleva a cabo.

“Recordemos los casos reales del apartado 3”.

Elementos en el uso de Internet que potencian los efectos del acoso:



 Tiene **mayor audiencia** (internautas del mundo)

 Es **recurrente** ya que se queda en la red para recordarlo una y otra vez

 Es **anónimo** por lo que puede ser cualquiera

14. ¿Qué situaciones de abuso se dan en función del medio utilizado (teléfono móvil, ordenador personal e Internet)? Identifícalas.

MEDIO	PRÁCTICA
TELÉFONO MÓVIL	<p>Presionar para enviar una imagen personal como “prueba de amor”</p> <p>Crear un perfil en el que se compartan intimidades, se realiza demandas y ofertas sexuales explícitas, etc. por parte de la víctima</p> <p>Dar de alta a la víctima en un sitio web donde se le pueda estigmatizar y ridiculizar</p> <p>Recibir mensajes con amenazas, insultos, comentarios ofensivos, etc.</p>
ORDENADOR PERSONAL	<p>Falsificar la identidad; para hacer comentarios ofensivos, participaciones inoportunas que provoquen reacciones negativas hacia quien en realidad es la víctima</p> <p>Distribuir imagen comprometida real o trucada</p> <p>Hacerse pasar por amistad o persona conocida para concertar un encuentro</p> <p>Buscar los datos de la imagen o archivo para localizar a la persona</p> <p>Acceder a la cuenta de correo electrónico de la víctima</p>
INTERNET	<p>Publicar comentarios ofensivos en redes sociales</p> <p>Recibir llamadas constantes, también a horas inoportunas</p> <p>Distribuir datos que perjudiquen a la persona víctima</p> <p>Acusar de no responder inmediatamente a los mensajes tras confirmar la conexión en whatsapp</p> <p>Detectar un programa espía</p> <p>Comprobar la información que la víctima facilita</p> <p>Crear un perfil falso en una aplicación de ligar o de contactos</p>

9ª PARTE

HERRAMIENTAS PARA PROTEGERNOS Y ROMPER RELACIONES ABUSIVAS / VIOLENTAS EN EL USO DE LAS TIC



Siguiendo las aportaciones de profesionales expertos en la materia las recogemos en las siguientes recomendaciones:

- **Contraseñas:** Recuerda que el nombre de usuario o usuaria y la contraseña es información íntima y privada que no se debe compartir con nadie. Una vez que la facilites ya no depende de tí qué se hace con ello.
- **Imágenes y vídeos comprometidos:** Cualquier fichero que se suba a Internet queda para siempre en la red. Aunque la borremos queda en el móvil o en el ordenador de las demás personas.
- **Servicios de localización:** Si están activados cualquier persona de nuestra lista de contactos puede saber en

todo momento dónde estamos. Empresas como facebook y Twitter los activa por defecto. Es necesario chequear periódicamente que esta información no es visible para nadie ni siquiera para nuestro propio equipo.

- **Configuración de la privacidad:** Cerrar al máximo el acceso para que únicamente las personas elegidas puedan tener acceso a nuestro perfil/muro. Es necesario conocer y configurar de forma detallada las opciones de privacidad.
- **Tener siempre presente que los datos suelen tener origen en uno/a misma.** Decimos demasiadas cosas sin reflexionar sobre su oportunidad en diferentes momentos o contextos.
- **Respetar a las demás personas:** No dar información sobre los contactos sin su consentimiento previo. No podemos responder por las conductas de las demás personas. Debemos ser conscientes que se nos puede incluir en un grupo sin consentimiento previo.

- **No ser participe del sexting:** ni creándolo, ni reenviándolo ni fomentándolo.

- **Siempre debemos configurar el móvil** como si pudiésemos perderlo.

- **Para solicitar la retirada de la imagen** debes ponerte en contacto con los/as administradores/as del sitio web donde está publicada. También puede instarse su eliminación a través de una denuncia ante la Agencia Española de Protección de Datos.

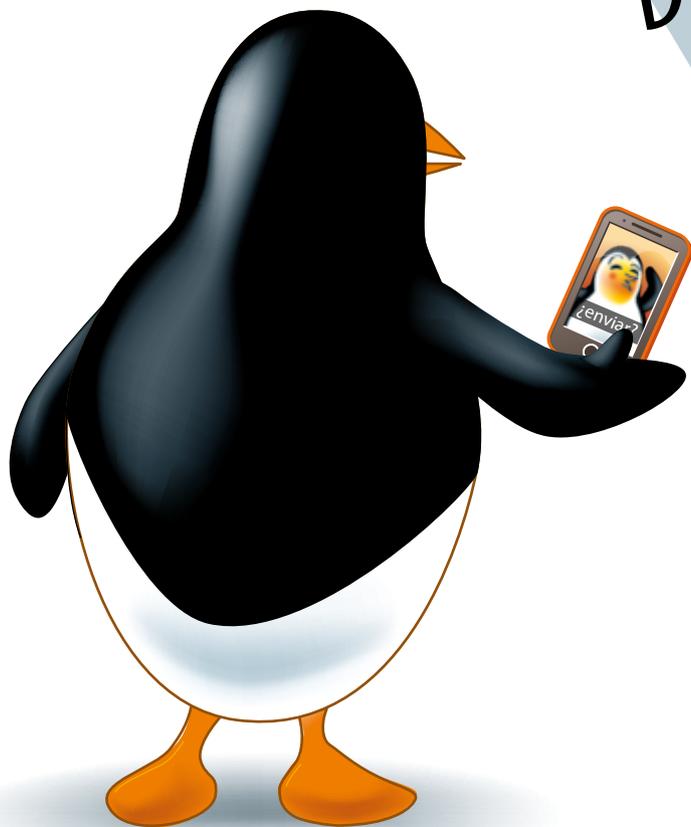
Si identificas presión o chantaje: PIDE AYUDA

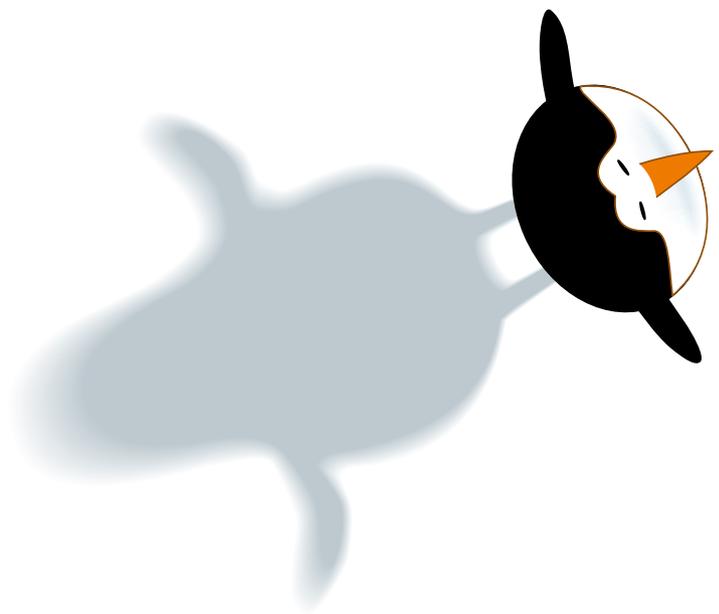
Intenta que siempre sea una persona adulta ya que nuestro entorno más inmediato o grupo de iguales tienen el mismo conocimiento que nosotros/as al respecto.

Si identificas que ejerces presión o chantaje: PIDE AYUDA



PIENSA ANTES
DE ENVIAR





LOS ORGANISMOS Y ASOCIACIONES ANTE LOS QUE INTERPONER UNA DENUNCIA Y/O RECIBIR APOYO SON:

• INCIBE

Instituto Nacional de Ciberseguridad. Ayuda en ciberseguridad

- Teléfono: 017

• Zeuk Esan

Teléfono de ayuda a la infancia y adolescencia. Gobierno Vasco. *Servicio de Agintzari, Cooperativa de Iniciativa Social*

- Teléfono: 11 61 11
- Más información en <http://www.euskadi.net/zeukesan>

• Fundación ANAR:

- Teléfono: 900 20 20 10

• Emergencias: Teléfono: 112

• Agencia Vasca de Protección de Datos:

www.avpd.es

• Oficina de Seguridad del Internauta:

<http://menores.osi.es>

• Guardia Civil

(Grupo de Delitos Telemáticos)

https://www.gdt.guardiacivil.es/webgdt/home_alerta.php

- Teléfono: 900.101.062 (Oficina de Atención al Ciudadano)

• Policía Nacional

(Brigada de Investigación Tecnológica)

<http://www.policia.es/bit/>

- Correo electrónico (consultas genéricas): delitos.tecnologicos@policia.es
- Correo electrónico (pornografía infantil): denuncias.pornografia.infantil@policia.es
- Teléfonos: 915.822.751 / 752 / 753 / 754 / 755

• Asociación Clara Campoamor

Asociación sin ánimo de lucro.

DEFENSA DE LOS DERECHOS DE LA MUJER, INFANCIA Y JUVENTUD.

- Teléfono: 945.288.850

• Protegeles.com

Asociación sin ánimo de lucro.

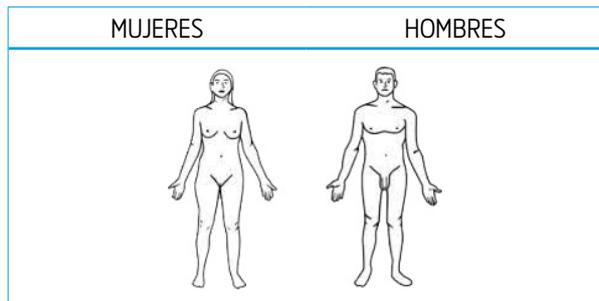
Centro de Seguridad en Internet para las personas menores de edad, auspiciado por la Comisión Europea en España, así como la organización responsable de la línea de denuncia contra la pornografía infantil.

- Correo electrónico: contacto@protegeles.com
- Web: www.protegeles.com
- Teléfonos: 91.7400019

ANEXO CON RESPUESTAS

1ª PARTE: ¿Qué entendemos por adolescencia?

• PROCESO BIOLÓGICO



1. Define las características de mujeres y hombres:

De nuestros veintitrés pares de cromosomas, nos diferenciamos únicamente en un par. Es una diferencia tan mínima que por sí misma no explica casi nada acerca del por qué somos tan desiguales.

Entonces en esta cuestión, aspecto biológico...

¿En qué nos diferenciamos biológicamente las mujeres y los hombres?

En un par de cromosomas.

• PROCESO SOCIAL

2. Identifica los estereotipos y atributos que la sociedad indica que acompañan a cada sexo. Resolución de Ejercicio:

- Femenino:

- Estereotipos: Sensibilidad, ternura, fidelidad, dependencia, introversión, apacibilidad, responsabilidad tareas domésticas.
- Atributos: Persona delicada, persona insegura, persona sumisa.

- Masculino:

- Estereotipos: Trabajo remunerado, racionalidad, expresividad.

- Atributos: Persona práctica, persona razonable, persona valiente, persona fuerte, persona independiente, persona activa.

3. ¿Cuáles consideras que son estereotipos y roles superados y los que aún persisten?

En realidad, todos los estereotipos y roles se mantienen, ya que sólo han cambiado de apariencia.

La percepción acerca de los avances en todos los ámbitos de la vida política, social, económica y cultural en la transformación social hacia la igualdad está condicionada por los intereses existentes para no realizar los cambios suficientes en pro de este objetivo.

La mejor manera de hacerlo es generar en la sociedad una falsa sensación de igualdad. Distorsionando la misma se mantiene todavía los estereotipos y atributos que rechazamos sean similares a épocas anteriores. Sin embargo estos estereotipos y atributos se mantienen tal y como vemos en el ejercicio anterior cuando pensamos en relación a ser mujer y a ser hombre. Pongamos como ejemplo cómo nos dirigimos como personas hacia un bebé chico o una bebé chica (tono de voz y expectativas sobre cómo se comportará o actuará de mayor. Incluso qué juguetes y colores se les asigna hoy en día a cada uno/a de ellas). Siendo sinceros y sinceras, todavía de manera simbólica se continúa proyectando casi de manera automática la imagen de lo que es ser mujer u hombre.

Los datos objetivos al respecto, respalda tales afirmaciones. La Agencia de los Derechos Fundamentales de la Unión Europea (FRA) presentó en octubre de 2014 los resultados del mayor informe realizado a escala de la Unión Europea sobre violencia de género:

- Se calcula que 13 millones de mujeres en la UE han experimentado violencia física y 3,7 millones de mujeres han sufrido violencia sexual en la pareja.
- El 33% de las mujeres en España han sufrido violencia psicológica por parte de su pareja (actual o pasada).

- El 55% de las mujeres de la UE y el 50% de las mujeres en España han sufrido acoso sexual en algún momento de su vida desde los 15 años.
- El 53% de las mujeres de la UE procuran evitar ciertos lugares o situaciones, al menos en ocasiones, por temor a ser víctimas de agresiones físicas o sexuales. El número de hombres que limitan sus movimientos es mucho más reducido.
- El 11% de las mujeres europeas han recibido correos electrónicos o sms no deseados, ofensivos y sexualmente explícitos, o insinuaciones inapropiadas y ofensivas en páginas de redes sociales o en chats de Internet en algún momento desde que tenían 15 años.

Comparando todas estas cifras con las referidas a los hombres nos encontramos con unos porcentajes muchísimo más reducidos, casi insignificantes.

4. ¿Crees que hay estereotipos peligrosos?

Si. Todo estereotipo que diferencie a las personas por género es peligroso puesto que sirven para anclar elementos que perpetúan la desigualdad de generación en generación.

Cualquier estereotipo que marque o predetermine diferencias entre las personas por cuestiones de sexo no permite una sociedad igualitaria y justa. Todas las personas por el hecho de ser personas tienen la misma valía y los mismos derechos.

2ª PARTE: Relaciones Sociales

5. ¿Crees que continúan existiendo las diferencias en función del sexo? De ser así, ¿qué ejemplos eres capaz de dar?

Sí. Existen y seguirán existiendo diferencias siempre que se mantengan los estereotipos atribuidos en función de ser mujer u hombre. Es cierto que ha habido avances formales en la lucha a favor de la igualdad, pero las diferencias se mantienen y se justifican de otra manera. Por ejemplo, hasta el año 1931 las mujeres no podían votar porque eran consideradas incapaces para intervenir en la política y se limitaban sus relaciones al contexto que socialmente se entendía que se correspondía a su sexo, es decir, el ámbito privado.

Hasta esa fecha la desigualdad entre mujeres y hombres se reflejaba también en la estructura socio-política.

En la actualidad, si bien actuamos como personas iguales nos olvidamos que estamos condicionados por estereotipos que se nos asignan desde nuestro nacimiento. Tenemos los mismos derechos, pero no las mismas oportunidades ya que tanto hombres como mujeres se les siguen atribuyendo expectativas conductas y comportamientos relacionados con su sexo. Un ejemplo de lo anterior es que se continúan manifestando diferencias en las relaciones afectivo-sexuales en función de si eres mujer o hombre. No se considera igual que un chico se relacione con muchas chicas o que una chica tenga muchas relaciones amorosas.

6. Fíjate en la primera imagen. Teniendo en cuenta la diferencia que existe a la hora en que niñas y niños somos socializadas/os, ¿cómo crees que se relacionan entre ellas/os?

Las mujeres y los hombres se relacionan bajo una ilusión de igualdad. Al ser socializados de manera diferenciada, cada una/o adopta de manera inconsciente los roles y actitudes que se espera de ella/él en función de si es mujer u hombre. Las actitudes que se espera de cada uno de los sexos, aunque parecen arcaicas, continúan interiorizadas y marcan el tipo de relación que se establece entre ellas/os:

Las mujeres son más sensibles, se les permite llorar y mostrar sus emociones. Son más sumisas. Las mujeres deben mantener y reproducir el ideal de belleza socialmente aceptado. Algunas características asociadas a las mujeres serían las siguientes: dependientes, débiles, emocionales, frágiles, volubles, pacificadoras, calidad, pasivas, habladoras, complacientes, maternas, pacientes y cuidadoras.

Los hombres son fuertes, activos y cualquier muestra emocional es considerada una debilidad. Algunas características que se espera de ellos: ser ambiciosos, desordenados, independientes, dominantes, hábiles, poderosos, importantes, líderes, protectores, agresivos, seguros, jefes, fuertes, estoicos y autoritarios.

Incluso si la incorporación de las mujeres al mundo laboral (ámbito históricamente considerado “de los hombres”)

supuso un salto, las tareas domésticas y de cuidado siguen realizándose, mayoritariamente, por las mujeres, reforzando las características socialmente asignadas.

7. Revisa las nuevas masculinidades. ¿Identificas alguna de ellas en tu entorno?

Las nuevas masculinidades se pueden entender como un movimiento que busca la igualdad entre hombres y mujeres a través de la ruptura de los modelos tradicionales sobre la masculinidad. Por si todavía tienes dudas sobre qué son las nuevas masculinidades, vamos a romper algunos falsos mitos acerca de este tipo de masculinidad alternativa.

- Las nuevas masculinidades quieren romper la idea de hombre. **FALSO**
- Las nuevas masculinidades buscan que cada hombre exprese su género como quiera. **VERDADERO**
- El machismo solo es perjudicial para las mujeres. **FALSO**
- Los hombres también son víctimas del machismo: Una sociedad machista hace que los hombres sientan que deben actuar según el estereotipo de cómo tiene que ser su género y sean reacios a mostrar vulnerabilidad. **FALSO**
- Solo hay una forma de ser hombre, y es lo contrario a ser mujer. **FALSO**
- No hay una forma única de ser hombre: Cada hombre es libre de asumir la masculinidad como lo prefiera según su personalidad y todas las visiones son válidas. **FALSO**
- Las nuevas masculinidades solo afectan a los hombres.
- Las nuevas masculinidades también afectan a las mujeres: Si cambian los estereotipos negativos de género las mujeres ganan al vivir en una sociedad con menos violencia y más igualitaria. **VERDADERO**

8. ¿Por qué medio te relacionas más? En el caso de que sea el medio online, ¿cuáles son las TICs que más utilizas y para qué?

Las redes sociales, también son conocidas como mundo virtual. Normalmente son aplicaciones que nos permiten intercambiar información entre personas. Cuando hablamos de redes sociales, las más utilizadas son Whatsapp, Instagram, Skype, Facebook, Twitter, Snapchat o TikTok.

Sin embargo, no todas ellas tienen la misma función. Whatsapp, por ejemplo, es una aplicación de mensajería para smartphones mientras que Skype permite hacer llamadas y videollamadas individuales y grupales de manera gratuita. Por su parte, Instagram o Facebook son aplicaciones cuya función principal es poder compartir fotografías y videos con otras/os usuarias/os.

Todas ellas muestran diferentes modos de relacionarse en un espacio virtual.

3ª PARTE: Información Personal vs. Información Íntima

9. ¿Dónde está la diferencia?

- **Información Personal:** hace referencia a los datos de identificación de la persona (nombre, apellidos, nº de DNI, fecha de nacimiento, etc.)
- **Información Íntima:** hace referencia a los aspectos de nuestra vida privada (sentimientos, pensamiento, estado anímico, relaciones, etc.).

10. ¿Por qué otro medio crees tú que alguien pueda obtener imágenes personales?

No existe una lista cerrada de las formas en que nos puedan acosar a través de Internet. Es por ello que nos debemos centrar en potenciar la autoprotección de nuestra intimidad. Debemos potenciar la autoprotección de nuestra intimidad.

4ª PARTE: Nuevas tecnologías. Ventajas y desventajas

11. ¿Añadirías alguna ventaja y/o desventaja en función del sexo?

Las ventajas son similares para cualquier persona independientemente a su sexo.

La desventaja viene de la vulnerabilidad femenina debido al desigual etiquetaje y valoración social a la que se someten hábitos y comportamientos de las mujeres en relación a los hombres. Esta situación genera que se limite la libertad y autonomía en el uso de las nuevas tecnologías

5ª PARTE: Relaciones de amor

12. [Buscar mitos del amor romántico, ponerlo en común y analizar cómo los incorporamos en nuestras vidas y de qué manera influyen en los componentes que implica una relación de amor.](#)

Los mitos surgen ante la percepción de que una relación valiosa o significativa está amenazada y puede llegar a perderse o a deteriorarse como consecuencia de la aparición de una tercera persona, con independencia de que la persona sea real o imaginada y puede tener manifestaciones conductuales o fisiológicas diversas dependiendo de las diferencias individuales, sociales, culturales, etc. Mitos:

“EL AMOR LO PUEDE TODO”

- **Falacia del cambio por amor:** Creer que las personas cambian por amor a partir de la premisa errónea de que “el amor lo puede todo”. Esta creencia puede llevar a aceptar y tolerar comportamientos de la pareja claramente ofensivos desde el conocimiento que los cambiará porque “te ama”.
- **Mito de la omnipotencia del amor:** “da por sentado” que es suficiente con el amor para superar todos los obstáculos que surjan en una relación
- **Normalización del conflicto**
- **Creencia que los polos opuestos se atraen y se entienden mejor:** está relacionado con la normalización o minimización del conflicto. La realidad parece demostrar que cuantas más cosas se tienen en común, mejor se entienden las parejas.
- **Mito de la compatibilidad del amor y el maltrato:** considerar que amar es compatible con dañar. Este tipo de creencias tienden a justificar el maltrato.

- **Creencia que el amor verdadero lo puede y/o lo aguanta todo:** creencia que en ocasiones muy frecuentes da pie a la utilización de argumentos basados en el chantaje con el que manipular la voluntad de la pareja (víctima) imponiéndole sin consideración alguna los criterios propios: “si no me perdonas, es que no me amas de verdad”.

“EL AMOR VERDADERO PREDESTINADO”

- **Mito de la media naranja:** o creencia basada en que elegimos a la pareja que de algún modo “tenemos predestinada” y que, en el fondo, es la única elección posible.
- **Mito de la complementariedad:** la necesidad del amor de pareja para sentirse completo/a en la vida.
- **Creencia que solo hay un amor verdadero en la vida:** esto es, “que solo se quiere de verdad una vez y, si se deja pasar nunca más se volverá a encontrar”

“EL AMOR ES LO MÁS IMPORTANTE Y REQUIERE DE UNA ENTREGA TOTAL”

- **Falacia del emparejamiento** y conversión del amor de pareja en el centro y la referencia de la existencia personal, relegando todo lo demás en la vida y entendiendo que sólo se puede ser feliz en la vida si se tiene pareja
- **Atribución de la capacidad de dar felicidad al otro/a,** es decir, la capacidad de dar felicidad se le atribuye por completo a la pareja
- **Falacia de la entrega total:** idea de “fusión con el otro”, olvido de la propia vida, dependencia de la otra persona y adaptación a ella, postergando y sacrificando lo propio sin esperar reciprocidad ni gratitud.
- **Creencia en la que se entiende el amor como despersonalización,** sacrificar el yo para identificarse con el otro/A, olvidando la propia identidad y la vida.
- **Creencia en que si se ama de verdad debe renunciarse a la intimidad:** no pueden existir secretos y la pareja debe saber todo sobre la otra parte.

“EL AMOR ES POSESIÓN Y EXCLUSIVIDAD”

- **Mito de los celos:** o creencia que los celos son una muestra de amor, incluso el requisito indispensable de un verdadero amor, estrechamente ligado a la concepción del amor como posesión y desequilibrio de poder en las relaciones de pareja.

6ª PARTE: Relaciones de amor y maltrato

13. Solemos elegir a las amistades entre aquellas que más nos gratifican, que más nos respetan y que más compensaciones emocionales y afectivas nos dan. Sin embargo, cuando nos relacionamos a nivel de pareja es posible que nos relacionemos con personas que además de gratificarnos nos llenan de amargura, sufrimiento y daño. ¿Cómo se puede explicar esto?, ¿por qué no lo admitiríamos en otro contexto?

Al ser seres sociales, como hemos visto al inicio, nos impregnamos de los mensajes que la sociedad ha creado para existir como tal y mantenerse cohesionada bajo criterios predeterminados.

Entre los criterios predeterminados por la sociedad, en lo que respecta al amor se recogen una serie de supuestos acerca de su “verdadera naturaleza” a los que se les denominan “mitos del amor romántico”. Estos se mantienen vivos hasta nuestros días y se perpetúan en la literatura, la música o el cine que los alimentan con fuerza creciente y se transmiten con esa misma fuerza a las nuevas generaciones.

Los mitos del amor romántico están muy presentes en las primeras relaciones sentimentales de adolescentes y jóvenes presentándose como supuestos que se han de cumplir en las relaciones de pareja. Asumir que “por amor todo vale”, que “el amor es sufrimiento”, “que sin celos no hay amor”, etc. nos pone en una situación en la que además de experimentar gratificación, damos por válido y necesario que se ha de experimentar cierto grado de sufrimiento, amargura y daño, lo que contribuye a aumentar la tolerancia a las relaciones abusivas.

Además, dentro de este constructo social, como “el amor lo puede todo”, se nos hace creer que tenemos una especie de

poder por el que interiorizamos que somos capaces de hacer cambiar o mejorar a las personas. De este modo asumimos la responsabilidad de cambiar aquellos aspectos negativos de la otra persona pensando que “de esta forma va a ser mejor” y como esto no es posible (no tenemos poderes mágicos) nos culpabilizamos por ello y quitamos la responsabilidad exclusiva de las personas que nos generan daño.

8ª PARTE: Ciberagresor y ejemplos de diferentes situaciones en función del tipo de herramienta utilizada

14. ¿Qué situaciones de abuso se dan en función del medio utilizado (teléfono móvil, ordenador personal e Internet)? Identifícalas en la tabla que aparece abajo.

MEDIO	PRÁCTICA
Teléfono móvil ordenador / Internet	Presionar para enviar una imagen personal como “prueba de amor”
	Crear un perfil en el que se compartan intimidades, se realiza demandas y ofertas sexuales explícitas, etc. por parte de la víctima
	Dar de alta a la víctima en un sitio web donde se le pueda estigmatizar y ridiculizar
	Recibir mensajes con amenazas, insultos, comentarios ofensivos, etc.
	Falsificar la identidad; para hacer comentarios ofensivos, participaciones inoportunas que provoquen reacciones negativas hacia quien en realidad es la víctima
	Distribuir imagen comprometida real o trucada
	Hacerse pasar por amistad o persona conocida para concertar un encuentro
	Buscar los datos de la imagen o archivo para localizar a la persona
	Acceder a la cuenta de correo electrónico de la víctima
	Publicar comentarios ofensivos en redes sociales
	Recibir llamadas constantes, también a horas inoportunas
	Distribuir datos que perjudiquen a la persona víctima
	Acusar de no responder inmediatamente a los mensajes tras confirmar la conexión en whatsapp
	Detectar un programa espía
Comprobar la información que la víctima facilita.	



BIBLIOGRAFÍA

• ASOCIACIÓN PARA EL PROGRESO DE LAS COMUNICACIONES (APC), (2012): *Voces desde espacios digitales: Violencia contra las mujeres relacionada con la tecnología*. Recuperado en mayo 2020, in <http://www.apc.org/es/pubs/voces-desde-espacios-digitales-violencia-contra-la>

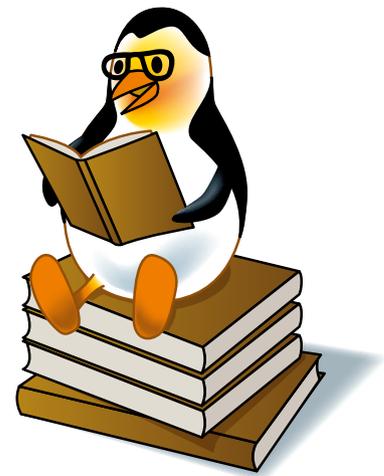
• AYUNTAMIENTO DE BOADILLA DEL MONTE (2008): *Guía de prevención de la violencia de género en adolescentes*. Recuperado en mayo 2020, in <http://adolescentesinviolenciadegenero.com/download/adolescentes/guia%20boadilla.pdf>

• AYUNTAMIENTO DE SEVILLA. *Delegación de la Mujer (2012) : Educar en igualdad. Cuadernillo de prevención de la violencia de género en el alumnado*. Recuperado en mayo 2020, in <http://www.sevilla.org/ayuntamiento/areas/area-de-familia-asuntos-sociales-y-zonas-de-especial-actuacion/a-mujer/violencia-de-genero/educar-en-igualdad/cuadernillo-para-el-profesorado>

• CASADO CABALLERO, Vanesa (2012): *Violencia de género y nuevas tecnologías*. Recuperado en mayo 2020, in <http://www.congresoestudioviolencia.com/2012/ponencias/Vanessa-Casado.pdf>

• CENTRO REINA SOFÍA, (2015): *Jóvenes y género. el estado de la cuestión*. Recuperado en mayo 2020, in <http://adolescentesinviolenciadegenero.com/el-machismo-en-la-juventud/>

• CHILDREN'S LEGAL EDUCATION ADAPTED RESOURCES (2014): *Los derechos, las leyes y tú. El derecho a ser prote-*



gido contra la violencia. Publicado por Save the Children Romania en diciembre 2014.

• CHILDREN'S LEGAL EDUCATION ADAPTED RESOURCES (2014): *Adolescentes, sus derechos y la ley. Una guía para facilitadores*. Publicado por Save the Children Romania en diciembre 2014.

• COMUNIDAD AUTÓNOMA DE LA REGIÓN DE MURCIA (2013): *Unidad didáctica "Prevención de la violencia de género en jóvenes y adolescentes"*. Recuperado en mayo 2020, in http://violenciadegenero.carm.es/export/sites/default/lineas_actuacion/prevencion/actuaciones/_descargas/U.D.Violencia_de_Gxnero_Secundaria.pdf

- DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN, UNIVERSIDADES E INVESTIGACIÓN DEL GOBIERNO VASCO, FUNDACIÓN EUSKALTEL Y EHIGE-CONFEDERACIÓN DE ASOCIACIONES DE MADRES Y PADRES DE LA ESCUELA PÚBLICA VASCA (2007): *Familia, televisión e internet ¿tenemos el enemigo en casa?. Pautas para el consumo seguro y crítico de las pantallas*. Recuperado en mayo 2020, in <http://www.ehige.org/familiatelevisioninternet/im/guia.pdf>
- DIPUTACIÓN FORAL DE ÁLAVA, Dirección de Promoción Social (2014): *Guía para la elaboración de propuestas con perspectiva de género*. Recuperado en mayo 2020, in www.alava.net/.../Satellite?...filename%3DGUIA+PERSPECTIVA+GENERO
- DIRECCIÓN GENERAL DE LA MUJER. *Consejería de Asuntos Sociales. Comunidad de Madrid. Línea ayuda on line para las adolescentes víctimas de violencia de género en sus relaciones de pareja y sus familias*. Recuperado en mayo 2020, in http://www.madrid.org/cs/Satellite?blobcol=urldata&blobheader=application%2Fpdf&blobheadername1=Content-Disposition&blobheadervalue1=filename%3DPAGINA_WEBguiadolescentesFinal.pdf&blobkey=id&blobtable=MungableBlobs&blobwhere=1352815565047&ssbinary=true
- EMAKUNDE. *Incidencia de la Violencia contra las Mujeres. Avance de datos. (CAPV, 2019)*. Recuperado en mayo 2020, in https://www.emakunde.euskadi.eus/contenidos/informacion/violencia_evaluacion_informes/es_def_adjuntos/2019.incidencia_violencia_avance_datos.pdf
- ESTÉBANEZ, Ianire, (2012): *Del amor al control a golpe de click. La violencia de género en las redes sociales*. Recuperado en mayo 2020, in <http://minoviomecontrola.com/ianire-estebanez/Ponencia.Del-amor-al-control-a-golpe-de-click.-La-violencia-de-genero-en-las-redes-sociales.Ianire-Estebanez.pdf>
- FLORES FERNÁNDEZ, Jorge (2011): *Pantallas amigas. Decálogo para combatir el Grooming en internet*. Recuperado en mayo 2020, in <http://www.pantallasamigas.net/proteccion-infancia-consejos-articulos/decalogo-para-combatir-el-grooming-en-internet.shtm>
- FLORES FERNÁNDEZ, Jorge (2010): *Pantallas amigas. Sexting, una práctica de riesgo*. Recuperado en mayo 2020, in <http://www.pantallasamigas.net/proteccion-infancia-consejos-articulos/sexting-una-practica-de-riesgo.shtm>
- FLORES FERNÁNDEZ, Jorge (2011): *Pantallas amigas. Seis recomendaciones para la protección de la privacidad de los adolescentes en las redes sociales*. Recuperado en mayo 2020, in <http://www.pantallasamigas.net/proteccion-infancia-consejos-articulos/seis-recomendaciones-para-la-proteccion-de-la-privacidad-de-los-adolescentes-en-las-redes-sociales.shtm>
- FLORES FERNÁNDEZ, Jorge (2011): *Pantallas amigas. Diez claves para la protección online de la infancia y la adolescencia*. Recuperado en mayo 2020, in <http://www.pantallasamigas.net/proteccion-infancia-consejos-articulos/diez-claves-para-la-proteccion-online-de-la-infancia-y-adolescencia.shtm>
- GARAIGORDOBIL, Maite y MARTÍNEZ-VALDERREY, Vanesa (2014): *Efecto del Cyberprogram 2.0 sobre la reducción de la victimización y la mejora de la competencia social en la adolescencia*. Recuperado en mayo 2020, in <http://www.siis.net/documentos/ficha/216921.pdf>
- GOBIERNO DE CANARIAS. *Instituto Canario de Igualdad (2009): mp4 ¿reproduces sexismo?*. Recuperado en mayo 2020, in http://www.gobiernodecanarias.org/igualdad/inicio/sms_aplicacion/mp4.html
- INSTITUTO ANDALUZ DE LA MUJER. *Andalucía Detecta*. Recuperado en mayo 2020, in <http://www.juntadeandalucia.es/iamindex.php/areas-tematicas-coeducacion/campana/proyecto-detecta>
- INSTITUTO NACIONAL DE TECNOLOGÍAS DE LA COMUNICACIÓN (INTECO) (2011): *Guía sobre adolescencia y sexting: qué es y cómo prevenirlo*. Recuperado en mayo 2020, in <http://es.slideshare.net/saavedrapino/guia-adolescentes-y-sexting-que-es-y-como-prevenirlo>
- MINISTERIO DE SANIDAD, SERVICIOS SOCIALES E IGUALDAD (2012): *El ciberacoso como forma de ejercer la violencia*

cia de género en la juventud. Un riesgo en la sociedad de la información y del conocimiento. Recuperado en mayo 2020, in http://www.msssi.gob.es/ssi/violenciaGenero/publicaciones/estudiosinvestigaciones/PDFS/EL_Cibera-cos_Juvent.pdf

• MUJERES FUNDACIÓN. *Coeducación y mitos del amor romántico*. Recuperado en mayo 2020, in http://www.fundacionmujeres.es/files/attachments/Documento/46001/image/_BOLETIN%20FM%2093.pdf

• OBSERVATORIO CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO DEL CONSEJO GENERAL DEL PODER JUDICIAL 2019. *Recuperado en mayo 2020*, in <http://www.poderjudicial.es/cgpj/es/Temas/Violencia-domestica-y-de-genero/Actividad-del-Observatorio/Datos-estadisticos/La-violencia-sobre-la-mujer-en-la-estadistica-judicial--Anual-2019>

• SERVICIO DE MUJER DEL MÓDULO PSICOSOCIAL DE DEUSTO-SAN IGNACIO (2012): *Chicas que eligen cuándo, cómo y con quién*. Recuperado en mayo 2020, in <https://yoligoyodecido.files.wordpress.com/2012/02/miniguia-yo-ligo-yo-decido.pdf>

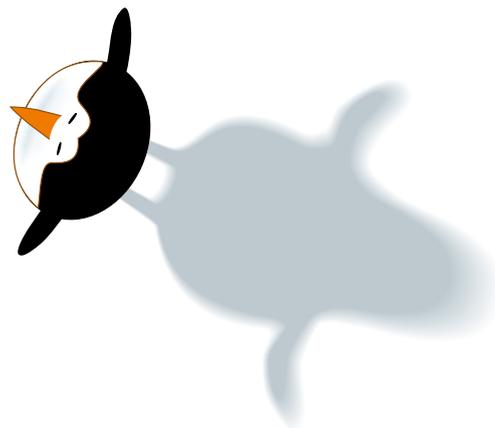
• SEP Secretaría de Educación Pública. *Proyecto: Suma por la Igualdad Educativa*. Recuperado en mayo 2020, in <http://genero.seg.guanajuato.gob.mx/2016/05/25/1513/>

• SUNSHINE. *No confundir amor con abuso*: <https://www.youtube.com/watch?v=eis6QZNIW3E>

• UNICEF: *El Estado Mundial de la Infancia 2017*. Recuperado en mayo 2020, in https://www.unicef.org/spanish/publications/files/SOWC_2017_SP.pdf

• VARELA, Nuria. *La media naranja, el amor todo lo puede y otros mitos*. Recuperado en mayo 2020, in <http://nuriavarela.com/la-media-naranja-el-amor-lo-puede-todo-y-otros-mitos/>

• VIDA SIN VIOLENCIA (VSV), (2015): *Información para jóvenes y adolescentes*. Recuperado en mayo 2020, in <http://www.guiaviolenciadegenero.com/jovenes.php>



SÉ LO QUE PUBLICASTE EN EL ÚLTIMO MINUTO

Guía para jóvenes de entre 12 y 18 años



Asociación Clara Campoamor
Junio 2020