

>>> GUÍA DIDÁCTICA <<<

FOLLOW VIOLETA

**Educación digital con perspectiva de género
para la prevención de violencias y la promoción
del buen uso satisfactorio de internet**



**Material elaborado dentro del proyecto "Redes Sociales
con Criterio: Desengáñate, Desengánchate"**

Diciembre 2022

Coordinación: **Ana Delso Atalaya** | | Autora: **Norma Ageitos Urain**

Maquetación: GEA COOP | Impresión: **GEA COOP**

Asociación TRABE

Proyecto “Redes Sociales con Criterio: Desengáñate, Desengánchate”

Financiado por Instituto de la Mujer de Castilla-La Mancha, dentro de la línea de ayudas para la promoción de sus fines y valores, y con cargo a los créditos recibidos del Ministerio de Igualdad, Secretaría de Estado de Igualdad y contra la Violencia de Género



ÍNDICE

INTRODUCCIÓN A LA GUÍA	4
CAPÍTULO 1. ACOMPAÑAR SEXUALIDADES ADOLESCENTES Y JÓVENES EN LA ERA DIGITAL	7
CAPÍTULO 2. DESEAR, INTERACTUAR Y RELACIONARSE EN LA ERA DIGITAL COMO ADOLESCENTE	16
CAPÍTULO 3. LA PREVENCIÓN TAMBIÉN SE APLICA A LAS REDES	31
CAPÍTULO 4. INFLUENCER VIOLETA	42
CONCLUSIONES	45
RECURSOS DE INTERÉS	46

INTRODUCCIÓN A LA GUÍA

¿Qué es “Follow Violeta”?

La guía “Follow Violeta” es el resultado del proyecto “Redes Sociales con Criterio: Desengáñate, Desengánchate” desarrollado por la Asociación Trabe en Castilla-La Mancha en el año 2022

Un proyecto financiado por Instituto de la Mujer de Castilla-La Mancha, dentro de la línea de ayudas para la promoción de sus fines y valores, y con cargo a los créditos recibidos del Ministerio de Igualdad, Secretaría de Estado de Igualdad y contra la Violencia de Género.

Además de la presente herramienta educativa pensada para contextos formales y no formales de la educación, el proyecto también ha contado con el desarrollo de una campaña de sensibilización dirigida a población joven a través de las redes sociales Instagram y TikTok (@juventudsinetiquetas).

Objetivos: ¿Qué vamos a conseguir con esta guía?

Tal como se ha mencionado en la introducción, la presente guía tiene por objetivo responder a las necesidades actuales en materia de Educación Digital y Educación Sexual Integral con perspectiva de género a desarrollar en contextos tanto formales como no formales de la educación.

Es decir, pretende ser una herramienta que responde al momento actual donde cada vez menores obtienen antes un acceso directo y autónomo a internet. En este contexto se vuelve realmente necesario integrar el mundo virtual como parte relevante de los espacios de socialización y por lo tanto, la educación desde un prisma no discriminatorio ni sexista como parte elemental de la educación en materia de alfabetización digital.

Objetivo principal

- ↘ El objetivo principal de la presente guía es ofrecer herramientas prácticas y teóricas para desarrollar una correcta intervención en materia de Educación Digital y Educación Sexual Integral

Objetivos específicos

- ↘ Promover un correcto y satisfactorio uso de las redes sociales virtuales como espacios de socialización de alta relevancia para las personas jóvenes.
- ↘ Prevenir las violencias que pudieran darse a través de las redes.

- ▾ Sensibilizar y concienciar sobre la importancia de la incorporación de la perspectiva de género en cuestiones relacionadas con la alfabetización digital.



Metodología y estructura de la guía

La presente guía está compuesta por 4 capítulos temáticos y uno final de conclusiones que permitirán profundizar en los conocimientos teóricos y prácticos necesarios para dar respuesta a algunas de las cuestiones relevantes en cuanto a trabajar la alfabetización digital con perspectiva de género en el contexto ya presentado.

Antes de comenzar: Introducción al marco teórico y práctico de intervención

Antes de adentrarnos por completo en la guía se deben hacer dos anotaciones respecto a la misma.

En primer lugar, cabe mencionar que todo el material teórico incluye lo que serían las devoluciones teóricas de quienes pretendan aplicar de manera práctica las dinámicas que esta guía ofrece. De esta manera, no solo incluye conocimiento teórico que ayuda al profesorado a tener una lectura en profundidad de las problemáticas que se quieren prevenir y de los buenos tratos que se quieren promover, sino que también son parte elemental de los contenidos a compartir con el alumnado con el que se trabaje.

En segundo lugar, es importante subrayar que la presente guía se ha conformado desde una mirada interdisciplinar, reuniendo y entrelazando una estructura frutosa de saberes y áreas de conocimiento cuyo diálogo no siempre es tan claro u obvio.

En tercer y último lugar, se quiere indicar que no es pretensión en esta guía establecer un programa o un proyecto adaptado a cualquier realidad o contexto educativo, sino ofrecer algunas herramientas tanto prácticas como teóricas de las que poder extraer los recursos necesarios y adaptarlos a cada contexto. Sin más que añadir, damos pie a los capítulos temáticos.



ACOMPañAR SEXUALIDADES ADOLESCENTES Y JÓVENES EN LA ERA DIGITAL

Desde la teoría

En un mundo globalizado, con las TRIC (Tecnologías de las Relaciones, la Información y la Comunicación) omnipresentes y cada vez más dispositivos parece más complejo que nunca acompañar las sexualidades de jóvenes y adolescentes en contextos educativos. De ahí que en primer lugar y antes de profundizar en las dificultades y los retos del contexto actual y en las vías de prevenir las violencias digitales debamos detenernos a comprender el propio concepto de sexualidad y a reflexionar sobre su relevancia en el periodo de la adolescencia.

Para ello nos es imprescindible acudir, por ejemplo, a la definición que nos ofrece la Organización Mundial de la Salud (OMS) del concepto de “sexualidad”: “Un aspecto central del ser humano, presente a lo largo de su vida. Abarca al sexo, las identidades y los papeles de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la reproducción y la orientación sexual. Se vivencia y se expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas, prácticas, papeles y relaciones interpersonales”.

Es por ello que, cuando hablamos de sexualidad, debemos explicitar su dimensión biográfica y desvincularla de cuestiones meramente reproductivas. Todas las personas son sujetos sexuales, pero no todas las personas nos reproducimos. Además, la sexuación se da de manera que todo el mundo manifestamos características más cercanas a los estándares sociales admitidos como femeninos (y que por ello se entienden como propios de las mujeres) y características más cercanas a los estándares sociales admitidos como masculinos (y por ello entendidos como propios de hombres). Sin embargo, mientras los mandatos y los roles de género son limitados, las sexualidades son infinitas dado que son fruto de la diferencia.

Se podría decir que mientras hay un mensaje social sobre tener que reunir todas las características posibles que sean entendidas como femeninas si somos mujeres y todas las masculinas si somos hombres, la realidad nos muestra que cada cual se compone por una irrepetible combinación de características. Si utilizásemos los colores que aún hoy vinculamos al estereotipo de lo femenino y lo masculino; sigue existiendo la idea de que las mujeres están formadas por características “rosas” y los hombres por características “azules”. Sin embargo, la realidad nos muestra que cada quien contiene características con tonalidades muy diferentes entre sí.

Ahora reflexionemos sobre la sexualidad en la adolescencia. Esta etapa vital se ve atravesada por cambios tanto a nivel biológico, como psicológico y social. Es por tanto una etapa de especial relevancia biográfica. Sus cuerpos cambian, pero también sus características psicológicas y cómo les trata la sociedad. En este contexto es habitualmente cuando la curiosidad impersonal sobre cuestiones vinculadas a la sexualidad suele tornarse de especial relevancia puesto que también requieren de conocimientos a partir de los cuales explicarse.

En ausencia de una Educación Sexual Integral (en adelante ESI) que trate de las realidades a las que requieren dar respuesta, las personas adolescentes y jóvenes tienden a buscarlas en

uno de los espacios habitualmente no mediados por personas adultas: internet. Tanto es así que según el informe “(Des)Información Sexual: Pornografía y adolescencia” realizado por Save the Children en 2020, un 48% de las personas jóvenes encuestadas manifestaba acudir a la pornografía como contenido de referencia educativa.

Si bien es cierto que internet pone a disposición de la ciudadanía mucha información, cabe señalar que no siempre el acceso a la misma se da con el acompañamiento adulto que facilita el desarrollo de criterio en la selección de la información. Además, internet también está lleno de desinformación, discursos que no favorecen la aceptación ni la igualdad entre mujeres y hombres. Por lo tanto, es imprescindible trabajar en el aula algunas nociones básicas.

No obstante, antes de compartir las dinámicas a trabajar en relación a la sexualidad, también debemos mencionar tres elementos clave:

- ↘ El autoconcepto y la autoestima en la adolescencia
- ↘ El impacto del grupo de iguales
- ↘ La actitud de la persona educadora

El autoconcepto y la autoestima en la adolescencia

La idea que tienen las personas adolescentes de sí mismas, así como la valoración que hacen en base a la misma puede verse afectada tanto por los cambios que suceden en esta etapa vital como por las especiales características de la adolescencia en la era digital.

Ahora más que nunca adolescentes tienen acceso a imágenes de cuerpos que a menudo no son reales (debido a todo el trabajo de elaboración y modificación de las fotografías) y en ocasiones ni si quiera son referentes de salud. Sin embargo, desde las redes sociales virtuales (en adelante RRSS) se les presentan como objetivos, cuerpos a desear, puesto que son los cuerpos validados por mucha gente (los cuerpos que reciben muchos *likes, follows...*).

En este contexto, es importante que trabajemos la noción de lo irreales que resultan las imágenes que vemos en redes sociales y que reflexionemos sobre cómo muchas veces éstas solo sirven para exponer “la mejor versión de cada persona”. Versión que, como ya hemos dicho, no necesariamente tiene que estar en relación con la real. A su vez, es importante que fortalezcamos las redes sociales NO virtuales existentes. Es decir, que trabajemos en el fortalecimiento de los grupos de iguales donde el buen trato sea una realidad y enfatizamos el potencial de vinculación que ofrece la dimensión analógica de las relaciones.

Puesto que, tal como señalan desde el [Centro Sexológico Emaize](#), mientras que las redes sociales virtuales ofrecen la posibilidad de la conexión es en la dimensión analógica u offline, es decir, en el “cara a cara”, donde podemos dar respuesta a la necesidad de vinculación propia de ser seres humanos interdependientes.

Obviamente, las relaciones analógicas pueden valerse de las herramientas digitales para mantener el contacto, incluso puede que haya vinculaciones nacidas del mundo digital, pero el mundo digital per se difícilmente puede llegar a dar respuesta a la necesidad fruto de la interdependencia de la especie humana.

El impacto del grupo de iguales

Así llegamos al segundo punto. Es realmente relevante prestar atención al impacto del grupo de iguales en esta etapa vital. La familia y otras personas adultas (educadoras, cuidadoras...) pierden relevancia e importancia en los aprendizajes sociales y sus iguales cobran especial importancia.

En cada contexto, en cada grupo que intervengamos, será necesario prestar atención a cuáles son los entornos de socialización entre iguales existentes en el entorno de las personas adolescentes con las que trabajemos. Será relevante saber qué tipo de valores ostentan como hegemónicos en su grupo, saber si hay diversos entornos de socialización, si con quienes socializan en el contexto formativo en el que estamos forma parte de su grupo de confianza o no... Todas estas cuestiones, en ocasiones no son explícitas, pero sí perceptibles incluso en el desarrollo de la acción educativa, serán de gran relevancia para poder optimizar el efecto de la intervención que realicemos.

Además, debemos tener en cuenta una particularidad que hasta ahora no había sido posible nunca y es que las personas que suponen referentes célebres (artistas, tiktokers, streamers...) construyen ahora una aparente cercanía superior a la que nunca fue posible. Muchas de estas personas exponen su vida cotidiana y hacen eco de prácticamente todas sus opiniones y acciones. Ello supone que las personas referentes célebres van a suponer también un impacto de especial referencia en las adolescencias actuales.

La actitud de la persona educadora

Basándose en la propuesta de Carl Rogers para los espacios de asesoramiento, la propuesta de la actitud en la educación consiste en ofrecer una educación centrada en el alumnado. Es decir, en el desarrollo de la actitud de cultivo y la podemos explicar a partir del siguiente decálogo:

Decálogo de la actitud de cultivo

1. Establece el marco de intervención; construye límites y objetivos contando con sus aportaciones.
2. Pregunta(te) para qué es relevante lo que comparte el alumnado. No juzgues.
3. Escucha y comprende sus dinámicas, analízalas. Esto no significa que las des por válidas o positivas.
4. Acompaña sus procesos reflexivos. Ofrece información y espacios de debate.
5. Ten en cuenta su contexto y su etapa vital.
6. Evita los verbos imperativos y las prohibiciones.
7. Cuida el espacio para que permita compartir reflexiones honestas.
8. Muestra flexibilidad ante las necesidades y cuestiones de interés del alumnado.
9. Fomenta el buen trato en sus interacciones y a través de tu propio ejemplo.
10. Facilita alguna manera de seguir en contacto para dudas que pudiesen aparecer tras el proceso de intervención.

En este sentido, no debes olvidar las realidades de desigualdad y discriminación que lamentablemente también atraviesan las vidas de las personas en el contexto educativo. Para ello se recomienda que la intervención educativa se inscriba en tres perspectivas o miradas de partida:

Perspectiva de género.

Consiste en trabajar desde un marco en el cual se tienen en cuenta las desigualdades estructurales como fruto de las desigualdades y discriminaciones que quedan reflejadas en las vivencias y realidades desiguales de mujeres y hombres.

Perspectiva de Derechos Humanos.

En este marco de referencia para el trabajo con personas se establece que las mismas deben ser tratadas en todo momento como titulares de los derechos, incluso cuando tratamos de personas menores de edad.

Aunque pueda parecer una obviedad, es radicalmente diferente considerar que las personas son beneficiarias de ayudas o que sean titulares de derechos. Esto último abre el espacio para trabajar el empoderamiento individual y colectivo.

En este contexto, es la mirada que permite realizar una intervención basada en las necesidades de las mujeres y respetando sus decisiones.

Mirada Interseccional.

Recomendamos para comprender mejor este postulado se lean las aportaciones de Kimberlé Crenshaw y Patricia Hill Collins en relación a la Interseccionalidad si este concepto es ajeno.

Mantener una Mirada Interseccional en nuestra intervención supone que tendremos presente la posibilidad de que haya ejes de discriminación operando y generando situaciones específicas con desigualdades concretas a las que dar respuesta.

Algunas variables relevantes serían: la discapacidad/diversidad funcional, la situación administrativa, el arraigo social y las redes de apoyo, la edad exacta...

Estas son las bases para poder desarrollar acciones de ESI y Educación Digital. A continuación, presentaremos algunas dinámicas de especial relevancia e interés para trabajar algunos conceptos de este capítulo.

Desde la práctica

A continuación, presentamos dinámicas para trabajar algunos de los contenidos relevantes de este capítulo:

1. **Dinámica para trabajar la autoestima:** Lo que más me gusta de ti es...
2. **Dinámica para trabajar el autoconocimiento:** Construyendo mi pared de ladrillo.
3. **Dinámica para reflexionar sobre los mandatos de género:** Los recados del machismo.
4. **Dinámica para reflexionar sobre el impacto de los referentes en RRSS:** Nuestras trastiendas y sus escaparates

LO QUE MÁS ME GUSTA DE TI ES...

OBJETIVOS

- ↘ Poner en valor características positivas de quienes asisten.
- ↘ Crear y/o fortalecer relaciones de aprecio y afecto mutuo.
- ↘ Fortalecer la autoestima poniendo en valor las características y desmontando estereotipos de género.

RECURSOS MATERIALES

- ↘ Hojas de papel o cartulinas de colores.
- ↘ Celo o alguna otra manera de pegar las hojas o cartulinas a la pared o las prendas.
- ↘ Bolígrafos.

USOS DEL TIEMPO

Tiempo total: 45 – 60': el tiempo podrá variar en base a la cantidad de participantes.

Tiempo por acciones:

- ↘ 5': Exposición.
- ↘ 10-20': Escribir en carteles ajenos.
- ↘ 15-20': Lectura del feedback recibido.
- ↘ 15': Debate final (ampliable si el paso anterior se hace más breve).

DESCRIPCIÓN

- ↘ Cada participante escribirá en una hoja o una cartulina de su color favorito su nombre seguido de la frase “lo que más me gusta de ti es...”, como si fuese una frase dicha por quienes participan en el grupo. Por ejemplo, “David, lo que más me gusta de ti es...”
- ↘ Estos papeles se pondrán o bien sobre las espaldas o por toda el aula, según se crea conveniente.
- ↘ El resto de participantes escribirá de 1 a 3 cualidades que no se vinculen a lo “tradicionalmente entendido como masculino/femenino” de estas personas.
- ↘ Al finalizar la dinámica todo el mundo tendrá un listado de aspectos positivos y no vinculados al mandato del estereotipo de género que podrá guardar y, si se ve viable, compartir mediante su lectura en el aula.
- ↘ Se realizará una reflexión final sobre cómo se han sentido y qué opinan de esas características, de que se vinculen solo a mujeres o a hombres...

Nota: la presente actividad requiere de un buen clima grupal y puede verse favorecida por el conocimiento mutuo de quienes participen. En caso de no tener un clima grupal positivo, les invitaremos a que piensen en las características positivas que creen que subrayarían personas relevantes de su entorno (familias, amistades...)

CONSTRUYENDO MI PARED DE LADRILLO

OBJETIVOS

- ✎ Poner en valor características femeninas y masculinas de cada participante.
- ✎ Poner en valor lo femenino y lo masculino.
- ✎ Visibilizar la diversidad de maneras de ser mujeres y hombres.
- ✎ Desmontar los estereotipos de género.

RECURSOS MATERIALES

- ✎ Hojas de papel o cartulinas de colores.
- ✎ Celo o alguna otra manera de pegar las hojas o cartulinas a la pared o las prendas.
- ✎ Bolígrafos.
- ✎ Pinturas rosas, azules y moradas.

USOS DEL TIEMPO

Tiempo total: 55': el tiempo podrá variar en base a la cantidad de participantes.

Tiempo por acciones:

- ✎ 5': Exposición.
- ✎ 20': Realización de tarea individual – pared propia (tiempo puede verse disminuido).
- ✎ 30': Compartir lo recibido y debate.
- ✎ 5': Cierre.

DESCRIPCIÓN

- ✎ A cada participante se le repartirá una hoja en blanco o con una pared de ladrillo dibujada y se le pedirá que incluya en cada ladrillo una característica personal. Una vez escritas, tendrá que pintarlas en base a cuán masculinas o femeninas las cree con los colores azul o rosa. Se les pide que piensen en los estereotipos, los mensajes sociales, aquello que es penalizado si se incumple... Porque visibilizar la discriminación aún existente sobre tener características disonantes con respecto a los roles nos permitirá el debate posterior.
- ✎ Al finalizar esta primera parte, cada cual podrá presentar su muro y exponer sus motivos para pintar los ladrillos de los colores escogidos.
- ✎ Se realizará un debate sobre lo reflejado en la actividad: la diversidad en la clase, la diversidad de opiniones al calificar una cualidad como femenina o masculina, estrategias para poner en valor esta diversidad y seguir siendo críticas...
- ✎ A modo de cierre se comentará la relevancia y el valor de la diferencia y la diversidad existente, se visibilizará cómo los estereotipos nos impiden poner en valor nuestras características positivas y se propondrá seguir valorándose para poder generar que se comprenda que en conjunto “todas las paredes son moradas” (haciendo alusión a la Igualdad de Derechos como un marco social a fortalecer y poner en valor).

Nota: la duración de la actividad podrá verse alterada en función de si aprovechamos algunas de las características visibilizadas en la actividad anterior (“Lo que más me gusta de ti es...”) o no

LOS RECADOS DEL MACHISMO

OBJETIVOS

- ✎ Tomar conciencia de los mandatos de género.
- ✎ Reflexionar sobre los procesos de socialización de género.
- ✎ Visibilizar y favorecer la actitud crítica.

RECURSOS MATERIALES

- ✎ Papel continuo o pizarra.
- ✎ Papel de colores y post-its de colores.
- ✎ Rotuladores.

**Fácilmente adaptable al formato online mediante el uso de Jamboard.*

USOS DEL TIEMPO

Tiempo total: 50': el tiempo podrá variar en base a la cantidad de participantes.

Tiempo por acciones:

- ✎ 5': Exposición.
- ✎ 15': Realización de tarea individual (tiempo puede verse disminuido).
- ✎ 30': Puesta en común y debate.

DESCRIPCIÓN

- ✎ La sociedad sigue teniendo mandatos de género. Para reflexionar sobre ellos y su impacto en esta dinámica hablaremos de ellos mediante la metáfora del “recado”.
- ✎ Los recados o tareas pendientes domésticas no siempre se expresan como un deber verbal. En ocasiones utilizamos notas breves escritas. Sin embargo, su incumplimiento u olvido tiene las mismas consecuencias.
- ✎ Asemajaremos los mandatos de género a esos “recados” y los visibilizaremos.
- ✎ En un gran grupo o por divididos por pequeños grupos se pedirá a los chicos que escriban un mandato en cada post-it y lo pongan en la pared/pizarra donde compondrán el mapa.
- ✎ Los integrantes del grupo también podrán reordenar los post-its en función de su cercanía.
- ✎ Al finalizar el tiempo se debatirá sobre los mandatos y la forma en la que los han ordenado, comentando cuáles están más activos y cuáles no.

NUESTRAS TRASTIENDAS Y SUS ESCAPARATES

OBJETIVOS

- ✎ Tomar conciencia sobre el impacto de los mensajes en RRSS.
- ✎ Fortalecer el debate y la actitud crítica ante internet.
- ✎ Empatizar y humanizar los perfiles en redes sociales.

RECURSOS MATERIALES

- ✎ Ordenador.
- ✎ Proyector.
- ✎ Revistas y otros documentos en papel.
- ✎ Cartulinas.
- ✎ Tijeras.
- ✎ Pegamento.
- ✎ Rotuladores y otras pinturas. .

USOS DEL TIEMPO

Tiempo total: 90': el tiempo podrá variar en base a la cantidad de participantes.

Tiempo por acciones:

- ✎ 5': Exposición de la temática a trabajar.
- ✎ 15': Comparativa entre lo sentido en la última semana y lo publicado o compartido en redes.
- ✎ 30': Reflexión conjunta y debate sobre esta disonancia y su impacto.
- ✎ 25': Creación de collage "Trastiendas y escaparates"
- ✎ 15': Presentación y cierre.

DESCRIPCIÓN

- ✎ Exposición de la temática: hablamos de cómo las RRSS virtuales son un espacio donde habitualmente mostramos estilos de vida, experiencias y realidades deseables. Tanto así que en ocasiones no mostramos la realidad. Así, la vida real (que ocurre en lo analógico y en lo privado de las RRSS virtuales) y la vida expuesta en redes pueden no tener nada que ver, sin embargo, participamos de ese juego y no somos del todo conscientes de que más gente puede que también "omita" o no publique determinados aspectos de sus vidas privadas. También se pueden utilizar los siguientes dos vídeos para presentar el tema:
 - ✎ "Social life":
https://www.youtube.com/watch?v=GXdVPLj_plk&t=426s&ab_channel=KerithLemonPictures
 - ✎ "Are you living and insta lie?":
https://www.youtube.com/watch?v=0EFHbruKEmw&ab_channel=DitchtheLabel
- ✎ Comparativa: se les invita a revisar un periodo de tiempo reciente y a comparar lo que les sucedió esos días con lo que publicasen esos días en sus redes o lo que compartiesen. Se puede ofrecer, por ejemplo una tabla que muestre todos los días de la semana con otro eje donde se intercale lo "expuesto en redes" con lo "vivido además de lo expuesto".
- ✎ Reflexión conjunta: compartiendo solo lo que les parezca importante, se procederá a debatir en grupo sobre las siguientes preguntas: ¿Hay mucha diferencia? Si no la hay, ¿soy consciente de lo que supone exponer toda experiencia vivida en redes? Si la hay, ¿qué cuestiones omito? ¿Cómo me siento si comparo mi vida con lo que veo expuesto por otras personas? ¿Me afecta? ¿Cómo, en lo que publico o en cómo me siento en mi día a día?...
- ✎ Creación de collage "Trastiendas y escaparates": se utilizarán los materiales de las revistas y el material de papelería para por grupos reflejar las reflexiones compartidas en el debate, las emociones sentidas ante la presencia o ausencia de disonancia entre lo que se muestra en redes y lo que se vive...
- ✎ Para finalizar la dinámica se expondrá cada collage y su composición.



DESEAR, INTERACTUAR Y RELACIONARSE EN LA ERA DIGITAL COMO ADOLESCENTE

Desde la teoría

Al igual que sucede con el propio proceso de construcción del sujeto sexuado, las experiencias vinculadas a la erótica (los deseos, los encuentros, las relaciones...) no pueden comprenderse ya en las adolescencias actuales sin contemplar el papel que juegan las tecnologías TRIC en las mismas.

Para poder entender mejor el impacto de las TRIC, se ha decidido dividir la parte teórica del presente capítulo en los diferentes y principales apartados de la erótica en la etapa adolescente para ver cuáles son las modificaciones en cada uno de ellos.

Las fantasías en la era de internet

Tal como confirmó el reciente estudio de Save The Children “(Des)Información Sexual: Pornografía Y Adolescencia” en ocasiones la pornografía es un recurso al que se acude siendo aún menor de edad incluso con objetivo de que sea una herramienta educativa. Así, según este informe; “asi la mitad (48 %) de adolescentes que ha consumido últimamente pornografía la valida como fuente de aprendizaje sobre sexualidad, los chicos un 12 % más que las chicas”.

Estamos, por tanto, en un momento en el que no solo los materiales pornográficos pueden influenciar las fantasías sino que también pueden desvirtuarlas como concepto.

Uno de los aprendizajes que está quedando detrás es el hecho de comprender que las fantasías no son planificaciones de los deseos, sino que corresponden al imaginario erótico que nutre nuestra sexualidad.

Con la masificación del consumo de contenido pornográfico y el acceso de las personas más jóvenes al mismo, no solo se pueden ver modificadas sus fantasías y adaptadas a determinados valores que no siempre son igualitarios, sino que además se puede empobrecer la valoración social de las nuevas generaciones con respecto a las fantasías puesto que cada vez menos serán comprendidas como propias del mundo imaginario y cada vez más no solo como una planificación de los deseos, sino, en el caso del material pornográfico, como una herramienta que muestra el “cómo de la realidad”.

Es imprescindible ser conscientes de la presencia y el peso de estas ideas en los colectivos con los que intervengamos para poder desmontar las ideas erróneas de base y todas las que pudieran ser derivadas de tomar estos materiales como herramientas “didácticas”.

Deseos e interacciones: cómo expresar interés vía *like* o *dm*¹

En cuanto a las posibilidades de interacción de personas adolescentes y jóvenes a través de las TRIC la evaluación es un poco más compleja a realizar, puesto que el impacto final de las dinámicas que se construyen depende realmente de la interacción final y de los valores que compartan quienes conformen los espacios de interacción. Dicho esto, pasaremos por lo tanto a ver cuáles son los factores que entran en juego con estos nuevos espacios de socialización y sus posibles efectos.

Las TRIC posibilitan que interacciones que en contextos meramente analógicos son mucho más costosas de llevar a cabo por el pudor y la vergüenza que pueden suponer se desarrollen desde entornos que son cómodos y seguros para quienes interactúan. Es decir, mientras que generaciones atrás flirtear o ligar suponía algunos momentos de vergüenza frente a con quien se pretendía ligar, hoy en día las emociones son similares pero desde el cómodo contexto de nuestros hogares. Esto también sucede en las interacciones adolescentes.

Mientras que por un lado aporta la posibilidad de interactuar con menos incomodidades, cabe mencionar que la ausencia de interlocución directa y análoga que permita obtener la máxima cantidad de información posible también dificulta añade nuevos posibles riesgos.

Al darse las interacciones sin tanta afectación de los factores de la vergüenza y en pudor, en edades donde las decisiones aún se pueden llegar a tomar de manera muy precipitada y desde el contexto de comodidad que supone el hogar o incluso la propia habitación, se corre el riesgo de exponerse de manera excesiva, precipitada o acelerada, sin tener en cuenta el contexto (a quién, cuándo, por qué, de qué manera...).

Sin embargo, mientras que se tiene una mayor sensación de seguridad, el efecto posterior a la interacción puede ser incluso peor, puesto que casi todos los mecanismos de comunicación por internet mantienen el registro. Es decir, posteriores daños como el bullying, la exposición de lo compartido (ya fuese contenido audiovisual o la propia conversación)... son más probables que en contextos analógicos donde no hay un registro de lo sucedido.

A todo este contexto debemos sumarle el contexto actual donde aún existen valores sexistas y donde la valoración social de determinados actos de la intimidad no son igual valorados en función de quiénes los realizan. Por poner un ejemplo, la difusión de material privado donde aparecen mujeres es mucho más frecuente y tiene aún un mayor impacto y daño en la vida de las mismas debido a la estigmatización de la sexualidad femenina.

A todo ello se le debe sumar el factor de que, en vista a poblaciones adultas, las mujeres siguen presentando menores índices de alfabetización digital. Es decir, tienen menos competencias y aptitudes para hacer un uso, no ya seguro, si no mínimamente autónomo de las TRIC. Por ello, consideramos relevante señalar el posible impacto de una peor y más limitada alfabetización digital en ellas como posible factor de riesgo. De ahí que sea relevante trabajar mejorando las propuestas de educación digital como comentaremos más adelante.

1. DM: las siglas en inglés hacen referencia a los mensajes privados en diversas redes sociales virtuales (Direct Message).

(Des)Encuentros analógicos y virtuales

En relación con lo ya citado en el ámbito de las interacciones, también es importante ser conscientes de los factores de riesgo existentes en las interacciones a través de las TRIC en contextos de interacciones eróticas más allá de los flirteos iniciales.

Estas interacciones eróticas son entendidas desde la sexología como espacios para el posible encuentro, es decir, para la mutua comprensión e interacción recíproca de quienes participen de las mismas. Sin embargo, hay diversos factores, algunos que se trasladan del ámbito analógico y otros que son propios de la dimensión virtual que pueden transformarlos en situaciones de desencuentro, pudiendo llegar incluso a aparecer situaciones de violencia.

En primer lugar, hablaremos de los que consideramos factores analógicos de especial relevancia y su traslación y reflejo en el mundo virtual para después mencionar algunos factores propios del ámbito de lo digital.

Si bien existen también factores relacionados con un nivel más individual de la propia biografía de las personas jóvenes y adolescentes (relaciones en familia de origen, desarrollo de competencias para la regulación emocional y la resolución de conflictos...), es imprescindible hablar de los mitos del amor romántico y los mitos actuales sobre la sexualidad que afectan directamente a cómo se entienden las relaciones y los encuentros incluso en las generaciones más jóvenes. Cabe mencionar que además recomendamos que se hable en términos de mitos/timos y aprovechar el juego de palabras para visibilizar su falta de veracidad:

MITOS/TIMOS DEL AMOR ROMÁNTICO

LA MEDIA NARANJA

IDEA TRAS EL MISMO

Pensar que el amor se debe a la predestinación y la complementariedad (o compatibilidad).

EJEMPLO EN LA ERA VIRTUAL

Afecta al tipo de contenido expuesto en redes. La idea de enseñar “un escaparate” no siempre real y coherente con nuestra “trastienda” (la realidad analógica).

CONTRAPROPUESTA

La compaRtibilidad

IDEA TRAS LA CONTRAPROPUESTA

Las relaciones se mantienen en el tiempo por aquello que comparten.

EL EMPAREJAMIENTO

IDEA TRAS EL MISMO

La pareja como marco natural y universal de relacionarse.

EJEMPLO EN LA ERA VIRTUAL

Poner una imagen de la pareja junta como foto principal de perfil, que las publicaciones se centren en fotografías con la pareja...

CONTRAPROPUESTA

La elección de la pareja

IDEA TRAS LA CONTRAPROPUESTA

Jamás debería ser una imposición por factores externos o inseguridades propias.

MITOS/TIMOS DEL AMOR ROMÁNTICO

LA EXCLUSIVIDAD

IDEA TRAS EL MISMO Creer que es imposible sentir atracción por más de una persona e imponer la fidelidad como imprescindible.

EJEMPLO EN LA ERA VIRTUAL Prohibir, condicionar o reaccionar negativamente ante interacciones de la pareja con determinadas personas (amistades, familiares, personas que se presuponen “amenazas de la pareja”...)

CONTRAPROPUESTA **La elección del modelo relacional**

IDEA TRAS LA CONTRAPROPUESTA Fomentar la capacidad de construir acuerdos propios y visibilizar los deseos y las necesidades que subyacen a las exigencias sociales.

LOS CELOS

IDEA TRAS EL MISMO Entenderlos como signo de amor.

EJEMPLO EN LA ERA VIRTUAL Además de las cuestiones anteriores, puede llegar a justificarse las reacciones negativas y no adaptativas.

CONTRAPROPUESTA **Los celos como emoción**

IDEA TRAS LA CONTRAPROPUESTA Los celos son generados por el miedo a la pérdida de una relación y persona que apreciamos. Pueden darse, lo importante es saber gestionarlos sin culpar a nadie de ellos.

DEL ENAMORAMIENTO

IDEA TRAS EL MISMO Creer que el amor y el enamoramiento son equivalentes y que todo amor debe vivirse de manera intensa.

EJEMPLO EN LA ERA VIRTUAL Preocuparse cuando la expresividad del amor es menos intensa (disminuyen las publicaciones, cambia el contenido de las mismas...).

CONTRAPROPUESTA El amor y el enamoramiento son dos fases diferentes

IDEA TRAS LA CONTRAPROPUESTA Idea que permite desidealizar el enamoramiento y entenderlo como una fase insostenible de forma perpetua debido a la intensidad de la misma.

LA OMNIPOTENCIA

IDEA TRAS EL MISMO La idea de que el amor todo lo puede.

EJEMPLO EN LA ERA VIRTUAL La normalización de diversos sacrificios vinculados al ámbito virtual, incluidos: el envío de determinados materiales audiovisuales, mantenerse en conexión y conversación a disposición de la pareja, compartir la ubicación...

CONTRAPROPUESTA **El amor no es motivo suficiente**

IDEA TRAS LA CONTRAPROPUESTA Ni quererse ni quererse mucho son ingredientes suficientes para mantener una relación. Sí que lo son respetar límites y deseos mutuos, relacionarnos desde la reciprocidad y construir pareja.

MITOS/TIMOS DEL AMOR ROMÁNTICO

EL MATRIMONIO O LA CONVIVENCIA

IDEA TRAS EL MISMO La convivencia como un futuro a desear y objetivo de todas las parejas.

EJEMPLO EN LA ERA VIRTUAL Comparar procesos personales o de la propia pareja con procesos ajenos, forzar fases de la relación.

CONTRAPROPUESTA **La no linealidad como opción**

IDEA TRAS LA CONTRAPROPUESTA Romper con la imagen de las relaciones como algo que deba progresar en un marco lineal y poner en valor adaptar el marco relacional a las necesidades del momento.

LA UNIDAD

IDEA TRAS EL MISMO Pérdida de los individuos frente al “nosotros” que pasa a ser la nueva unidad.

EJEMPLO EN LA ERA VIRTUAL Pérdida de la manifestación del individuo en sus expresiones online, control de las redes sociales o acceso a las mismas (darse contraseñas)..

CONTRAPROPUESTA **“Tú + Yo = 3”**

IDEA TRAS LA CONTRAPROPUESTA Mantener la idea de que de la unión de dos personas o de su vínculo nacen tres ámbitos: cada una de ellas y la propia relación (como punto de encuentro de las otras dos).

LA PASIÓN

IDEA TRAS EL MISMO Idea por la que se idealiza la continua intensidad emocional como algo positivo.

EJEMPLO EN LA ERA VIRTUAL Idealización de modelos de relaciones de violencia.

CONTRAPROPUESTA **La calma como necesaria**

IDEA TRAS LA CONTRAPROPUESTA Desidealización de la pasión y puesta en valor de la calma. Promoción de pasiones y ternuras.

LA ATRACCIÓN DE POLOS OPUESTOS

IDEA TRAS EL MISMO Creencia que alimenta pensar que personas con intereses opuestos son quienes deben unirse.

EJEMPLO EN LA ERA VIRTUAL Podría llegar a generar un impacto en la búsqueda de nuevas parejas creando la repetición de patrones anteriores.

CONTRAPROPUESTA **Lo común como valor**

IDEA TRAS LA CONTRAPROPUESTA Promover el equilibrio entre la posible atracción hacia la diferencia y la necesidad de encontrar los puntos comunes para la perdurabilidad y satisfacción.

MITOS/TIMOS DE LA SEXUALIDAD

EL DESEO ES COSA DE HOMBRES

IDEA TRAS EL MISMO	El deseo entendido como el deseo de prácticas eróticas y como cualidad “irrefrenable” en los hombres, ausente en las mujeres.
EJEMPLO EN LA ERA VIRTUAL	Tomarse libertad para opinar sobre cuerpos ajenos, realizar propuestas a completas desconocidas, enviar fotografías... Normalización del “sexting” como deber y no como una posibilidad si responde a deseos de ambas partes.
CONTRAPROPUESTA	Los deseos como área de exploración
IDEA TRAS LA CONTRAPROPUESTA	Hablar de los deseos en plural (hacia quién y para qué, dónde, cómo, cuándo...). Salir de ideas limitantes y hablar más de la capacidad de construir relaciones que atiendan a intereses y deseos individuales.

LA MASTURBACIÓN ES COSA DE HOMBRES

IDEA TRAS EL MISMO	Condena y estigmatización de las mujeres que se masturban.
EJEMPLO EN LA ERA VIRTUAL	Avergonzar “públicamente” en el ámbito virtual o analógico a las mujeres que muestran algún tipo de deseo y/o se masturban.
CONTRAPROPUESTA	La masturbación como una posibilidad
IDEA TRAS LA CONTRAPROPUESTA	Deconstruir las ideas asociadas a la masturbación como algo negativo, nocivo, perjudicial y hablar de ella como una opción, nunca como un paso obligatorio.

QUIEN MUCHO PRACTICA, MUCHO SABE

IDEA TRAS EL MISMO	Pensar en la sexualidad como una cuestión técnica y no vivencial.
EJEMPLO EN LA ERA VIRTUAL	Pensar en la pornografía como referencia de fiabilidad educativa, además e otros espacios virtuales donde no hablan profesionales de la Sexología.
CONTRAPROPUESTA	La vivencia en el centro de la experiencia
IDEA TRAS LA CONTRAPROPUESTA	Fomentar la creación de criterios propios y la puesta en valor de su experiencia: sus preferencias, sus sentires y sensares.

MITOS/TIMOS DE LA SEXUALIDAD

EL SEXO ES UNA MUESTRA DE AMOR Y DESEO	IDEA TRAS EL MISMO	Cuando dos personas se desean y se quieren desean tener encuentros eróticos siempre que sea posible.
	EJEMPLO EN LA ERA VIRTUAL	Crear y/o compartir material que refuerza estas ideas e incluso utilizarlos como argumento para coaccionar a alguien a realizar alguna experiencia que no es de su interés ni deseo.
	CONTRAPROPUESTA	El sexo es una posibilidad a disfrutar, no una obligatoriedad
	IDEA TRAS LA CONTRAPROPUESTA	Desmontar la idea de la inevitabilidad del sexo, la normalización del mismo como “la manera de mostrar amor” y enmarcarlo en “posible manera para disfrutar un encuentro”
EL SEXO, CUANTO MÁS MEJOR	IDEA TRAS EL MISMO	Esta idea discrimina directamente todo deseo no centrado en la persona, especialmente cuando quienes desean son las mujeres.
	EJEMPLO EN LA ERA VIRTUAL	Sería uno de los factores relacionados con la denominada “hipersexualización” en redes sociales que afecta, mayoritariamente, a las mujeres, incluyendo mujeres jóvenes y adolescentes.
	CONTRAPROPUESTA	La importancia de la satisfacción y los deseos recíprocos
	IDEA TRAS LA CONTRAPROPUESTA	Generar conciencia crítica sobre la imposición de un modelo de sexualidad con sesgos sexistas y promover la creación del criterio propio y la capacidad crítica para construir la propia sexualidad.
HAY SEXO DE PRIMERA Y SEXO DE SEGUNDA. LO “IMPOR- TANTE” Y LOS “PRELIMI- NARES”	IDEA TRAS EL MISMO	Los encuentros eróticos o “el sexo” siempre es positivo, especialmente cuando las prácticas se realizan de manera “correcta”. Culpabiliza a las personas como malas amantes en caso de no obtener los resultados esperados de placer
	EJEMPLO EN LA ERA VIRTUAL	Al igual que hay prácticas más o menos reconocidas como deseables, es posible que la virtualidad siga siendo entendida como una dimensión “de segunda”. Consecuencia de esto serían las interacciones donde personas desconocidas generan una mayor coacción para conocer a adolescentes y jóvenes tras los perfiles de manera analógica.
	CONTRAPROPUESTA	El foco en el placer y la satisfacción
	IDEA TRAS LA CONTRAPROPUESTA	Cada cuerpo es erótico y erotizable en base a los deseos de cada persona. Es importante cuidar de los placeres y las preferencias. No hay prácticas mejores o peores, simplemente prácticas que apetezcan y gusten o no.

Habiendo mencionado estos mitos/timos, solo queda decir que es posible que también la inicial percepción de menor ansiedad en la interacción virtual unida de la mano de una mayor posible ansiedad por las posibles consecuencias de determinados encuentros y prácticas (embarazos no planificados, transmisión de E/ITSs...) podrían generar una mayor tendencia y relajación en el entorno virtual. Por ello se recomienda no sólo poner el foco en la dimensión analógica y los valores que existe en esta, sino también ver qué impacto pueden tener en la relación de adolescentes y jóvenes con el mundo virtual y los riesgos que se pueden generar en relación.

Tras este análisis, nos centraremos en exponer algunas de las situaciones arriesgadas que se pueden dar por los (des)encuentros a nivel virtual, dejando de lado por un momento los valores sociales que, tal como ya se ha expuesto, inciden y mucho sobre la probabilidad de los riesgos. Por lo tanto, también dejaremos de lado, para retomar más adelante, la idea de que las TRIC son meras herramientas y nos centraremos en hablar de los riesgos que conllevan y no tanto de las posibilidades que ofrecen:

Contactos, propuestas y solicitudes no deseadas

Estar en redes sociales, especialmente cuando se da sin percibir los riesgos de la alta exposición de la vida cotidiana y de la creación de perfiles completamente públicos sin filtros, puede conllevar a un aumento de contactos, propuestas y solicitudes no deseadas. Provenientes tanto de personas conocidas, como de desconocidas o, al menos, de perfiles que nos parecen desconocidos (en ocasiones, incluso, falsos).

Este riesgo es especialmente relevante cuando hablamos de personas menores de edad, especialmente si hablamos de niñas y chicas adolescentes. No solo por la interacción o el contacto inicial, sino por todo el daño que se puede derivar del mismo.

Algunos de estos perfiles ni si quiera corresponderán a las personas que supuestamente aparentan ser, el grooming se ha vuelto mucho más sencillo debido a la facilidad de acceso a menores que ofrece internet.

Pérdida de control de la información compartida y sus consecuencias

Como decíamos, los peligros de este tipo de interacciones no acaban en la simple propuesta, sino que pueden prolongarse si debido al contexto, la coacción y otros factores se acaba compartiendo información privada y personal, incluyendo contenido íntimo.

En una educación sexual integral que incluya la mirada al ámbito digital es imprescindible trabajar con la idea de que en el momento que compartimos una información en la red su desaparición o su borrado se dificulta y perdemos completa o parcialmente el control sobre la misma.

De ahí, que no es solo importante no compartir con personas desconocidas a nivel analógico, si no que incluso es importante preguntarse qué tipo de material queremos que la gente siga teniendo incluso cuando nuestra relación con estas personas empeore o desaparezca. No son poco sonados los casos en los que la ruptura de pareja no supone el fin del sufrimiento de algunas mujeres y reciben como respuesta la exposición de material de tipo íntimo en las redes, con el sufrimiento y el estigma que ello puede generar.

Es importante concienciar y visibilizar cómo una vez enviamos o publicamos cualquier tipo de contenido es como si lo comentásemos a viva voz en un espacio público o si la compartiésemos en todos los tablones de anuncios de nuestro centro educativo.

Las TRIC como herramientas de control

Por último, pero no por ello menos importante o conocido, las TRIC también han supuesto a menudo herramientas para las relaciones de control, dominio y violencia. El control del tipo de publicaciones e interacciones, la utilización del silencio (o incluso la eliminación de contactos y el bloqueo) como herramienta para dañar emocionalmente, las exigencias en cuanto a compartir la información privada (contraseñas, ubicación en tiempo real...)... Son muchas las violencias analógicas que en el ámbito virtual encuentran vías en las que se pueden llegar a materializar de una manera más rápida para el victimario, pero también más invasiva para la víctima.

No debemos menospreciar el impacto que este último factor, así como los dos anteriormente mencionados y expuestos pueden generar en las primeras experiencias eróticas y relacionales de jóvenes y adolescentes. A menudo el factor “virtual” de las violencias facilita que se intensifiquen, que sean más invasivas e incluso omnipresentes. Además, en ocasiones también permite que el daño sea invisibilizado al ojo del entorno (familia, amistades...) puesto que puede que se dé solo en conversaciones privadas que no pasan a vista de nadie más.

Obviamente, las Tecnologías para las Relaciones, la Información y la Comunicación son mucho más que solo los malos usos y usos abusivos que se les dan en algunas situaciones. Pero a esto volveremos sobre el final de esta guía.

En lo que corresponde a este capítulo, debemos recordar que algunas de estas manifestaciones de la violencia se dan y se ejercen o encuentran pocos mecanismos preventivos no solo porque no siempre se identifiquen como tal, sino porque también debemos trabajar sobre los factores de riesgo analógicos, como por ejemplo, los valores existentes sobre el amor y la sexualidad. Por ello, a continuación retomaremos este hilo temático proponiendo diversas dinámicas que se centran, sobre todo, en esta primera parte de la problemática, para poder profundizar en las cuestiones de alfabetización digital en el próximo capítulo.

Desde la práctica

En este apartado compartiremos dinámicas que atienden a las necesidades actuales de la población adolescente y joven en relación con la Educación Sexual Integral que trata sobre relaciones, interacciones y encuentros. Sigue siendo necesario construir desde una reflexión crítica colectiva subjetividades que comprendan la noción de interdependencia, identidades con expresiones igualitarias desde su diferencia y diversidad. Así, crearemos una noción de la erótica como el espacio donde “empoderarnos con el otro”.

1. **Dinámica para discernir entre los conceptos “diferencia”, “desigualdad”, “discriminación”:** “Da un paso adelante si...”
2. **Dinámica para identificar deseos propios:** Dinámica de los deseos en el pozo.
3. **Dinámica para deconstruir mitos/timos:** “Te lo cambio por...”
4. **Dinámica para comprender la importancia de la sexualidad recíproca:** La galaxia de la sexualidad.
5. **Dinámica para fortalecer el criterio propio:** La fórmula del placer

DA UN PASO ADELANTE SI...

OBJETIVOS

- ↘ Definir los tres conceptos y aprender a diferenciarlos.
- ↘ Identificar vivencias propias de diferencia, desigualdad y discriminación.
- ↘ Tomar conciencia del impacto de las desigualdades y las discriminaciones.
- ↘ Entender que nuestros contextos de interacción erótica también están mediados por estas variables.

RECURSOS MATERIALES

- ↘ Una sala amplia
- ↘ Cuerda de un color llamativo.

USOS DEL TIEMPO

Tiempo total: 90'.

Tiempo por acciones:

- ↘ 5': Exposición
- ↘ 20': "Doy un paso si..."
- ↘ 30': Exposición y debate en gran grupo
- ↘ 10': "A quienes estamos aquí nos gusta..."

DESCRIPCIÓN

- ↘ La dinámica tendrá cuatro etapas; tres de uso del espacio y una tercera de debate. El alumnado irá descubriendo las dinámicas a medida que se sucedan, no partirán de un contexto donde todo este explicado previamente. Se recomienda que la persona dinamizadora también participe.
- ↘ En primer lugar, se pondrá la cuerda de manera que divida el espacio en dos creando una línea vertical y se leerán frases pidiendo que se pongan al lado derecho o al izquierdo. Todas las frases harán alusión a diferencias (color de ojos, altura, color de la ropa, preferencias musicales...). Así, el alumnado se ubicará a uno u otro lado de la cuerda según se establezca en función de si tiene el requisito diferencial señalado.
- ↘ En segundo lugar, se dibujará una línea en horizontal y se pedirá al alumnado que dé un paso al frente o detrás en función de si ha vivido algún tipo de desigualdad.
- ↘ En tercer lugar, se partirá de un círculo concéntrico dándose la espalda. En este caso se mencionarán discriminaciones. A cada frase que hubiesen sufrido tendrían que dar un pase al frente. Se podrá indicar que hagan esta parte de la dinámica con los ojos cerrados para facilitar la honestidad y sinceridad en los pasos al ser la información más sensible. Se puede introducir la mirada interseccional especialmente en esta última parte del ejercicio.
- ↘ Al finalizar la lectura de frases se les pedirá abrir los ojos, girarse y ver cuán lejos están del círculo concéntrico que creaban (que puede ser reflejado con la cuerda de color llamativo).
- ↘ Tras esta experiencia se debatirá: ¿cómo se han sentido? ¿era lo mismo dar un paso en una u otra situación? ¿qué diferencias había entre los tres momentos? Se intentará averiguar cuáles son los conceptos tras la dinámica y se reflexionará sobre ellos.
- ↘ Cierre "la unión hace la fuerza": para dar un cierre armonioso a la dinámica se puede realizar este cierre. Se invita al alumnado a que busque su punto favorito de la sala y se ubique allí. Una vez cada cual en su punto, por turnos, dirá "a quienes estamos aquí nos gusta..." y quienes compartan ese gusto se moverán hacia ese punto. La persona dinamizadora se moverá siempre. Así se visibilizarán posibles sinergias y fortalezas grupales.

LOS DESEOS EN EL POZO

OBJETIVOS

- ✎ Tomar conciencia sobre los deseos propios.
- ✎ Fortalecer la actitud crítica frente a los mensajes externos.
- ✎ Construir el imaginario del deseo en plural.

RECURSOS MATERIALES

- ✎ Ordenador.
- ✎ Tijeras.
- ✎ Proyector.
- ✎ Pegamento.
- ✎ Revistas y otros documentos en papel.
- ✎ Rotuladores y otras pinturas.
- ✎ Cartulinas.
- ✎ Tantos botes de plástico o cristal como participantes.

USOS DEL TIEMPO

Tiempo total: 75' – 1h 40': el tiempo podrá variar en base a la cantidad de participantes.

Tiempo por acciones:

- ✎ 30'-40': Se comienza por la presentación de materiales para la manualidad y se les propone como objetivo decorar el bote de manera que pareciera un pozo de los deseos.
- ✎ 15'-20': Una vez finalizado se les pide que escriban en pequeños pedazos de papel deseos (de actividades, aprendizajes, viajes... experiencias que quieran obtener. Se les puede decir "que sean relacionadas con la sexualidad o no", sabiendo que todas ellas pueden estarlo).
- ✎ 30'-40': Presentación estética del pozo y reflexión y debate sobre preguntas.

DESCRIPCIÓN

- ✎ Sin mucha más exposición, se les invitará a diseñar, tomando como punto de partida los botes facilitados, "pozos de los deseos". Pozos que les representen y que se puedan reconocer como suyos.
- ✎ Una vez finalicen, se les invita a hacer pequeños cachos de papel donde escriban deseos propios. En caso de consulta, se dirá que cualquier tipo de deseo.
- ✎ Cuando finalice este tiempo, se les pedirá que presenten su pozo (de manera externa, sin leer deseos) y que contesten a las siguientes preguntas para realizar un debate posterior:
 - ✎ ¿Qué tipo de actividades han incluido y por qué? ¿Son actividades que consideran exclusivas de pareja o no y de qué depende? ¿De haber sabido que no compartirían sus deseos habrían escrito otros? ¿Qué conclusión sacan sobre la exposición/deseos/sentimientos...?
 - ✎ Algunas reflexiones interesantes:
 - ✎ Todos los deseos pueden ser fruto de sus sexualidades, pero no todos se vivirán en pareja.
 - ✎ La vergüenza a la exposición de determinados deseos también nos puede afectar a la hora de compartirlos en pareja.
 - ✎ Diferencia entre fantasía (algo que en el imaginario sí interesa) y deseo (intencionalidad de llevarla a la realidad).

TE LO CAMBIO POR...

OBJETIVOS

- ↘ Detectar mitos/timos activos en el imaginario adolescente.
- ↘ Sustituirlos por ideas igualitarias.
- ↘ Capacitar en la transformación el imaginario.

RECURSOS MATERIALES

- ↘ Ordenador
- ↘ Proyector
- ↘ Folios
- ↘ Bolígrafos

USOS DEL TIEMPO

Tiempo total: 2 horas: el tiempo podrá variar en base a la cantidad de participantes.

Tiempo por acciones:

- ↘ 20': Exposición teórica.
- ↘ 30': Trabajo en grupos pequeños.
- ↘ 30': Sustitución de frases de manera conjunta.
- ↘ 40': Debate final.

DESCRIPCIÓN

- ↘ Exposición teórica: se expondrá la teoría y las tablas de este mismo temario indagando otros posibles mitos/timos de sus imaginarios.
- ↘ Trabajo en grupos pequeños: Se repartirá en la clase la tabla al completo y cada grupo tendrá que detectar frases y expresiones cotidianas en las que se materializan los mitos. Luego, tendrán que buscar también frases que le den una vuelta a esas frases y expresiones. Por ejemplo, una frase relacionada al amor romántico es el “sin ti no soy nada” y podría ser sustituida por “sin ti, soy yo”.
- ↘ Sustitución de frases de manera conjunta: Se compartirán todas las frases y *contrafrases* creadas por los grupos y se verán los puntos en común.
- ↘ Debate final: Finalmente se debatirá sobre el impacto de estos mitos/timos, estrategias para transformarlos... y otras cuestiones que sean detectadas como clave en la línea de la transformación social.

LA GALAXIA DEL PLACER

OBJETIVOS

- ↘ Reflexionar sobre la idea de placer y ponerlo en plural (placeres).
- ↘ Poner en valor la diversidad de fórmulas existentes del placer.
- ↘ Introducir nociones como el consenso.

RECURSOS MATERIALES

- ↘ Cartulinas.
- ↘ Rotuladores.
- ↘ Aula amplia.

USOS DEL TIEMPO

Tiempo total: 60'.

Tiempo por acciones:

- ↘ 5': Presentación del tema.
- ↘ 20': Definición de los conceptos en grupo.
- ↘ 15': Diseño de la galaxia propia.
- ↘ 20': Presentación de galaxias y debate final.

DESCRIPCIÓN

- ↘ Presentación del tema: Se divide por grupos y se les reparten los materiales. Se contextualiza la dinámica exponiendo que el objetivo es que prioricen algunos conceptos en cuanto a su propia vivencia de la sexualidad.
- ↘ Definición de los conceptos en grupo: En este espacio de tiempo tendrán que definir los siguientes conceptos: consentimiento/consenso, reciprocidad, respeto, satisfacción, excitación, placer, orgasmo, deseo.
- ↘ Diseño de la galaxia propia: una vez definidos los conceptos el alumnado tendrá que establecer cuál de ellos conforma "el centro" de su galaxia y cuáles orbitan alrededor. Pueden incluso diseñar el tipo de movimientos que realicen esas órbitas o incluso (si consultan) establecer más de un centro o más de un "Sol".
- ↘ Presentación de galaxias y debate final. Es el espacio en el que se presentan los ejemplos de cada grupo y se exponen los debates que les han llevado a las conclusiones. En esta fase se verá como conceptos que damos por sentados y como obligatorios como la excitación o el orgasmo quedan en realidad en un segundo plano ante otros mucho más relevantes y esenciales. Además, la centralidad de cada cual nos habla de lo que sus biografías les han llevado a valorar.

Nota: esta dinámica no tiene por objetivo crear un modelo perfecto, sino visibilizar la diversa valoración y vivencia de los conceptos y reflexionar sobre la ausencia o presencia de espacios de diálogo como este en las relaciones y encuentros cotidianos.

LA FÓRMULA DEL PLACER

OBJETIVOS

- ✎ Poner en valor conceptos básicos para encuentros satisfactorios.
- ✎ Desidealizar algunos conceptos no esenciales para el bienestar.
- ✎ Visibilizar el impacto de la puesta en valor diferente a la hora de construir relación.

RECURSOS MATERIALES

- ✎ Ordenador y proyector o pizarra.

USOS DEL TIEMPO

Tiempo total: 80'.

Tiempo por acciones:

- ✎ 10': Presentación del tema.
- ✎ 40': Lluvia de ideas y trabajo de las mismas.
- ✎ 10': Reflexión final.
- ✎ 20': Debate.

DESCRIPCIÓN

- ✎ Presentación del tema. Se introduce el “placer” como tema y les invita a hablar sin tapujos sobre las cosas que dan placer.
- ✎ Lluvia de ideas y trabajo de las mismas. La persona dinamizadora escribirá en 4 diferentes columnas sin título las diferentes palabras. Las cuatro columnas (cuyo título se desvelará al final) serán: Parte del cuerpo, Acción, Sensación/5 sentidos, Otros. Se puede incluir una columna aparte para aquellos conceptos que tal vez vinculen a la sexualidad y surjan, pero no estén relacionados con el placer. La persona dinamizadora se hará cargo de “desestructurar” las palabras y las expresiones para asegurar la variedad. Por ejemplo, si se menciona “besar” se indagará sobre las partes del cuerpo que participan en ese gesto. Es habitual que la columna de las sensaciones quede vacía y es interesante que quede así para el final de la lluvia de ideas. El alumnado debe intentar acertar los títulos de las columnas, cuando al final vean que no hay palabras (o hay pocas) que den pistas sobre las columnas se les desvela el título y se trabaja sobre la información que dan los sentidos.
- ✎ Reflexión final. Se expone que los placeres son múltiples y que cada quién tiene miles de fórmulas. Se pone en valor el “cómo” de los placeres, puesto que a veces la información de los sentidos o lo que expresamos en “otros” asegura mucho más la satisfacción que la acción en sí misma. Cabe mencionar que ni el orgasmo ni la eyaculación son en sí ingredientes del placer, son experiencias que pueden resultar placenteras.
- ✎ Debate. Al final se debate sobre los estereotipos que traían, su percepción sobre la autolimitación, la importancia de explorar desde el consenso y el cuidado por la satisfacción mutua...



LA PREVENCIÓN TAMBIÉN SE APLICA A LAS REDES

Desde la teoría

Algunas de las casuísticas a tratar en este capítulo se han ido mencionando previamente en los anteriores. Aun así, hasta ahora no ha habido espacio para poder profundizar en su análisis y en las diversas tipologías de violencias digitales. Por ello, en el presente capítulo comenzaremos por ahondar en los factores de riesgo y los contextos que genera internet para las violencias machistas para después mencionar algunas violencias machistas de especial relevancia en la infancia, adolescencia y la juventud.

Aunque también podamos entenderlas como una nueva tipología de violencias y, de hecho, su aparición haya requerido la actualización incluso de marcos jurídicos (como es el caso de la mención a las violencias digitales en la Ley Orgánica 10/2022 de Garantía Integral de la Libertad Sexual), también es cierto que desde una mirada más sociológica podemos hablar casi en la totalidad de los casos de violencias que existían en el plano analógico y se reinventan en el virtual. Es más, en algunas casuísticas, como puede ser el bullying en la adolescencia, el ámbito virtual no es más que una prolongación de la realidad más allá de las redes.

Esto nos lleva, por lo tanto, a la inevitable conclusión de que casi todas las tipologías de violencia así como casi todos los actos de violencia pueden encontrar sus análogos digitales. Para ello será importante, por lo tanto, que hablemos de tipologías de violencia machista y del iceberg de la violencia.

Violencia machista según la tipología

Es relevante señalar que la clasificación en este sentido se hace en función de la dimensión de especial relevancia en cuanto al tipo de daño cometido contra las víctimas. Sin embargo, esto no implica que la única área dañada sea la que se menciona tanto de manera directa como indirecta. Por poner un ejemplo, rara vez la violencia sexual no implica daños físicos y psicológicos, por no decir casi nunca o nunca. A su vez, también las violencias simbólica, económica y vicaria tienen un impacto indirecto en los dos planos principales de daño que son el físico y el psicológico. Aun a riesgo de que parezca una obviedad es importante a la hora de realizar concienciación nombrar de manera diferenciada las áreas de impacto de la violencia de su propia tipología.

Cuadro: Violencias según tipología

ECONÓMICA Privación de recursos, implica dependencia de la mujer	PSICOLÓGICA Desvalorizar, humillar, impacto psicológico negativo.	SIMBÓLICA Normaliza la inferioridad de la mujer a través de la cultura y la socuendad
SEXUAL Acto sexual no consentido	FÍSICA Agresiones, lesiones, daño físico.	VICARIA Daña a la mujer a través de dañar a sus seres queridos

Ejemplos aplicados al ámbito digital

Tal como avanzábamos, casi todas las tipologías tienen su versión digital o su manera de llegar al ámbito digital, a continuación presentamos algunos ejemplos de cada una de las tipologías:

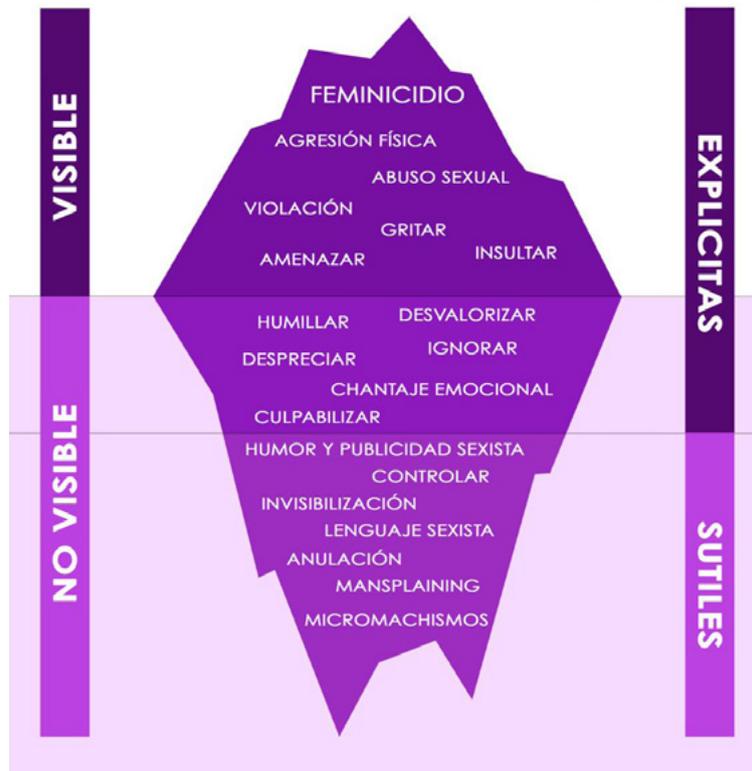
- **FÍSICA:** aunque no se puede realizar por propia definición, sí que se pueden mostrar actos de violencia física en las redes sociales (que luego pueden llegar a ser eliminados).
- **PSICOLÓGICA:** toda la violencia verbal y de comunicación no verbal o indirecta que se puede hacer en el plano analógico se puede trasladar al ámbito virtual, teniendo en ocasiones nuevas nomenclaturas incluso (por ejemplo, el orbiting, que sería un ejemplo virtual de las conductas ambivalentes).
- **ECONÓMICA:** el control se puede realizar a través de las aplicaciones relacionadas a cualquier tipo de pago. Es más, se dan realidades mixtas como la insistencia en la comunicación (violencia psicológica) mediante el envío de micropagos vía bizum.
- **SIMBÓLICA:** los memes, las “bromas” a la pareja y su publicación en redes (muy viralizadas en tiktok), la creación de espacios abiertos y manifiestamente sexistas...
- **VICARIA:** las publicaciones con intención dañina o dirigidas al entorno de la víctima. Estas indirectas dañinas son tan comunes en redes sociales que han recibido en twitter el nombre de “pseudo”s.
- **SEXUAL:** la difusión de imágenes sin consentimiento (también conocida como una de las posibles maneras de cyber-explotación), acoso sexual, explotación sexual con fines de lucro económico mediante medios virtuales...

Todos estos ejemplos (y otros tantos que podríamos mencionar) podrían sustituir la nomenclatura de las violencias cuando suceden en el plano analógico o en la vida fuera de internet.

Por lo tanto, tal como sucede con la violencia fuera del mundo virtual, algunas son más explícitas, otras más sutiles; algunas son visibles o, más bien, perceptibles y otras no.

Es importante también repensar el impacto de las publicaciones en RRSS y otros medios digitales y virtuales donde la perspectiva de género no está presente y solo se habla de estas violencias como “situaciones tóxicas” sin mayor criticidad.

ICEBERG DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO



Tras estas menciones, a continuación reflexionaremos sobre factores que interfieren en las violencias digitales.

Factores de riesgo en violencias digitales

Antes de comenzar a enumerarlos se debe comentar que en este caso más que factores de riesgo determinantes o condicionantes hablamos de factores de riesgo potenciadores. En cierto sentido, estos factores funcionan incluso como aceleradores de la violencia, así como intensificadores, puesto que permiten la mayor continuidad y presencia de las mismas.

Anonimato y percepción de la impunidad y la responsabilidad

El ámbito virtual facilita que muchas de las violencias se realicen desde el anonimato y esto repercute directamente sobre la percepción de la impunidad. En este sentido es relevante realizar una concienciación sobre la posibilidad de poder llegar a ser identificados como victimarios y dejar claro que sigue siendo un acto delictivo.

Por si esto fuera poco, también la percepción de la responsabilidad puede verse diluida al desidentificarse a través de los alter ego virtuales o al ver que muchas personas actúan en el mismo sentido. Este suceso puede verse claramente cuando las acciones de acoso en las redes se cometen contra celebridades: al ver una gran cuantía de cuentas cometiendo el mismo acto violento, se resta gravedad al hecho.

Viralidad: velocidad e intensidad

Volverse viral es uno de los objetivos en el ámbito virtual. Las características que son motor de la viralidad son las mismas que pueden potenciar la violencia o amplificar el daño de la misma: velocidad e intensidad. La rapidez de enviar mensajes muchas veces genera una comunicación poco reflexionada y empática. A su vez, las redes permiten una presencialidad recurrente, rozando casi la presencialidad de 24 horas al día (especialmente si se utilizan mecanismos digitales para el envío de mensajes etc) y ello repercute en la intensidad con la que se recibe la violencia.

Además, esta viralidad también puede repercutir sobre la normalización de las violencias más imperceptibles e invisibles dado que a través del humor (memes, vídeos breves...). Pueden llegar a ser entendidas como interacciones normales y que son dignas de aceptación por una mayor proporción de la población joven y adolescente.

Falta de conciencia del daño

El distanciamiento creado por las pantallas rompe la empatía, facilita, en el peor de los casos, la deshumanización y esto potencia las violencias dado que impide la posibilidad de aparición de remordimientos o arrepentimiento por la toma de conciencia sobre el daño creado.

Refuerzo intermitente² en el ámbito virtual

En este caso tratamos con un potenciador casi inherente a las redes sociales y que muchas veces es independiente a la intencionalidad humana. Lo que está claro, es que su conjunción con el resto de factores o su mera existencia puede reafirmar daños y violencias que vienen del plano analógico.

El refuerzo intermitente es el mismo sistema que se esconde tras la adicción al juego y también la que se esconde tras muchas relaciones de violencia. La impredecibilidad del impacto de nuestras acciones, en lugar de generar un distanciamiento crítico, facilita la dependencia. Con internet sucede algo similar.

Si publicamos algo o enviamos un mensaje a alguien, pero no sabemos qué impacto tendrá (cuántos *likes* recibiremos o cuándo nos contestará), es probable que ello nos genere una mayor dependencia a las dinámicas vía redes sociales virtuales. Es importante concienciar sobre el impacto de estos modelos de interacción y capacitar a las personas adolescentes y jóvenes para establecer marcos que atiendan a su bienestar.

Sobreexposición y dependencia de la validación externa

Volviendo al comienzo de esta guía, es importante partir de un diagnóstico correcto ya que a menudo las problemáticas virtuales tienen raíces analógicas. Así, la dependencia a la validación externa como mecanismo de intentar obtener bienestar puede llegar a generar una mayor sobreexposición que se vería alimentada por las dinámicas explicadas en el punto anterior.

2. El refuerzo intermitente es un término acuñado por B.F. Skinner a un programa dentro de su teoría de aprendizaje del condicionamiento operante. Se denomina reforzamiento intermitente cuando ante un comportamiento, la consecuencia positiva o recompensa aparece de forma intermitente y, por lo tanto, impredecible.

En definitiva, podemos confirmar que el ámbito de las violencias digitales es complejo, multi-dimensional y requiere aún de mucha investigación y aprendizaje para facilitar su detección y la intervención en materia de concienciación contra las mismas. Además, tal como se podrá percibir ya, la detección de la existencia de las mismas es especialmente compleja cuando las víctimas están en una situación de aislamiento que les impida solicitar ayuda.

Desde la práctica

Algunas ideas para la prevención desde la óptica de la transversalidad

En este penúltimo capítulo queremos poner en valor algunas estrategias transversales para prevenir estas violencias que aún siguen siendo más desconocidas pero han resultado ser efectivas en diversos contextos en materia de educación digital:

Contratos y reglas sobre usos de dispositivos

Cada vez son más las familias que supeditan la compra del primer smartphone a la creación de un contrato por escrito sobre sus condiciones de uso, sin embargo, estos contratos en ocasiones solo atienden a variables cuantificables (horas de uso, momentos del día de uso...).

Además, también quedan fuera de esta idea el resto de dispositivos a los que personas menores tienen acceso y que utilizan. Por lo que, sería interesante reflexionar sobre la importancia de dar las reglas o contratos de uso de manera explícita y escrita en otros contextos (para usar el ordenador de la casa, en el centro de estudios...).

También sería importante que las reglas y las sanciones incluyesen de manera transversal la perspectiva de género y no se explicitase solo la dimensión cuantitativa del uso del dispositivo sino también la cualitativa (finalidad, vías de comunicación y maneras admitidas...).

Por último, mencionar que las sanciones no pueden resumirse a una ausencia de uso de los dispositivos, especialmente porque estos son, tal como señalan desde *Centro Sexológico Emaize*, sus medios para la socialización. Además de interferir en el uso del dispositivo, tal como recomienda este equipo experto en la materia, las sanciones deben tener especial relevancia y significado.

Identificación de perfiles: trolls, haters, incels y groomers

Esta línea de concienciación daría para una guía en sí misma, sin embargo, es necesario compartir a modo de idea la importancia de la labor en la identificación de las conductas nocivas (red flags) y las personas agresoras. Aunque la taxonomía puede ser mucho más extensa, a continuación ofrecemos brevemente algunas pautas para identificar diversas figuras de personas agresoras y recomendamos que la divulgación de la información de incluya en la cotidianidad de los contextos educativos tal como se transversalizan otras formaciones:

Trabajo de concienciación y sensibilización en fechas conmemorativas

Tal como se hace en materia de prevención de violencias y para la promoción de igualdad entre mujeres y hombres, las fechas conmemorativas de relevancia en relación a las violencias digitales a prevenir pueden ser una genial oportunidad para la labor de concienciación y sensibilización.

Es necesario en este sentido crear espacios en contextos educativos para la reflexión colectiva.

Uso seguro de redes y exposición en las mismas

Si bien es difícil, especialmente para personas que no son usuarias de las mismas, es importante tener unas nociones básicas de las redes sociales virtuales que utilice la adolescencia y la población joven para poder realizar la educación digital en este sentido.

Al igual que se realizan otro tipo de recordatorios y comunicaciones en diversos espacios educativos en relación al buen uso de los espacios y materiales, se pueden incluir este tipo de mensajes para complementar las acciones puntuales en material de educación digital y uso seguro e igualitario de internet.

Fomentar una cultura de feedback entre iguales

Más allá de estrategias concretas de implicación al alumnado, es importante sensibilizar y concienciar en el desarrollo de la agencia y la capacitación para la transformación social a nivel individual.

Al igual que con otras temáticas también se ha trabajado apelando a la ciudadanía, o bien a colectivos de la misma para generar una mayor implicación de respuesta ante problemáticas sociales, es importante trabajarlo también en este sentido.

Dinámicas

Para finalizar con este capítulo expondremos algunas dinámicas que permiten trabajar la línea de prevención de cyberviolencias machistas.

1. **Dinámica para identificar los estilos de socialización en internet:** ¿Habrías así en...?
2. **Dinámica de concienciación de violencias en la red:** El iceberg de las cyberviolencias.
3. **Dinámica para un uso seguro de internet:** El semáforo de las opiniones.
4. **Dinámica para concienciar en la importancia de redes sociales analógicas de apoyo y ayuda:** Rol play de enredos negativos.

¿HABLARÍAS ASÍ EN...?

OBJETIVOS

- ↘ Reflexionar sobre si nos sobreexponemos.
- ↘ Detectar riesgos de sobreexposiciones.
- ↘ Reflexionar sobre estrategias para evitar riesgos.

RECURSOS MATERIALES

- ↘ Pizarra.
- ↘ Celso.
- ↘ Cartulinas.
- ↘ Rotuladores.

USOS DEL TIEMPO

Tiempo total: 90'.

Tiempo por acciones:

- ↘ 30': Trabajo por grupos "cada lado de la moneda".
- ↘ 20': Presentación de resultados.
- ↘ 40': Debate.

DESCRIPCIÓN

- ↘ Durante media hora diversos grupos (siempre múltiplos de dos) trabajarán sobre el tipo de exposiciones analógicas y virtuales que realicen de la siguiente manera:
 - ↘ Grupo A: Reflexiona sobre los espacios físicos que visitas a lo largo de la semana y tus círculos de socialización. ¿Cuáles son? ¿Con quiénes compartes qué?
 - ↘ Grupo B: Reflexiona sobre los contenidos que publicas y/o compartes en tus redes sociales. ¿Cuáles son los contenidos y las redes? ¿Cómo de privadas son tus redes?
- ↘ Para este segundo paso el impacto aumentará si antes desconocían la tarea del otro grupo. Así, irán viendo qué es lo que se pone en redes y qué es lo que se comparte fuera de ellas.
- ↘ Debate final para encontrar las diferencias y reflexionar sobre la sobreexposición, su impacto y los riesgos.

Nota: se puede acompañar la dinámica con el visionado del siguiente vídeo para reflexionar también sobre la presencia o la ausencia de empatía cuando hablamos en redes: https://www.youtube.com/watch?v=6K0wtyDI2u4&ab_channel=OrangeEspa%C3%B1a

EL ICEBERG DE LAS CYBERVIOLENCIAS

OBJETIVOS

- ↘ Identificar las violencias en el plano digital.
- ↘ Reflexionar sobre posibles consecuencias de las mismas.
- ↘ Concienciar sobre las dificultades de detección.

RECURSOS MATERIALES

- ↘ Ordenador y proyectos o pizarra
- ↘ Folios y bolígrafos

USOS DEL TIEMPO

Tiempo total: 70'.

Tiempo por acciones:

- ↘ 5': Presentación del tema.
- ↘ 15': Lluvia de ideas del iceberg.
- ↘ 20': Icebergs por grupos pequeños.
- ↘ 30': Devolución y debate.

DESCRIPCIÓN

- ↘ Durante media hora diversos grupos (siempre múltiplos de dos) trabajarán sobre el tipo de exposiciones analógicas y virtuales que realicen de la siguiente manera:
 - ↘ Grupo A: Reflexiona sobre los espacios físicos que visitas a lo largo de la semana y tus círculos de socialización. ¿Cuáles son? ¿Con quiénes compartes qué?
 - ↘ Grupo B: Reflexiona sobre los contenidos que publicas y/o compartes en tus redes sociales. ¿Cuáles son los contenidos y las redes? ¿Cómo de privadas son tus redes?
- ↘ Para este segundo paso el impacto aumentará si antes desconocían la tarea del otro grupo. Así, irán viendo qué es lo que se pone en redes y qué es lo que se comparte fuera de ellas.
- ↘ Debate final para encontrar las diferencias y reflexionar sobre la sobreexposición, su impacto y los riesgos.

Nota: se puede acompañar la dinámica con el visionado del siguiente vídeo para reflexionar también sobre la presencia o la ausencia de empatía cuando hablamos en redes: https://www.youtube.com/watch?v=6K0wtyDI2u4&ab_channel=OrangeEspa%C3%B1a

EL SEMÁFORO DE LAS OPINIONES

OBJETIVOS

- ↘ Visibilizar las opiniones del grupo y debatir en torno a creencias relacionadas con las cyberviolencias.
- ↘ Desmontar creencias erróneas basadas en información falsa.
- ↘ Desmontar prejuicios.

RECURSOS MATERIALES

- ↘ *En función de cómo se realice la actividad, será necesario que quien imparta la formación lleve objetos verdes, rojos y amarillos; tantos de cada color como participantes en la dinámica. En un formato online cada quien puede elegir los objetos de su casa y avisándolos con anterioridad también podrían llevarlos a la formación.
- ↘ Un reloj de cocina para establecer tiempos máximos de respuesta inicial.

USOS DEL TIEMPO

Tiempo total: 45'.

Tiempo por acciones:

- ↘ Si la actividad requiere comenzar con la búsqueda de tres objetos de los tres colores indicados tendrá que ampliarse en unos 10 o 15 minutos.

DESCRIPCIÓN

- ↘ Si ha existido un preaviso, cada participante llevará los objetos de sus casas o de su propio escritorio a la sesión, teniendo así un objeto verde, otro amarillo y otro rojo.
- ↘ Se realizará una ronda de presentación donde cada participante presentará sus objetos y, si son de su propiedad, podrá explicar su origen.
- ↘ Después, la persona facilitadora leerá diferentes frases y las personas asistentes tendrán que alzar la mano con el objeto del color que corresponda a su opinión: verde = de acuerdo, amarillo = tengo dudas y rojo = en desacuerdo.
- ↘ Tras la lectura de cada frase se programará el reloj de cocina en un tiempo máximo de 30 segundos o 1 minuto como máximo para que el posicionamiento sea rápido.
- ↘ Una vez se hayan posicionado, crearán grupos en base a su opinión y reunirán brevemente 5 argumentos a favor de su posicionamiento.
- ↘ Tras ello, se realizará un breve debate.
- ↘ El resto de participantes podrán cambiar de opinión una vez escuchen los argumentarios de otros grupos.
- ↘ La persona facilitadora podrá ponerse en posicionamientos minoritarios solo para alimentar el debate.
- ↘ Se puede introducir el factor competitivo de que quien consiga más integrante en sus grupos por los argumentos obtendrá un punto y al finalizar premiar a quien más puntos tenga.

ROL PLAY DE ENREDOS NEGATIVOS

OBJETIVOS

- ↘ Visibilizar las opiniones del grupo y debatir en torno a creencias relacionadas con las cyberviolencias.
- ↘ Desmontar creencias erróneas basadas en información falsa.
- ↘ Desmontar prejuicios.

RECURSOS MATERIALES

- ↘ Sala amplia.
- ↘ Folios
- ↘ Bolígrafos.

USOS DEL TIEMPO

Tiempo total: 80'.

Tiempo por acciones:

- ↘ 10': Lluvia de ideas de problemáticas.
- ↘ 20': Creación guión de microgrupo.
- ↘ 30': Actuación y debate sobre posibles finales.
- ↘ 20': Debate sobre las realidades expuestas y sus vivencias.

DESCRIPCIÓN

- ↘ Lluvia de ideas de problemáticas: se expone la temática de las cyberviolencias en relación a las dinámicas anteriores y se solicita al alumnado que ofrezca ejemplos de situaciones que creen que podrían suceder a personas similares a sus características.
- ↘ Creación guión de microgrupo: se establecen las temáticas de mayor relevancia o interés, se divide el grupo en pequeños grupos y se les invita a diseñar un teatro sin final cerrado; éste será consensuado en gran grupo.
- ↘ Actuación y debate sobre posibles finales: por grupos realizarán su teatro hasta donde hayan llegado y en gran grupo se debatirán los posibles finales diferenciando entre finales ideales y los que creen que son más probables. Así se evitará la repetición de “discursos correctos” y se detectarán dificultades y retos reales.
- ↘ Debate sobre las realidades expuestas y sus vivencias: al finalizar todos los grupos se debatirá encontrando puntos en común y se realizará una especie de DAFO conjunto sobre las herramientas actuales de adolescentes y jóvenes para enfrentarse a estas realidades; también se ofrecerá información de interés respondiendo a las debilidades y las amenazas.



INFLUENCER VIOLETA: CAPACITARLES TRABAJANDO SU PROPIA AGENCIA

Desde la teoría

El empoderamiento y la toma de conciencia sobre las desigualdades y discriminaciones existentes a menudo comienza por el propio ejercicio de roles de responsabilidad en procesos de transformación social.

En este sentido, creemos que es relevante poder incentivar la participación activa de adolescentes y jóvenes en actividades y estrategias que fomenten sus aptitudes para el consumo crítico y la creación de materiales para la sensibilización y la concienciación de sus iguales de manera (semi)estructurada.

Numerosos proyectos se han basado ya en esta idea y han implicado al alumnado incluso en la intervención en situaciones como las del bullying en el centro escolar, por lo que es imprescindible que también se sumen en materia de educación digital con perspectiva de género.

Por ello, en este último capítulo de líneas de intervención es especialmente relevante que demos pie directamente a las dinámicas y estrategias que se pueden construir en diversos contextos educativos.

Desde la práctica

En este último apartado sobre dinámicas, más que actividades puntuales presentaremos algunas que tienen potencial para transformarse, en mayor o menor medida, en estrategias a medio y largo plazo.

1. Poner en valor influencers con objetivos comunes a la guía: Purple Trend Seeker.
2. Construir campañas digitales: Mensajes en positivo
3. Reparación colectiva: Posicionamiento igualitario

PURPLE TREND SEEKER

OBJETIVOS

- ↘ Buscar celebridades y referencias igualitarias en redes.
- ↘ Poner en valor los aportes de estas personas a una socialización igualitaria.
- ↘ Fomentar el consumo crítico de redes.

DESCRIPCIÓN

La actividad consiste en la búsqueda de perfiles de personas que pongan en valor perfiles igualitarios con intención de poder desarrollar una campaña informativa a nivel de contexto educativo de base.

Este tipo de estrategias se pueden diseñar incluso contando con las propias redes sociales digitales para la difusión de la misma.

El título de la estrategia viene derivado del concepto “trend seeker”, concepto con el que se hace alusión a influencers que buscan nuevas modas o tendencias y las popularizan.

CONSTRUIR CAMPAÑAS DIGITALES: MENSAJES EN POSITIVO

OBJETIVOS

- ↘ Desarrollar competencias para la creación de actitud crítica.
- ↘ Crear mensajes que sirvan de punto de inflexión para sus iguales.
- ↘ Capacitar en el desarrollo de estrategias de sensibilización.

DESCRIPCIÓN

La actividad consiste en la búsqueda de perfiles de personas que pongan en valor perfiles igualitarios con intención de poder desarrollar una campaña informativa a nivel de contexto educativo de base.

Este tipo de estrategias se pueden diseñar incluso contando con las propias redes sociales digitales para la difusión de la misma.

El título de la estrategia viene derivado del concepto “trend seeker”, concepto con el que se hace alusión a influencers que buscan nuevas modas o tendencias y las popularizan.

POSICIONAMIENTO IGUALITARIO

OBJETIVOS

- ↘ Crear espacios colectivos de reflexión y posicionamiento contra discursos discriminatorios.
- ↘ Visibilizar y poner en valor la juventud crítica.
- ↘ Servir como llamamiento a la participación de personas no implicadas.

DESCRIPCIÓN

Esta estrategia está inspirada en el activismo analógico tradicional y en el denominado “call to action” actual de las redes sociales virtuales donde se pretende inducir una respuesta en la población a través de la exposición a un estímulo.

Se podrán servir tanto de convocatorias analógicas como de participaciones activas en redes sociales compartiendo contenido o invitando a la creación del contenido propio.

El objetivo será responder ante situaciones que supongan una vulneración de la igualdad entre mujeres y hombres; responder con posicionamientos públicos y, cuando sea pertinente, con campañas o manifiestos propios.

CONCLUSIONES

Castilla - La Mancha es una comunidad que cada vez más se implica, trabaja y desarrolla diversos mecanismos, proyectos y programas que respondan a nuevos retos de la sociedad actual. En este sentido, trabajar a favor de una educación digital y educación sexual integral con perspectiva de género es uno de los retos que también tiene por delante para los próximos años.

En esta guía se ha pretendido arrojar luz sobre posibles estrategias y actividades, así como sobre conocimientos de base que permitan poder desarrollar algunas de estas estrategias y acciones.

Sin embargo, será decisivo para la transformación social hacia una sociedad igualitaria y con un uso crítico y con perspectiva de género de internet que se siga avanzando en esta materia y se sigan desarrollando programas en esta línea.



RECURSOS DE INTERÉS

- ↘ Guías e informes disponibles de la mano de Save The Children:
<https://www.savethechildren.es/chat-contigo-guias-educadores-y-familias>
- ↘ Guía “No hay lugar como el hogar para la educación sexual”:
<http://biblioteca.udgvirtual.udg.mx/jspui/bitstream/123456789/679/1/No%20hay%20lugar%20como%20el%20hogar%20para%20la%20educaci%c3%b3n%20sexual.pdf>
- ↘ Instagram de Centro Sexológico Emaize:
https://www.instagram.com/emaize_sexologia_zentroa/
- ↘ Lista de vídeos de Orange #porunosolovedelatecnología:
https://www.youtube.com/watch?v=zoo8QOb5yyc&list=PLAprzBkJhoz5ZNQCLQyK-FaMhweRIILEWv&index=3&ab_channel=OrangeEspa%C3%B1a
- ↘ Película “Hombres, mujeres y niños” (2014) de Jason Reitman
- ↘ Programa televisivo de la MTV Catfish: mentiras en la red (+13)
- ↘ Publicidad Euskaltel “El primer contrato”:
https://www.youtube.com/watch?v=gPphDPelqfs&ab_channel=dimensi%C3%B3n
- ↘ Serie Sex Education de Netflix (+16)
- ↘ Serie Intimidad de Netflix (+16)



Gracias por tu interés en esta guía y en la educación digital con perspectiva de género, ¡porque cada vez haya más enredos positivos en las redes!