



DEFENSORÍA DEL PUEBLO
Provincia de Santa Fe

ABRIENDO SENTIDOS

Caja de herramientas
para prevenir las violencias
contra las mujeres.

Carolina Asensio • Silvia Nadalich
María Florencia Rodríguez • Eliana Desiré Stival



DEFENSORÍA DEL PUEBLO
Provincia de Santa Fe

ABRIENDO SENTIDOS

Caja de herramientas
para prevenir las violencias
contra las mujeres.

ÍNDICE

Defensoría del Pueblo

Provincia de Santa Fe

Dr. Raúl Lamberto

Defensor del Pueblo

Dr. Eleonora Avilés

Coordinadora de Relaciones
con los Ciudadanos

Centro de Asistencia a la

Víctima y al Testigo del Delito

Lic. Laura Manzi Directora

Dr. Carlos Nallim Subdirector

Equipo de Trabajo

Lic. en Psicología Carolina Asensio

Lic.en TS Silvia Nadalich

Lic. en Psicología M. Florencia Rodríguez

Lic. en TS Eliana Desiré Stival

Asesoramiento

Miriam Tucci

Colaboración

Gastón Brem, Luisina Flores, Gretel

Hoffman, Marcelo Marengo, María

Micheloud, Gisela Arola.

Edición

Alejandra Rey

Diagramación interior

y diseño de tapa

Lic. Antonela Sponton

1.

Introducción

p.07

2.

Aspecto metodológico

p.11

3.

Técnicas de presentación

p.15

4.

Ejes temáticos

4.1 Estereotipos, mitos, género. p.19

4.1.1 Estereotipos

4.1.2 Mitos

4.1.3 Género

4.2 Vínculos p.31

4.2.1 Relación conmigo misma: "Solita conmigo"

4.2.2 Relación con las/ los otros: "¿Primero están los demás?"

4.2.3 Relación con las/los hijas/os: "¿Y yo? ¿Para cuándo?"

4.2.4 Relación con la pareja. "Mejor sola que mal acompañada".

4.3 Emociones p.52

4.4 Comunicación p.56

4.5 Sexualidad p.61

4.6 Proyectos y cambios p.63

4.7 Derechos p.66

5.

Bibliografía

p.69

6.

Anexo

p.71

PRÓLOGO

Herramientas para el Empoderamiento ciudadano

La Defensoría del Pueblo de la Provincia de Santa Fe, con más de veinticinco años de trayectoria institucional, fue creada por ley y definida en un primer momento, en cuanto a su ámbito de actuación, para proteger derechos e intereses de los individuos y de la comunidad frente a actos, hechos y omisiones de tipo administrativos, así como la defensa de los intereses difusos o derechos colectivos de la comunidad.

La transformación social y cultural de los últimos años da cuenta de la ampliación y diversificación de derechos y sus correlativas demandas; tanto individuales como de grupos o comunidades. Es así que en este sentido y a fin de dar respuesta a una demanda creciente y en la necesidad de atender grupos vulnerables y/o vulnerados, se crea en el año 1994 el primer Centro Provincial de Asistencia a Víctimas y Testigos del delito, en la órbita de la Defensoría.

La asistencia, ayuda, asesoramiento y acompañamiento a las víctimas, requiere de la instrumentación de acciones institucionales comprometidas y creativas que permitan generar espacios seguros y confiables para atender situaciones diversas, a fin de evitar estigmatizaciones.

De ahí la elaboración de **Caja de Herramientas**, con el fin de que las mujeres que han sufrido el flagelo de la violencia, puedan manejarlas, incorporarlas, compartirlas y, así, lograr salir del lugar de víctimas para ser protagonistas de sus propias vidas.

Se trata de una publicación producto del trabajo con mujeres que pudieron transitar y salir de la situación de violencia, pero que a la vez pretende que pueda ser utilizada como material en cualquier espacio en donde se deban ó puedan resignificar este tipo de situaciones. Porque es ahí, en esas áreas, donde buscamos reconocer en cada una de las mujeres el ejercicio de una ciudadanía plena, es decir, el de los derechos, especialmente, los Derechos Humanos.

Este trabajo tiene como objeto la atención, contención e información para las víctimas de cualquier tipo de violencia y está dirigido especialmente a las mujeres que, ya asistidas, puedan salir de ese lugar y re pensarse, trabajar internamente, subjetivamente, con otras, con su familia, amigos, seres queridos y no tanto, aquellas situaciones traumáticas que marcaron sus vidas.

El antecedente de este trabajo, fue "Rescribiendo historias entre mujeres" (2017), una suma de relatos de seres que lograron salir de situaciones en las que eran víctimas.

Esta nueva entrega, en cambio, pretende explicar que las instituciones, como la Defensoría, además de informar y contener, generan espacios de acogimiento, lugares donde las mujeres en situación de mayor vulnerabilidad puedan volver a ver-se y donde el valor de lo simbólico sea lo suficientemente importante como para no repetir las historias, ni ellas ni quienes viven con ellas, en general, los hijos.

En estos lugares de acogida voluntaria las mujeres vulneradas encontrarán personas en su misma situación y estarán acompañadas por profesionales en forma permanente, que seguirán los casos individuales desde la más absoluta confidencialidad y contención y que tenderán a empoderarlas, a que sepan sus derechos,

a que incorporen el sabor de saberse libres de todas las ataduras que tuvieron y padecieron.

Estas políticas de gestión integrales e interdisciplinarias se encuadran en lo que nos hemos propuestos dentro de la ambiciosa, pero posible, Agenda de Desarrollo Sostenible 2030 de la ONU, -especialmente el objetivo cinco, de Igualdad de Género; el 16, Paz, justicia e instituciones sólidas; y el 17, Alianzas para lograr los objetivos- sin los cuales el norte del trabajo perdería el sentido.

Además, esta Defensoría se ha propuesto –y está logrando- acercarse en toda la provincia a aquellos que más la necesitan, sobre la base, entre otros ingredientes, de la educación popular, puntal de nuestros programas y procesos, entendiendo que es útil para ejercer una resistencia a los modelos dominantes, no solo educativos sino también políticos y sociales.

El propósito de la Educación Popular es desarrollar estrategias para reforzar y conservar la comunidad; más específicamente la comunicación y la organización política de sectores populares, comprende a la pedagogía como una acción comunicativa que tiene efectos en la construcción de la persona y de lo colectivo.

Este libro pretende ser una obra de Educación Popular porque entendemos que hay que ofrecer la posibilidad de que otros se acoplen al proyecto, siempre con el asesoramiento técnico de los profesionales para que aquellas instituciones que trabajan con grupos de mujeres –encuentros vecinales, escuelas de adultos- puedan, a través de esta publicación, tener herramientas para poder vivir en libertad y sin ataduras esclavizadoras.

Porque la violencia, como una cuestión, social o política, requiere respuestas políticas y socioculturales que están inscriptas dentro del repertorio de los derechos humanos y que los Estados, en sus distintas manifestaciones, deben dar respuestas. Por eso insistimos tanto en la generación y multiplicación de espacios que permitan a las víctimas salir de la situación de violencia, a través de la educación emocional, la prevención y el compromiso institucional a los fines de generar otros tipos de sociedades con diferentes conductas, para así empezar a replicar espacios de igualdad.

Otorgar poder y trabajar en ello es un desafío que tiene esta Defensoría, para otorgar la voz, para que las víctimas puedan volver a decidir luego de haber perdido esa libertad por motivos evitables. Para eso es que queremos informar, educar, reconocer derechos, ciudadanías, igualdades, diferencia, pero también aspirar a la libertad del ejercicio pleno de la vida de estas mujeres y que el tránsito por estos espacios sea uno más en la vida para poder convertirse en ciudadanas plenas y empoderadas.

Las víctimas merecen toda nuestra atención, apoyo, comprensión, paciencia, empatía, en fin, todo lo que esté a la mano para ayudarlas. Porque esas mujeres que acuden a la Defensoría en situación de violencia han transcurrido y padecido ya largo tiempo de aislamiento y definitivamente nuestra responsabilidad, como forma de terminar con una de las fases del círculo de la violencia, es cortar con la soledad de las víctimas, compartiendo espacios e historias comunes resignificadas por profesionales que permiten pensar mejores vidas y futuros mejores ciudadanos.

Por eso esta Caja de Herramientas, un aporte más al cambio de la sociedad que pretendemos, otro disparador para divulgar y promover espacios comunitarios participativos e igualitarios.

Raúl Lamberto

Defensor del Pueblo de la Provincia de Santa Fe

1.

INTRODUCCIÓN

La presente publicación tiene por finalidad aportar y difundir una **Caja de Herramientas** con técnicas específicas, por ejes temáticos, para promover derechos, sensibilizar y prevenir la violencia de género.

Este libro es parte y resumen del trabajo interdisciplinario que venimos desarrollando con mujeres en situación de violencia de género desde el Centro de Asistencia a la Víctima de la Defensoría del Pueblo de la Provincia de Santa Fe y está relacionado con una publicación que lo antecede: “Reescribiendo historias entre mujeres. Grupo de mujeres y Violencia de género” (2017).

El marco teórico y epistemológico desde el que se elabora la propuesta tiene una mirada de educación popular y de género, convencidas de que para ser efectiva toda estrategia de promoción y ampliación de derechos debe incluir procesos participativos y colectivos; una educación diferente que incluya nuevas prácticas en las formas de hacer política, de organizarse, de garantizar derechos, apuntando a la participación y al empoderamiento de todas/os.

En este punto, cabe aclarar que la educación popular es un concepto que surge en América latina a partir del pensamiento de Paulo Freire, educador brasileño, a fines de la década de los ‘60. Lo novedoso de su pensamiento es que ubica como protagonista del aprendizaje y del cambio a las/os sujetos, en dialéctica con su contexto y como capaces de transformarse a sí mismos y a su entorno.

En este sentido, la educación popular propone entre sus herramientas el diálogo y la reflexión,

para crear espacios en los que se sucedan debates y construcciones de saberes donde se revisen roles y estructuras reproducidas por las instituciones. Y, por otro lado, la perspectiva de género, como categoría, permite identificar las desigualdades y posibilita, también, discutir todas las relaciones de poder.

En general, las formas tradicionales de pensar el poder lo colocaron en un registro violento, real o fantaseado –“alguien tiene poder cuando puede sacarnos algo que queremos, hacernos hacer algo que no decidimos hacer”- que atenta contra nuestra voluntad y libertad. Esta manera de pensar al poder tiene raíces muy profundas, más emparentadas al sometimiento y a la dominación que al ejercicio o a la capacidad para transformar una situación dada.

Los feminismos han venido pensando el poder desde otro lugar, como construcción colectiva, con la conexión entre pares, con responsabilidades o trayectorias distintas. En efecto, haciendo un breve recorrido histórico, veremos que el movimiento de mujeres nace como producto de la modernidad, de la idea de que los sujetos tienen los mismos derechos. El discurso moderno y liberal sostiene que todos podemos ser libres e iguales, iniciando las mujeres un movimiento de cuestionamiento y transformación.

“El surgimiento del feminismo forma parte del paisaje de época de la Argentina ‘moderna’ -fines del siglo XIX inicios del XX-, en una sociedad en la que a lo largo de los tiempos las mujeres actuaron, tra-

bajaron, y no sólo cuidando a la prole y sirviendo al marido, sino que opinaron e influenciaron en la vida política, aunque no se las reconociera y estuvieran lejos del derecho a la ciudadanía.

La adhesión temprana al feminismo de las mujeres socialistas y de las denominadas librepensadoras –en todo caso un grupo entre las que destacaban las ‘letradas’– significó la puesta en marcha de por lo menos cuatro demandas fundamentales: la remoción de la inferioridad civil, la obtención de mayor educación, el auxilio a las madres desvalidas y la cuestión del sufragio, reclamo que se había empujado especialmente en otras latitudes.” (Barrancos, 2018)

El movimiento de mujeres en Argentina se incorpora con muchas de estas demandas, exigiendo y reivindicando derechos, lo que derivó en una de las fuerzas políticas con más arrastre popular en los últimos tiempos. De hecho, es significativa y cada vez más visible la lucha de las mujeres por sus derechos que tiende a desnaturalizar la opresión, problematizar la violencia e interpelar cómo opera en la vida cotidiana. Y, como todo movimiento, quiebra lo establecido y estático para introducir modos diversos de relaciones interpersonales y sociales, activando construcciones colectivas novedosas.

Una de ellas es el **Encuentro Nacional de Mujeres**, espacio que se inició hace 33 años, con una modalidad muy particular: es autoconvocado, horizontal, federal, autofinanciado, plural y democrático. El último, realizado en la localidad de Trelew, provincia de Chubut, reunió a más de 50.000 mujeres argentinas y de países vecinos, provenientes de diversos ámbitos: el barrio, el campo, la facultad, las ciencias, el trabajo, la salud, etc. Allí, se organizaron talleres temáticos en los que se debatió, se intercambiaron experiencias y se definieron las líneas a seguir hasta el próximo año.

En Santa Fe, como en otras ciudades del país, desde el tres de junio de 2015 se suceden sistemáticamente marchas y movilizaciones bajo el lema

“Ni una menos” (NUM, colectivo conformado por mujeres y personas autopercibidas como mujeres, provenientes de distintos sectores: académicos, sindicales, estudiantiles, sociales, políticos, de derechos humanos), como modo de protesta contra los femicidios y las violencias contra las mujeres.

Y, entendiendo que la violencia de género es un problema estructural y multidimensional, es necesario que se la aborde desde las diversas áreas del Estado, articulando políticas públicas y asignándole el presupuesto necesario.

Es importante generar y sostener estrategias de sensibilización e información a personas de todas las edades, condición social, económica y cultural. Todos/as somos destinatarios/as –y responsables- de contribuir a la deconstrucción y construcción de un posicionamiento crítico sobre la problemática porque los prejuicios, discriminaciones y desigualdades continúan reproduciéndose y provocando situaciones de violencia extrema.

Como mujeres y trabajadoras de la Defensoría del Pueblo, adherimos a este modo de comprender la problemática que, como producto socio-histórico-cultural, nos interpela y moviliza para encontrar abordajes adecuados y eficaces. Y lo hacemos desde tres pilares: el género, el derecho y la interdisciplina.

El concepto de **género** “...pretende evidenciar el hecho de que los roles masculinos y femeninos no están determinados por el sexo (es decir, por las características biológicas), sino que van evolucionando en función de las diferentes situaciones culturales, sociales y económicas. Las relaciones de género, por lo tanto, tienen una base cultural; es la sociedad quien define las actividades, el estatus y las características, de cada uno de los géneros.”¹ Es decir, se trata de una categoría que permite analizar las desigualdades sociales entre varones y mujeres.

Por otro lado, una mirada de **derecho** implica acercar y brindar a quienes llegan a la institución, herramientas que posibiliten el acceso a la justicia

sobre la base de la igualdad de derechos, para evitar la repetición de más violencias.

Por último, el enfoque **interdisciplinario**, refleja la convergencia de distintos saberes sobre un tema a tratar, implica la integración de conocimientos. *“Los problemas no se presentan como objetos, sino como demandas complejas que dan lugar a prácticas sociales imbricadas en cuerpos conceptuales diversos. Campos conceptuales articulados en prácticas alrededor de situaciones problemáticas. Es de este movimiento de lo que hablamos, cuando hablamos de interdisciplina.”*²

Resulta importante destacar que desde 2009 en el Centro de Asistencia a la Víctima se lleva adelante el Grupo de Mujeres en Situación de Violencia de Género, como espacio distinto y a veces complementario de la asistencia individual, que reúne significativos beneficios como espacio de reflexión, abierto y de mujeres.

En este espacio grupal las participantes operan como espejo, donde la realidad vivida se resignifica con nuevas interpretaciones sobre la propia experiencia para acceder a una mirada más amplia y menos impregnada de mandatos.

Al pensar-nos como sujetos de derechos situados históricamente, este escenario será equivalente al que cada uno haya recorrido y experimentado a lo largo de su vida. Es decir, derechos y oportunidades van de la mano, para el goce efectivo de los mismos.

Será uno de los desafíos de esta publicación acercar herramientas para informarse, conocerse, abrir sentidos y movilizar papeles, guiones y tramas donde se problematice lo diferente, lo diverso y lo singular tenga posibilidad de desarrollarse, más allá de los relatos cerrados, hegemónicos y excluyentes.

Invitamos a que las/os destinatarias/os se transformen en agentes multiplicadores para la defensa de los derechos de las mujeres, el desarrollo de un pensamiento crítico, y así contribuir a procesos de emancipación y de inclusión social.

¹ Red de acción y aprendizaje comunitario sobre género. Cuestiones esenciales sobre género: Conceptos básicos. (2006). Pág. 7.

² Stolkiner, A. (2005). Pág 1.

2.

ASPECTO METODOLÓGICO

Para quienes trabajamos en violencia de género resulta parte del compromiso diario buscar herramientas y modalidades de abordaje novedosas y adecuadas para prevenir, sensibilizar e informar.

Entonces y teniendo en cuenta la experiencia de coordinación de un espacio grupal de mujeres, a modo de soporte del trabajo intra-institucional y como instrumento de consulta para otros igualmente interesados en la resolución de la problemática de la violencia de género, es que se propone el diseño de una **Caja de herramientas con talleres y técnicas para trabajar la violencia de género.**

Tanto los ejes temáticos como las actividades propuestas han sido pensadas en un proceso grupal y participativo, como parte de un trabajo planificado que permita identificar y tomar los emergentes que surjan en la singularidad de cada grupo involucrado.

El trabajo de taller implica la búsqueda de una mirada crítica sobre las experiencias de la vida cotidiana y permite echar luz, desde el análisis individual y colectivo, a la reflexión de los acontecimientos, quebrando así con la mera réplica mecánica de conceptos. En este contexto, es importante la planificación de los encuentros, especificando lugar, días, horarios, duración de cada jornada y modo de convocatoria de las/os participantes. Las personas encargadas de coordinarlos deberán de-

finir qué rol desempeñará cada una, sugiriendo la presencia de al menos dos que garanticen el registro, sistematización y evaluación de cada jornada.

Los ejes temáticos propuestos en esta Caja de Herramientas son:

Estereotipos

Mitos

Género

Vínculos

Emociones

Comunicación

Sexualidad

Proyectos y cambios

Derechos

Los mencionados resultan apropiados para comenzar a problematizar y desmenuzar la violencia de género, que transversalmente impregna todos los modos de interacción social en la esfera de lo privado y de lo público.

Respecto de los talleres, cada uno empieza y termina en sí mismo, puede pensarse en forma aislada del resto o de modo flexible teniendo en cuenta algunas o todas las actividades, adecuándolas a las necesidades y características de los/as participantes.

¿Cuáles son los objetivos de esta Caja?

- Acercar alternativas metodológicas que faciliten el abordaje de la violencia contra las mujeres.
- Concientizar sobre la temática como problema social.
- Contribuir a la información, desnaturalización y sensibilización de la problemática.

¿Quiénes pueden ser las/os destinatarias/os?

El contenido de la Caja de Herramientas puede ser utilizado en diferentes ámbitos como educación, salud, trabajo, etc. Está destinado al trabajo grupal en torno a la temática de la violencia de género y puede ser empleado por facilitadoras/es, profesionales, educadoras/es con manejo de la misma.

3.

TÉCNICAS DE PRESENTACIÓN

Los encuentros grupales pueden generar procesos de aprendizajes subjetivos e interpersonales que se vivencian en la experiencia del taller, ámbito de intercambio, reflexión, deconstrucción, permitiendo la emergencia de vínculos donde lo vivido es co-pensado con otras/os, generando confianza y empatía entre las/os participantes.

En el desarrollo de las técnicas se plasman los objetivos de cada eje temático, lo que posibilita la internalización, identificación y apropiación de los contenidos desplegados.

Las técnicas de presentación contribuyen a que durante los primeros contactos entre las participantes se disipen ansiedades, temores, prejuicios muchas veces vinculados al desconocimiento y la inseguridad que genera descubrirse a una misma y con otras. Deben ser dinámicas, entretenidas y no requiere en general mucho material.

Una sugerencia para el inicio de cada reunión, y antes de empezar a abordar algún tema es realizar alguna actividad de relajación, en silencio, con música, quietas o en movimiento, a los efectos de tener un momento de conexión consigo mismas, de reconocer cómo se siente cada una en el aquí y ahora.

Actividad de Relajación

Ejercicio de atención a la respiración y reconocimiento de emociones y de sensaciones corporales.

Reproducción del video

"Mindfulness tres minutos"

<https://www.youtube.com/watch?v=0eiQQL4cWIM>

Actividad 1.

A. Diga su nombre y mencione alguna característica positiva de sí misma. Exprese un motivo que la llevó a participar del taller.

B. Mencione aspectos que considera importante para que un grupo funcione.

C. Enumere sus expectativas.

Actividad 2.

A. En cartulinas de colores se confeccionan tarjetas con palabras como: *puntualidad, escucha, atención, respeto, perseverancia, diversidad de opiniones, libertad de hablar, no censurar, no presionar, apoyarse mutuamente, confidencialidad, entre otros.*

Las/os participantes reflexionan sobre las tarjetas, eligen y justifican las razones por las que consideran relevantes tener alguno de estos elementos en cuenta cuando piensan en un grupo.

B. Se entregan tarjetas en blanco para que confeccionen sus propias palabras con algún otro elemento que le resulte significativo para el grupo.

C. Se cierra este encuentro con dos consignas:

- > Qué expectativas tiene en relación con el grupo y qué temas desearía trabajar en los encuentros.
- > ¿Qué se lleva de este encuentro? (interrogante que resulta muletilla de invitación al momento de cierre de todos los encuentros).

Actividad 3.

A. Individualmente arme dos columnas con el siguiente contenido:

- > Reglas para que un grupo funcione.
- > Aportes personales al grupo.

A modo de ejemplo, se muestra la siguiente tabla:

Reglas para el grupo	Aportes personales al grupo
Conocer experiencias nuevas	Tranquilidad
Escuchar	Decisión
Comprender	Confianza
Confiar	Apoyo
Debatir	Tiempo
Respetar	Prioridades

Actividad 4.

El ovillo

Las/os participantes se disponen en círculo. Se toma un ovillo de lana y se arroja hacia las/os los miembros del grupo, al azar, quienes se presentan a sí mismas/os. Cuando concluyen, lo arroja a otra/o participante reteniendo la punta del ovillo y así, hasta llegar al última/o. Se construye una red que une a todas/os los miembros.

Luego, se inicia el proceso inverso siguiendo el camino que trazó el ovillo. Cuando cada participante recibe nuevamente la madeja, expresa sus expectativas respecto del grupo, la reunión o el tema, mientras ovilla la lana que le han entregado. De esta forma, concluye la presentación cuando la red fue desarmada y la madeja reconstruida.

De manera grupal, piensen: si una persona se levanta ¿qué le pasa al resto? Si se quiere ir, si no quiere sujetar la lana, si tira con demasiada fuerza, ¿afecta al grupo? ¿Cómo?

Actividad 5.

Presentación invertida

Las/os integrantes del grupo se disponen en parejas. Cada integrante de la pareja, deberá presentarse y describirse a sí misma/o para que posteriormente sea su compañera/o quien la/o presente al resto del grupo, intercambiando los papeles.

Actividad 6.

La historia de su nombre

Se solicita a las/os participantes que cuenten si conoce el origen de su nombre; si se ha preguntado por qué se llama así y si está ligado a alguna historia, según les hayan transmitido su padre o su madre.

Material audiovisual:

- *Violencia de género -ovillo de lana*- www.youtube.com/watch?v=JrEYZZk5MAE

- *Cortometraje palabras de Puisca* - www.youtube.com/watch?v=lepUNEz3Oxc

4.

EJES TEMÁTICOS

4.1 Estereotipos, mitos y género

4.1.1 Estereotipos

La reproducción mecánica de modelos masculinos y femeninos configura estereotipos a seguir como mandatos establecidos, rígidos y poco adecuados a expectativas, deseos o necesidades individuales, lo que genera opresión, culpa y una sobrecarga subjetiva para muchas mujeres.

El poderoso componente inconsciente de los mismos, así como la función normalizadora que desempeñan, justifica las dificultades para modificar y comprender muchos comportamientos que socialmente se sostienen y refuerzan.

En los estereotipos se asientan y justifican las relaciones de poder, subordinación y desigualdad, lo que constituye moldes o modelos aceptados como “normales y naturales”. Pero, además, configuran representaciones y prejuicios en torno de las formas de ser varón y mujer, que ubican a esta última en un lugar de abnegación, pasividad y entrega incondicional a los otros y que invisibiliza importantes costos personales.

Actividad 1.

Lea atentamente las siguientes afirmaciones:

“Las mujeres tienen habilidades especiales para la crianza de las/os hijas/os y el cuidado de los/as otros/as”.

“Las mujeres relegan sus propios deseos para hacerse cargo de la armonía familiar”.

“Las mujeres dependen de otros porque fueron criadas así”.

“El problema de las mujeres es que, en lugar de pedir opinión, piden permiso”.

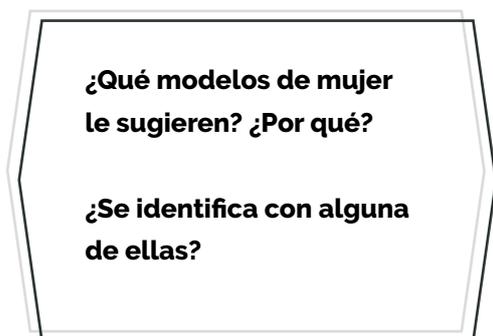
“Una mujer solo se siente realizada al tener hijas/os”.

“Una mujer solo se siente realizada al tener pareja”.

“El amor de las mujeres es incondicional”.

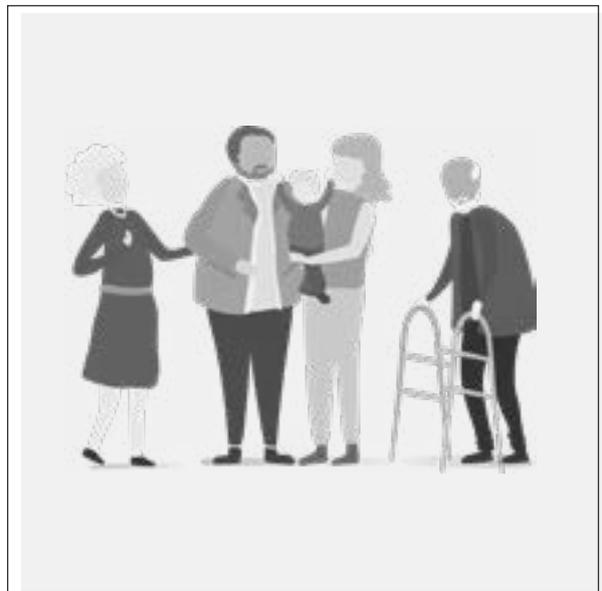
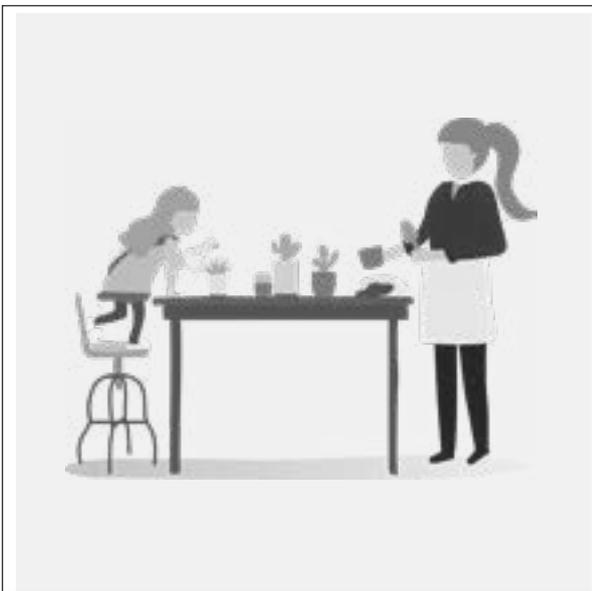
“Las mujeres que piensan en sí mismas son egoístas y descuidan a las/os otras/os”.

A partir de las siguientes afirmaciones reflexione:



Actividad 2.

Se despliegan sobre una mesa tarjetas con imágenes de mujeres: mujer madre, la mujer y la casa, la mujer en los medios de comunicación, mujeres trabajando.



Elija una o varias tarjetas y comparta:

1. ¿Qué modelo, rol, lugar le sugieren las imágenes?
2. Elija una imagen y comente por qué la seleccionó.
3. ¿Cuáles son las características de varones y mujeres?

Actividad 3. Cuentos y canciones

Cuento de Cenicienta

El padre de Cenicienta, viudo, se casó con una mujer con dos hijas. Al morir él, llenas de envidia por su dulzura y belleza, la tratan con gran desprecio y le obligan a hacer las tareas más sucias, pero ella se mantiene dulce y serena. El príncipe organiza un baile para buscar esposa, pero a pesar de ser su mayor ilusión, la madrastra impide asistir a Cenicienta. Mientras llora aparece su hada madrina, que la transforma en una princesa para ir al baile, advirtiéndole que el hechizo se deshará a medianoche. Cenicienta y el príncipe se enamoran y bailan sin parar, pero al dar la medianoche Cenicienta sale corriendo, perdiendo uno de sus zapatos. El príncipe decide probárselo a todas las jóvenes y casarse con aquella a quien le sirva. Y a pesar de los malvados intentos de la madrastra y sus hijas, finalmente el zapato le sirve a Cenicienta, que se casa con el príncipe.

A partir de la lectura del cuento “La cenicienta”, responda las siguientes preguntas:

1. ¿Cuál es su opinión del cuento?
2. En relación a la protagonista:
¿A qué se dedica? ¿Cómo se viste?
¿Cuáles son sus proyectos?
3. ¿Cómo aparece representada la cenicienta y el príncipe?

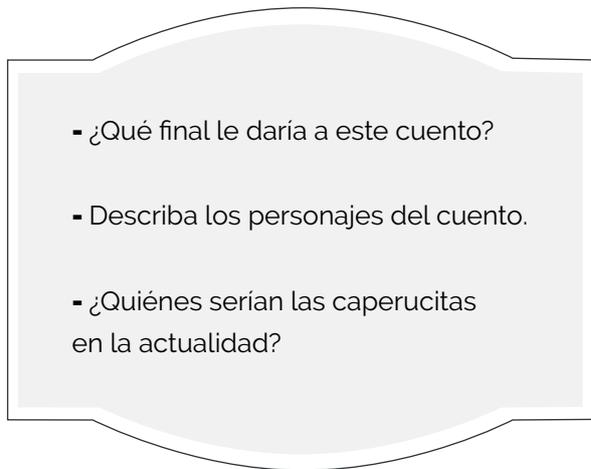
Cuento de Caperucita Roja

Había una vez una niña llamada "Caperucita roja", que se cruza en el bosque con un lobo guapo, inteligente, sexy, conquistador, dueño de un vocabulario seductor y con muchas tácticas para engañarla.

Él intenta convencerla para que siga un camino aparentemente más corto para cruzar el bosque y no el que frecuentemente hace para llegar a la casa de su abuela. Engañada por el lobo y confiando en su palabra, sigue el camino más largo.

Al llegar a casa de su abuela, el lobo la está esperando porque que había tomado el camino más corto.

Luego de la lectura, analice:



Material complementario:

¿Y si cambiamos el cuento de Caperucita roja?

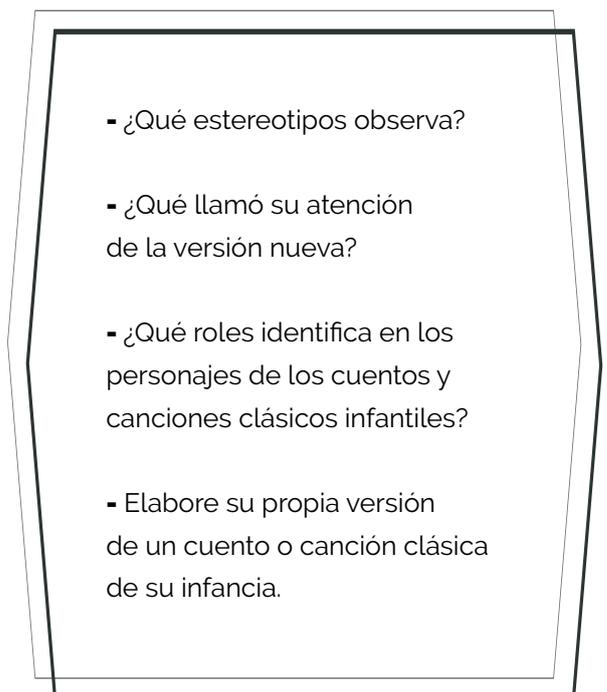
www.youtube.com/watch?v=L8f0_3XUxTM

Canción de arroz con leche

*Arroz con leche, me quiero casar,
con una señorita de San Nicolás.
Que sepa tejer, que sepa bordar,
que sepa abrir la puerta para ir a jugar.
Yo soy la viudita del barrio del rey,
me quiero casar y no se con quien.
Con esta sí, con esta no,
con esta señorita me caso yo.*

***Arroz con leche, yo quiero encontrar
a una compañera que quiera soñar,
que crea en sí misma y salga a luchar,
por conquistar sus sueños de más libertad.
Valiente sí, sumisa no.
Feliz, alegre y fuerte ¡te quiero yo!***

A partir de las dos versiones de la canción analice:



4.1.2 Mitos

De la mano de los estereotipos están los mitos. Son creencias erróneas expresadas de forma absoluta y poco flexibles, forman parte de un imaginario social y son una producción histórica.

Instituyen narraciones y universos de significados, pertenecen al orden de lo social y por lo tanto, pueden resultar comprensibles en algunos contextos y absurdos en otros.

Los mitos reproducen juicios y valores sobre lo que está permitido sentir, pensar y hacer tanto hombres como mujeres de cada sociedad y están presentes en discursos científicos, políticos, religiosos, jurídicos, y en los medios de comunicación.

Actividad 4.

A. Responda *Verdadero o Falso* a las siguientes afirmaciones y justifique la respuesta:

1. La violencia contra la mujer no resulta un problema de gran magnitud.
2. Las víctimas de maltrato a veces se lo buscan y hacen algo para provocarlo.
3. Los violentos padecen algún tipo de enfermedad mental.
4. La violencia es un problema solo asociado a la pobreza y a la falta de instrucción.
5. El alcoholismo y las drogas son causa de la violencia.
6. Las mujeres sostienen dinámicas violentas porque algo les debe gustar.
7. Quien agrede responde porque lo provocan.
8. La mujer tiene que permanecer en casa con el marido y las/os hijos.
9. La mujer que trabaja fuera del hogar descuida la crianza de las/os hijos.
10. El maltrato psicológico es menos grave que el maltrato físico.
11. La conducta violenta es algo innato del ser humano.

4.1.3 Género

La mirada de género implica ver y revisar los modos de relacionarnos entre varones y mujeres en los distintos ámbitos.

La construcción social, cultural e histórica asigna comportamientos, roles, cualidades y atributos propios de lo femenino y lo masculino, a través de dispositivos de socialización presentes en la familia, la escuela, las instituciones y las religiones, que establecen lo socialmente permitido, prohibido y esperado en varones y mujeres.

Actividad 5.

A. Lluvia de ideas. Escriba palabras asociadas al género y elabore una conclusión grupal.

B. A partir de la lectura del siguiente artículo periodístico desarrolle por grupos lo que entiende por violencia de género.

Violencia, ¿de género?

Diario Página/12, jueves 14 de Mayo de 2015.

Por Eva Giberti.

“La comunidad está satisfecha. Con la conciencia tranquila. Se encontró la frase que encubre la violencia contra las mujeres protagonizada por varones: violencia de género. No se sabe a cuál género se refiere. De ese modo queda en la penumbra la violencia patriarcal, la violencia machista, los ataques asesinos, las torturas, las impunidades, las complicidades, mientras las víctimas exhiben sus historias en los medios de comunicación.

Lo cual tranquiliza más aún las buenas conciencias de quienes miran y escuchan los avatares y penurias de esas mujeres golpeadas y se sienten aliviadas porque ahora “por lo menos se puede hablar del tema.

Se habla y se averigua si hay más o menos violencia que “antes” o si se trata de una mayor difusión del tema. Se habla de las víctimas y de las posibilidades de prevención, se reconoce que “algo se ha avanzado” (menos aquellos rabiosos/as que insisten en que “no se hace nada”, negando las múltiples prácticas con las que se ha avanzado durante los últimos años); se habla de todo, pero mucho menos de los varones violentos que ejercen poder.

En oportunidades se ilumina un pantallazo en tevé mostrando la cara de Fulano que debía cumplir prisión por “lesiones graves” pero que está en libertad, o se escucha el nombre del que se escapó después de intentar matar a una adolescente, pero las discusiones e intercambios entre oyentes, profesionales expertos, conductores de programas, editorialistas y comentaristas promueven la idea de género que, como sabemos, incluye a todos los géneros posibles.

La nueva trampa, destinada a silenciar la violencia de los varones, cumple la función de tranquilizar a quienes podrían preguntarse si el compañero con el cual conviven y tiene “carácter fuerte” será un posible golpeador u homicida. Hasta el momento solamente se trataba de un insulto diario o una descalificación permanente, cotidianidades que tapizaban los diálogos con la mujer, sin que ella advirtiera que así comienzan los futuros golpeadores. El tema abre la posibilidad de advertir a quienes aún dudan acerca de los modales e intenciones del compañero.

Importantes textos y programas en los medios ilustrados por profesionales conocedores del tema, con participación o testimonios de víctimas y testigos, difunden las noticias, las imágenes y las consecuencias de estas violencias. Sin embargo, se mantiene pendiente instalar el alerta para aquellas mujeres que conviven tolerando malos tratos como el preludio de una violencia mayor. Empezando por las adolescentes que en sus celulares sobrellevan los múltiples llamados del muchachito con el cual “salen” y piensan que esos contactos, cada hora, son producto del amor cuando en realidad se trata de una forma de control para saber dónde y con quién está.

Al hablar de violencia de género –frase que ganó el fervor popular– no sólo se mantiene oculta la expresión violencia contra las mujeres que inevitablemente compromete a los varones, también se los protege al impedir que la imagen masculina ilustre el imaginario social como sujeto al que es preciso educar superando los cánones del patriarcado destructor. De este modo, el varón queda aislado de la idea de violencia y de responsabilidad personal y social. Al no oponer la preposición “contra”, asociada a mujer (violencia contra las mujeres), el actor de dicha violencia queda fuera de la escena y en su lugar la palabra género asume un falso protagonismo.

Más allá de la trascendencia filosófica y social que implica la inserción de la idea de género en la convivencia y en los ordenamientos y aperturas sociales –que debemos agradecer a los movimientos de mujeres y al feminismo que no cesa de discutirlo– su aplicación en el área de las violencias autoriza a preguntarse los motivos del éxito de “violencia de género”.

Uno de ellos, ignorar la existencia de la ley 26.485, de Protección Integral para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra las Mujeres en los Ámbitos en que Desarrollen sus Relaciones Interpersonales, texto encabezado de acuerdo con aquello que los hechos y la historia significan. La difusión de la idea de género –aplicada en lugar de violencia contra las mujeres– actúa como una barredora, como una ola gigante que se traga y deglute esta violencia que determinados varones promueven. La expresión fue elegida por la comunidad como expresión válida y certera de sus intereses. Permanece como expresión del escándalo que las muertes y las golpizas representan. Enhorabuena se avanza, se piensa y se interviene en la situación de las víctimas; la noticia emigró de la sección Policiales de los periódicos para ingresar en el ámbito de Sociedad y como encabezamiento de los noticieros. No obstante, cabe preguntarse ¿qué sucede para que se omita hablar de violencia contra las mujeres de acuerdo con el texto de la ley?”.

Material complementario:

- Maddaleno, Silvia; Paz Landeira, Florencia. (2015) **Intersexualidad. Documento temático.** Instituto Nacional contra la Discriminación, la Xenofobia y el Racismo (INADI). Ministerio de Justicia de Derechos Humanos – Presidencia de la Nación.

- Defensoría del Pueblo. (2013). **La sexualidad y el género.** Cartilla 4. Venezuela

Actividad 6.

A. Se ofrece una lista de palabras que suelen calificar a varones y mujeres.

B. Discutir en grupo. Nuestro vocabulario o las palabras que cotidianamente utilizamos ¿influyen en el lugar que socialmente se adjudica a varones y mujeres? ¿Por qué?

Zorro: Héroe justiciero.

Zorra: Puta.

Perro: Mejor amigo del hombre.

Perra: Puta.

Aventurero: Osado, valiente, arriesgado.

Aventurera: Puta.

Ambicioso: Visionario, enérgico, con metas.

Ambiciosa: Puta.

Cualquier: Fulano, mengano, zultano.

Cualquiera: Puta.

Callejero: De la calle, urbano.

Callejera: Puta.

Hombre público: Personaje prominente.

Funcionario público.

Mujer pública: Puta.

Hombre de la vida: Hombre de gran experiencia.

Mujer de la vida: Puta.

Rápido: Inteligente, despierto.

Rápida: Puta.

Atrevido: Osado, valiente.

Atrevida: Puta.

Soltero: Codiciado, inteligente, hábil.

Soltera: Retrasada, lenta, ya se le fue el tren... Puta.

Machista: Hombre macho.

Feminista: Lesbiana y... Puta.

Actividad 7.

A. A partir de las siguientes palabras, de manera individual, elija y clasifique algunas características que entienda propias de varones y mujeres.

B. A continuación, de manera grupal, elabore en un afiche un mapa diferente donde enumere otras características masculinas y femeninas sin repetir las que se proponen.

Seguridad Independencia

Eficacia Liderazgo Competitividad

Ternura Dependencia Poder Pasividad

Dedicación Logros Paciencia Toma de decisiones

Sabiduría Profesionalismo Instinto

Emoción Éxito Sensibilidad Miedo Dominio

Fuerza Ideas Espontaneidad

Agresividad Sumisión

Material complementario:

Elver, Elsa. (2009) **La construcción de “Ser Mujer” desde los Mitos.**

Recuperado de: <http://www.rebellion.org/noticia.php?id=84839>

Actividad 8. Justicia de género

A partir de los siguientes enlaces de videos analice:

- ¿Qué tipos de violencias identifica?
- ¿Cuáles son los principales obstáculos para resolverla?
- ¿Qué resultó significativo de los cortometrajes?

Video 1. enlace Campaña JUSTICIA
DE GÉNERO - *La Denuncia* -
Fundación AVON Y AMJA

www.youtube.com/watch?v=Gi0QeQ9WT5w

Video 3. enlace Campaña JUSTICIA
DE GÉNERO - *El Seguimiento de la Causa* -
Fundación AVON y AMJA

www.youtube.com/watch?v=Mo-7D1OweNkg

Video 2. enlace Campaña JUSTICIA
DE GÉNERO - *La Revisación Médica* -
Fundación AVON y AMJA

www.youtube.com/watch?v=kSs1OiVh4qw

4.2 Vínculos

En el eje Vínculos se presentan las distintas dimensiones de las relaciones intra e interpersonales y la singularidad que adquieren dentro de la condición femenina.

Este eje invita al registro y reflexión en torno a qué tipo de vínculo establecemos con nosotras mismas, la soledad, la ausencia y modos de estar con las/os otras/os, los recursos y riquezas del encuentro, así como el aprendizaje para disfrutar de la propia compañía.

También permite reflexionar sobre el significado histórico-cultural de la soledad, la compañía, los proyectos personales, las necesidades, los deseos, los límites, el amor propio y hacia otra/o.

4.2.1 Relación conmigo misma

Resulta importante ejercitar nuestra capacidad de darnos cuenta, de tomar conciencia, caminando hacia el encuentro de los propios valores, necesidades, intereses. Solo de esta manera resulta posible ampliar el repertorio de respuestas ante diferentes situaciones que se presenten en la vida.

Muchas veces no nos damos cuenta de que, si nos cuidáramos a nosotras mismas de la manera en que tanto sabemos cuidar a los otros, es posible vivir de un modo más placentero y amoroso.

Actividad 1.

Lea atentamente el siguiente texto:

La Soledad y la Desolación

Marcela Lagarde

“Nos han enseñado a tener miedo a la libertad; miedo a tomar decisiones, miedo a la soledad. El miedo a la soledad es un gran impedimento en la construcción de la autonomía, porque desde muy pequeñas y toda la vida se nos ha formado en el sentimiento de orfandad; porque se nos ha hecho profundamente dependientes de los demás y se nos ha hecho sentir que la soledad es negativa, alrededor de la cual hay toda clase de mitos. Esta construcción se refuerza con expresiones como las siguientes ‘¿Te vas a quedar solita?’, ‘¿Por qué tan solitas muchachas?’, hasta cuándo vamos muchas mujeres juntas.

La construcción de la relación entre los géneros tiene muchas implicaciones y una de ellas es que las mujeres no estamos hechas para estar solas de los hombres, sino que el sosiego de las mujeres depende de la presencia de los hombres, aún cuando sea como recuerdo.

Esa capacidad construida en las mujeres de crearnos fetiches, guardando recuerdos materiales de los hombres para no sentirnos solas, es parte de lo que tiene que desmontarse. Una clave para hacer este proceso es diferenciar entre soledad y desolación. Estar desoladas es el resultado de sentir una pérdida irreparable. Y en el caso de muchas mujeres, la desolación sobreviene cada vez que nos quedamos solas, cuando alguien no llegó, o cuando llegó más tarde. Podemos sentir la desolación a cada instante.

Otro componente de la desolación y que es parte de la cultura de género de las mujeres es la educación fantástica por la esperanza. A la desolación la acompaña la esperanza: la esperanza de encontrar a alguien que nos quite el sentimiento de desolación.

La soledad puede definirse como el tiempo, el espacio, el estado donde no hay otros que actúan como intermediarios con nosotras mismas. La soledad es un espacio necesario para ejercer los derechos autónomos de la persona y para tener experiencias en las que no participan de manera directa otras personas.

Para enfrentar el miedo a la soledad tenemos que reparar la desolación en las mujeres y la única reparación posible es poner nuestro yo en el centro y convertir la soledad en un estado de bienestar de la persona.

Para construir la autonomía necesitamos soledad y requerimos eliminar en la práctica concreta, los múltiples mecanismos que tenemos las mujeres para no estar solas. Demanda mucha disciplina no salir corriendo a ver a la amiga en el momento que nos quedamos solas. La necesidad de contacto personal en estado de dependencia vital es una necesidad de apego. En el caso de las mujeres, para establecer una conexión de fusión con los otros, necesitamos entrar en contacto real, material, simbólico, visual, auditivo o de cualquier otro tipo.

La autonomía pasa por cortar esos cordones umbilicales y para lograrlo se re-

quiere desarrollar la disciplina de no levantar el teléfono cuando se tiene angustia, miedo o una gran alegría porque no se sabe qué hacer con esos sentimientos, porque nos han enseñado que vivir la alegría es contársela a alguien, antes que gozarla. Para las mujeres, el placer existe sólo cuando es compartido porque el yo no legitima la experiencia; porque el yo no existe.

Es por todo esto que necesitamos hacer un conjunto de cambios prácticos en la vida cotidiana. Construimos autonomía cuando dejamos de mantener vínculos de fusión con los otros; cuando la soledad es ese espacio donde pueden pasarnos cosas tan interesantes que nos ponen a pensar. Pensar en soledad es una actividad intelectual distinta que pensar frente a otros.

Uno de los procesos más interesantes del pensamiento es hacer conexiones; conectar lo fragmentario y esto no es posible hacerlo si no es en soledad.

Otra cosa que se hace en soledad y que funda la modernidad, es dudar. Cuando pensamos frente a los otros el pensamiento está comprometido con la defensa de nuestras ideas, cuando lo hacemos en soledad, podemos dudar.

Si no dudamos no podemos ser autónomas porque lo que tenemos es pensamiento dogmático. Para ser autónomas necesitamos desarrollar pensamiento crítico, abierto, flexible, en movimiento, que no aspira a construir verdades y esto significa hacer una revolución intelectual en las mujeres.

No hay autonomía sin revolucionar la manera de pensar y el contenido de los pensamientos. Si nos quedamos solas únicamente para pensar en los otros, haremos lo que sabemos hacer muy bien: evocar, rememorar, entrar en estados de nostalgia. El gran cineasta soviético Andrei Tarkovski, en su película "Nostalgia" habla del dolor de lo perdido, de lo pasado, aquello que ya no se tiene.

Las mujeres somos expertas en nostalgia y como parte de la cultura romántica se vuelve un atributo del género de las mujeres.

El recordar es una experiencia de la vida, el problema es cuando en soledad usamos ese espacio para traer a los otros a nuestro presente, a nuestro centro, nostálgicamente. Se trata entonces de hacer de la soledad un espacio de desarrollo del pensamiento propio, de la afectividad, del erotismo y sexualidad propias.

En la subjetividad de las mujeres, la omnipotencia, la impotencia y el miedo actúan como diques que impiden desarrollar la autonomía, subjetiva y prácticamente.

La autonomía requiere convertir la soledad en un estado placentero, de goce, de creatividad, con posibilidad de pensamiento, de duda, de meditación, de reflexión. Se trata de hacer de la soledad un espacio donde es posible romper el diálogo subjetivo interior con los otros y en el que realizamos fantasías de autonomía, de protagonismo, pero de una gran dependencia y donde se dice todo lo que no se

hace en la realidad, porque es un diálogo discursivo.

Necesitamos romper ese diálogo interior porque se vuelve sustitutivo de la acción; porque es una fuga donde no hay realización vicaria de la persona porque lo que hace en la fantasía no lo hace en la práctica, y la persona queda contenta pensando que ya resolvió todo, pero no tiene los recursos reales, ni los desarrolla para salir de la vida subjetiva intrapsíquica al mundo de las relaciones sociales, que es donde se vive la autonomía.

Tenemos que deshacer el monólogo interior. Tenemos que dejar de funcionar con fantasías del tipo: “le digo, me dice, le hago”. Se trata más bien de pensar “aquí estoy, qué pienso, qué quiero, hacia dónde, cómo, cuándo y por qué” que son preguntas vitales de la existencia.

La soledad es un recurso metodológico imprescindible para construir la autonomía. Sin soledad no sólo nos quedaremos en la precocidad, sino que no desarrollamos las habilidades del yo. La soledad puede ser vivida como metodología, como proceso de vida. Tener momentos temporales de soledad en la vida cotidiana, momentos de aislamiento en relación con otras personas es fundamental. y se requiere disciplina para aislarse sistemáticamente en un proceso de búsqueda del estado de soledad.

Mirada como un estado del ser –la soledad ontológica– la soledad es un hecho presente en nuestra vida desde que nacemos. En el hecho de nacer hay un proceso de autonomía, que al mismo tiempo, de inmediato se constituye en un proceso de dependencia. Es posible comprender entonces, que la construcción de género en las mujeres anula algo que al nacer es parte del proceso de vivir.

Al crecer en dependencia, por ese proceso de orfandad que se construye en las mujeres, se nos crea una necesidad irremediable de apego a los otros.

El trato social en la vida cotidiana de las mujeres está construido para impedir la soledad. El trato que ideológicamente se da a la soledad y la construcción de género anulan la experiencia positiva de la soledad como parte de la experiencia humana de las mujeres. Convertirnos en sujetas significa asumir que de veras estamos solas: solas en la vida, solas en la existencia. Y asumir esto significa dejar de exigir a los demás que sean nuestros acompañantes en la existencia; dejar de conminar a los demás para que estén y vivan con nosotras.

Una demanda típicamente femenina es que nos “acompañen” pero es un pedido de acompañamiento de alguien que es débil, infantil, carenciada, incapaz de asumir su soledad. En la construcción de la autonomía se trata de reconocer que estamos solas y de construir la separación y distancia entre el yo y los otros”.

Reflexione y responda las siguientes preguntas:

- ¿Se permite estar sola?
- ¿Qué siente y qué piensa cuando está sola?
- ¿Qué significa para usted encontrarse consigo misma?
- ¿Practica su soledad?
- ¿Identifica mecanismos concretos para evitar estar sola?
¿Cuáles?

Actividad 2.

Mediante un gráfico defina y dibuje sus cualidades, su estilo, su personalidad, sin utilizar para ello el dibujo de una figura humana.

El objetivo es buscar mediante metáforas aproximarnos a características, actitudes, capacidades, intereses personales.

Actividad 3.

Complete las siguientes frases:

Yo necesito

Y lo puedo encontrar

Me gustaría que dentro de 1 año, mi vida sea

.....

Actividad 4.

A partir de la elección de una foto personal (foto papel, foto en el celular) a solas o con otras/os, arme una historia donde argumente tal elección.

Por ejemplo:

- ¿Por qué eligió esa foto?
- ¿Qué particularidad identifica en esa imagen?
- ¿Cómo puede describirse en aquel momento y en la actualidad? ¿Reconoce alguna diferencia?

Actividad 5.

Complete la siguiente tabla, enumere fortalezas y debilidades que reconozca de sí misma.

Fortalezas
Debilidades

Luego describa:

- ¿Cómo se ve?
- ¿Cómo cree que la ven las/os demás?

Material complementario:

Zicavo, Eugenia. (2009) **“Cuerpos e imágenes de mujeres: el modelo de la mujer inexistente”**. En Revista Brujas, Asociación de Trabajo y Estudios de la Mujer (ATEM). Año 28, N° 35, Octubre de 2009. Buenos Aires, Argentina. Pp. 19-24. ISSN 1646-5164.



4.2.2 Relación con las/os otras/os.

Una de las estrategias más exitosas de la ideología patriarcal ha sido imponerles a las mujeres ser las protectoras del otro género. Es importante correr los velos que entorpecen la construcción de la propia compañía de las mujeres lanzándose a la apasionante aventura de construir en la subjetividad femenina el verdadero acompañamiento.

Actividad 1.

Cómo negociar en el amor

Página 12 21/06/15

Fragmento de entrevista a Marcela Lagarde

“Estuvo en Buenos Aires y habló sobre los pliegues de la construcción del amor tradicional patriarcal, tal como lo conocemos. El amor como cautiverio, el amor como opresión: “No concibo el amor sin el análisis del poder”, advirtió. Explicó que “muchos hombres anticipan verbalmente la violencia física o verbal, la violencia económica, patrimonial y no les creemos hasta el día que actúan: te destruyen tus cositas, te cortan tu ropa, te empujan”. Y propuso “nuevos modelos de convivencia y cuidados distintos, con solidaridad y con responsabilidad”, partiendo de que las mujeres antes que nada sean egoístas, se conozcan y crean en sí mismas.

La palabra “negociaciones” nos cuesta un rato a las mujeres. Porque creemos que es una relación que no tiene nada que ver con las negociaciones ni nada, y “pongo el corazón por delante, las hormonas y la pasión total y absoluta, y cómo voy a pensar en negociar, eso sería tramposo, traidor y heriría los sentimientos de otra persona...”

-Los hombres no piensan eso...

-Los hombres luego te digo cómo. Lo que yo quería resaltar en el taller es que la negociación primera que hay que hacer es interna. Una con una misma. Esa misma, que es también un tema que he trabajado toda la vida, me parece básica para el amor. Cuando nosotras apenas nos vamos viendo a nosotras mismas, ya nos llaman a ver al otro. En cambio, antes de salir a decir, tengo que ponerme de acuerdo conmigo misma, porque si no, sin tomar decisiones me voy a poner en bandeja de plata a la otra persona que sí va a negociar, sea quien sea.

– Las mentalidades desarrolladas en las mujeres son mentalidades de fe, de creencias, de dogmas y en lo primero en que se nos hace creer es en los demás y no en nosotras mismas. Y veamos qué es lo que hacemos nosotras para ir logrando que las mujeres confiemos, en el sentido de confiar en alguien. En primer lugar, que confiemos en nosotras, porque el sentido común es creer en los demás, es creer en sus palabras. Es más, quiero decirlo por el tema de la violencia, muchos hombres anticipan verbalmente la violencia física o verbal, anticipan la violencia económica, patrimonial y no le creemos hasta el día que actúan: te destruyen tus cosas, te cortan tu ropa, te empujan. Pero ya te lo habían dicho.

–Pareciera que las mujeres, que son tradicionalmente las cuidadoras, no saben cuidarse a sí mismas.

–Esa es una de las más graves estructuras patriarcales. No es que no se nos dé cuidarnos, es que lo perverso del orden patriarcal es tener millones de especialistas en cuidar a los otros. Millones enseñadas a descuidarnos en parte. O a cuidar mucho ciertos aspectos de nosotras, de nuestra vida, que no necesariamente son los prioritarios, con el descuido de otra parte de nuestras vidas. Y el amor como lo conocemos tiene una gran parte de cuidado. Y en el modelo más tradicional es cuidado absoluto, cuidado del cuerpo, de la sexualidad del otro, del placer del otro, de la casa del otro. O sea, lo totalitario patriarcal es un cuidado absoluto, pero al mismo tiempo con cierto descuido en tu salud, o en tu formación, o en tu espiritualidad. Y también mientras más nos descuidemos, más está el deseo profundo, inconsciente de ser cuidadas, entonces las mujeres cuidamos por carencia, no por convencimiento y necesitamos cambiar eso si queremos cambiar la forma de amar a la pareja.

–¿Qué les pasa a las mujeres cuando esperan que las amen como ellas aman y no les devuelven eso?

–Pues hay una gran frustración. Hay una gran tristeza. Hay un duelo. A veces no lo hacemos. Nos cuesta mucho hacer ese duelo. Pero si queremos dejar de tener la fantasía de que nos amen como nosotras amamos, tenemos que hacer el duelo del reconocimiento de que no se puede. Entonces, más bien veamos cómo se puede, qué sí se puede, en estas condiciones, con estas personas y dejemos de fantasear, omnipotentemente, que podemos cambiar al otro para que nos amen como queremos que nos amen.”

Para pensar y compartir:

- 1.** Comparta y reflexione sobre algún ejemplo práctico de cuidado a otro/as.
- 2.** Comparta y reflexione sobre algún ejemplo práctico de cuidado a sí misma.

Actividad 2.

Para debatir en grupo:

Qué le sugiere la frase:

Primero están las/os demás.

¿Hubo momentos o situaciones en los que priorizó los intereses o necesidades de las/os demás antes que los propios? ¿Cuáles? ¿Cómo se sintió?

Actividad 3.

En la siguiente actividad, se utilizará como material audiovisual dos fragmentos de la película *“Te doy mis ojos”*.

Fragmento 1 “Te doy mis ojos”

www.youtube.com/watch?v=4gTw5Bn2s_Y

Fragmento 2 “Te doy mis ojos”

www.youtube.com/watch?v=Qzikymvjpd4

Luego, analice en grupo:

- ¿Cómo ve a la protagonista de la película a lo largo de estos fragmentos?
- ¿Qué aspectos identifica en relación a la familia, el trabajo, la pareja y la denuncia por violencia?

Actividad 4.

Individualmente responda:

1. ¿Qué es la violencia para usted?
2. Visualice una situación de violencia, imaginando las personas involucradas. ¿Qué causas le atribuye?

Actividad 5.

Tómese unos minutos para recordar:

1. ¿Qué ideas, pensamientos o actitudes relacionadas con el propio cuidado y el cuidado a otras/os fueron transmitidas por sus padres, referentes, personas importantes en su vida (hermanas/os, pareja, abuelas/os, profesoras/es)?
2. ¿Pudo modificar algo de lo transmitido e identificado?

Actividad 6.

“En el tejido social, las mujeres tenemos un peso extraordinario al tejer y sostener las relaciones de parentesco y familiares, las conyugales, amorosas y de amistad, el trabajo y las actividades económicas, culturales, científicas e intelectuales; a través de la participación social y política, la espiritualidad y la práctica de la solidaridad.

La sororidad -del latín sororis, hermana, hermandad, relativo a calidad de...-, es una dimensión ética, política y práctica del feminismo contemporáneo. Se trata de una alianza, de una relación paritaria entre mujeres que propicia la confianza, el reconocimiento recíproco de la autoridad y el apoyo.

Es una experiencia que conduce a la búsqueda de relaciones positivas y a la alianza con otras mujeres para contribuir con acciones específicas en la eliminación de todas las formas de opresión y al empoderamiento vital de cada mujer.

Tiene que ver con el reconocimiento, se trata de acordar, sumar y crear vínculos.”

Reflexione sobre el texto de Lagarde y luego debata en grupo:

- ¿Qué entiende por solidaridad? ¿Qué diferencia encuentra con el término sororidad?
- ¿Qué características espera de las personas que se relacionan con usted?
- Visualice mujeres significativas de su entorno.
- Describa qué encuentra en esos vínculos.
- Describa qué aprendió de la experiencia y de lo reflexionado.

Material complementario:

Lagarde, Marcela.(2012). **Feminismo en primera persona – Sororidad**. En M. Lagarde. El feminismo en mi vida. Hitos, claves y topías. (pp. 543-555). México: Instituto de Mujeres del Distrito Federal.

4.2.3 Relación con las/os hijas/os.

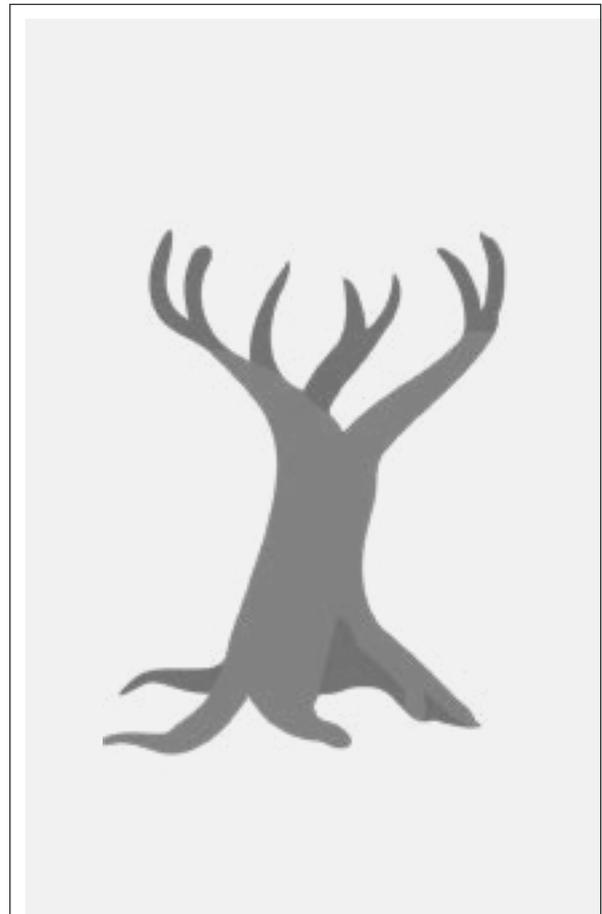
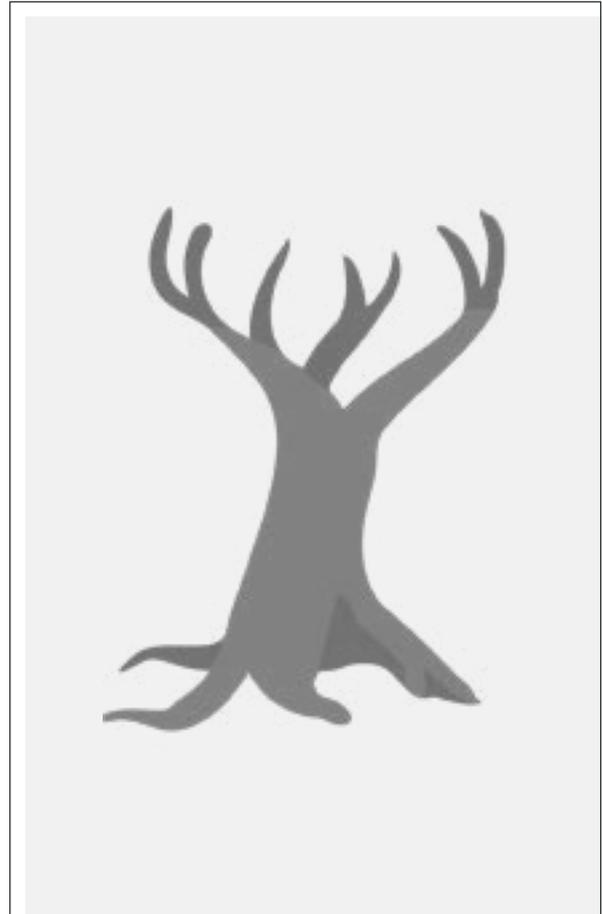
En la actualidad estamos ante la presencia de nuevos modos de construir una familia, que fueron desplazando a la familia nuclear centrada en la autoridad patriarcal como un modelo único o predominante y donde la mujer paulatinamente se ha ido corriendo de la automática vinculación con el rol materno dentro del ámbito privado.

Llevar adelante una familia no es tarea fácil y resulta frecuente que en algún momento de la evolución de un mapa imaginario, que generalmente se construye en torno a la misma, no haya coincidencias con la realidad. Es importante elaborar un mapa familiar creativo y flexible donde la relación con las/os hijas/os resulta un vínculo que invita a despejar permanentes interrogantes.

Actividad 1.

Árbol de problemas

- Piense una dificultad particular en relación al vínculo con sus hijas/os ¿Por qué la eligió?
- Grafique un árbol señalando en la raíz las posibles causas de tal dificultad y en la copa, los efectos o consecuencias.
- Finalmente proponga cómo transformar en soluciones las dificultades encontradas.



Actividad 2.

Juego de roles (entrenamiento en el desempeño de roles)

Es una técnica muy útil para la exploración y el entrenamiento de roles desconocidos o para explorar temores en los habituales. También, facilita la comprensión de roles complementarios, sea por la identificación, el desconocimiento o los prejuicios puestos en juego. (Escardó, Vita)

- Agrupadas en parejas, una tomará el rol de hija/o y la otra el rol de madre.
- Desarrolle una escena de la vida cotidiana.
- Luego, se intercambian los roles y se re crea otra escena de la vida cotidiana.
- Grupalmente, se debate la actividad.

Actividad 3.

Más allá de las experiencias individuales con la maternidad y de los modelos de madre que hayamos conocido es importante recuperar y ampliar las funciones y beneficios de este rol, que lo podemos encontrar no sólo en la madre biológica, sino en otras/os referentes de los múltiples atributos de la condición femenina (cuidado, solidaridad, responsabilidad, fortaleza, inteligencia, intuición, sensibilidad, creatividad, etc.).

“La mayoría de las personas que ahora son adultas han recibido de su madre real el legado de la madre interior. Se trata de un aspecto de la psique que actúa y responde de una manera que es idéntica a la experiencia infantil de la mujer con su propia madre. Además, la madre interior está hecha no sólo de la experiencia de la madre personal sino también de la de otras figuras maternas de nuestra vida y de las imágenes culturales que se tenían de la buena madre y de la mala madre en la época de nuestra infancia”. (Estés, 2000, pag. 143)

Reflexione en grupo

- ¿Qué le sugiere el texto?
- ¿Qué significa para usted el rol de madre?

Material complementario

Clarissa Pinkola Estés. (2000) **Mujeres que corren con los lobos**. Barcelona: D Ediciones B, S.A.

4.2.4 Relación con la pareja

“A medida que nos vamos vinculando con el nuevo paradigma -sano y maravilloso- del feminismo nos encontramos con la visión que, hoy, nos hace brillar los ojos.

Lo que tiempo atrás era el amor romántico como ideal de vida, adquiere hoy nuevas formas. Un compañero, una compañera, el nuevo amor que se pone a cuestionar todo lo instalado. La nueva forma de besar, de tener sexo, de mirarse a los ojos y de sonreír. La nueva manera de acostarse, de hablar mirándose a los ojos, de ser libre y responsable. El compañerismo polifacético. El compañerismo donde los ideales están presentes, los valores y las diferencias también. Es el hilo conductor de la des-patriarcalización de los vínculos monógamos, polígamos o como crea (y sea) que es sano vincularse.

Utilizar el término “responsabilidad afectiva” y “realidad efectiva” también es parte del compañerismo. Un/a compañero/a no es solamente la persona que te acompaña. Un/a compañero/a es aquel/ella que ante cualquier tipo de injusticia -social, económica, de género, personal, interpersonal- se mueve con vos, modifica, replantea, reconstruye, de-construye, dice que sí cuando hay que decirlo y no, también. Es esa persona que permite que una/o se sienta completa/o sin recaer en esa metáfora capitalista -ultra capitalista- en la cual buscamos “la media naranja.

La “media naranja” hace alusión a una incompletud, a que necesitamos algo para estar completas/os. Ése algo es una persona. Pero no una persona como ser humano, con un contexto o con sentimientos y humanizada, sino objetivizada. “Él es mío, Ella es mía”. Dejamos de ser personas que se acompañan, para ser ese objeto de deseo -así lo llama Freud- que no importa si completa o no al otro/a, sino que basta con tal de sentirme “llena”. Eso es a lo que le llamo el capitalismo emocional. El capitalismo donde la noción de falta es lo que prima ante cualquier cosa y seremos capaces de padecer cualquier tipo de sufrimiento, cueste lo que cueste, con tal de rellenar ese vacío (claramente impuesto)” .

Azul Verzura, 2019.

Actividad 1.

- 1.** ¿Qué modelos de pareja le fueron transmitidas por figuras significativas?
- 2.** ¿Considera a la pareja de la misma forma que hace cinco años atrás?

Actividad 2.

Lea atentamente las siguientes afirmaciones y desarrolle una reflexión de cada una.

1. Cuando nos enamoramos encontramos la media naranja.
2. El amor todo lo puede.
3. Es imposible enamorarse de varias personas a la vez.
4. Los celos son un signo de amor.
5. Es amor cuando sentimos un clic mágico con otra persona.
6. El amor ocurre una sola vez en la vida.
7. En la pareja no deben existir discusiones.
8. Los polos opuestos se atraen.

Actividad 3.

De manera grupal, discuta sobre los mitos del amor romántico que se muestran a continuación, tomando como ejes las siguientes preguntas:

- ¿Qué piensa en relación a estos mitos?
- ¿Se siente identificada con algunos?
- ¿Agregaría algún otro?

MITOS EN TORNO AL AMOR ROMÁNTICO

1. **Mito de la "media naranja" o la "fe ciega en el destino"** Creer que se elige a la pareja que tengamos predestinada y que ha sido la única o mejor elección posible.
2. **Mito del emparejamiento.** Creencia de que la pareja heterosexual es algo natural y universal o de que la monogamia amorosa está presente en todas las épocas y culturas.
3. **Mito de la exclusividad.** Creer que es imposible que nos gusten varias personas a la vez.
4. **Mito de los celos.** Creencia de que los celos son un signo de amor.
5. **Creer que amor y enamoramiento son equivalentes.** Creer que si no hay pasión es que ya no se ama y lo mejor es cortar la relación.
6. **Mito de la omnipotencia.** Creer que "el amor todo lo puede" o que "cualquier sacrificio es válido por la pareja".
7. **Concepción mágica del amor.** Creencia de que nuestros sentimientos amorosos no están influidos por factores socio-biológicos-culturales.
8. **Mito del matrimonio o de la convivencia.** Creer que el amor debe conducir siempre a la unión estable y constituirse en la única base de la convivencia de la pareja.
9. **Mito de la unidad.** Creer que ambos miembros de la relación han de ser "uno".
10. **Creencia de que discutir es malo.** Una pareja que no discute no es necesariamente una buena pareja.
11. **"Los polos opuestos se atraen"** Las personas que tienen objetivos, intereses, gustos y perspectivas comunes son las que más se atraen y mejor se llevan a largo plazo.

Actividad 4.

Lectura y análisis del siguiente texto:

La dimensión perversa del aguante

Clara Coria

“La dimensión perversa del aguante es ejercida mayoritariamente por mujeres. En su infinita capacidad de aguante, cuidadosamente alimentada durante siglos, sostienen muy convencidas que aguantan el maltrato de sus compañeros “por amor”, las descalificaciones y prepotencias de sus hijos “por amor” y la postergación de sus propios desarrollos personales “por amor”.

Desde esta perspectiva, las mujeres aguantan callar sus desacuerdos para no alterar la armonía familiar “por amor”, aguantan resignarse a ser marginadas por decisiones económicas “por amor”, aguantan servirse sólo los restos de una comida sabrosa “por amor”, aguantan hacerse cargo de las necesidades ajenas “por amor”. En otras palabras, cuando hacen del “aguantar” una virtud que favorece a otros en detrimento de sí mismas estamos en presencia de una dimensión perversa del aguante.

Aguantar por amor es un contrasentido. Se puede aguantar por conveniencia, por solidaridad o por supervivencia, pero no por amor. Más allá de cómo cada quien conciba el amor, se trata indudablemente de un sentimiento liberador, contrario a las opresiones y capaz de poner en movimiento las vivencias más notables; el aguante es una de las manifestaciones de la opresión.

En el aguante, como actitud de sumisión, el ceder funciona como un mecanismo aplacatorio, mientras que en la negociación el ceder se convierte en una estrategia de intercambio y respeto mutuo.

La ilusión de que “si somos uno con el otro” se convierte en uno de los apoyos a partir del cual se construye una concepción social del amor, según la cual se espera de él y se le exige entrega absoluta, coincidencia total o cualquiera de las formas fusionantes como son, por ejemplo, “siempre te amaré”, “nunca te olvidaré” o “jamás amaré a otro”. Semejante pretensión ilusoria es desmedido y termina haciendo del amor un sentimiento esclavizante y esclavidador; traiciona el sentido primero y último del amor.

Mediante la identificación de la mujer con la madre, se consigue imponer de manera inconsciente en la subjetividad femenina una concepción del amor de pareja echa a imagen y semejanza del amor maternal. Es así que mientras los varones son vistos independientemente de su paternidad, las mujeres quedan adheridas a una imagen maternal cuya transgresión llega a ser severamente censurada. Este “amor maternal” también fue construido desde una perspectiva patriarcal como amor absoluto, incondicional, abnegado y altruista que convierte

en sublime la dedicación al hijo.

En síntesis, para muchas mujeres el amor de pareja se constituye a imagen y semejanza del amor maternal, amor fusionante que considera necesario e inevitable aguantar para sostener la pareja.

El modelo de amor de pareja en el que tantas mujeres quedan aprisionadas es una construcción social echa a imagen y semejanza del modelo maternal impuesto por el patriarcado. Del aguante por amor adquiere una dimensión perversa cuando se convierte en una virtud.

Como vemos, queda mucho por hacer y pareciera que lo primero es darnos cuenta que habrá que aceptar que no somos las madres de todo el mundo ni es necesario que lo seamos..”

Agruparse y discutir las siguientes preguntas:

- ¿Qué entiende por relación de pareja?
- ¿Qué entiende por amor en una relación de pareja?
- ¿Cuál es el mensaje que le deja el texto?

Actividad 5.

Agruparse y responder las siguientes preguntas:

- ¿Qué dificultades se le han presentado habitualmente en su pareja?
- ¿Cómo las resolvió?
- ¿Cómo las resolvería luego de conversar en el grupo?

SITUACIÓN (ejemplos)	SOLUCIÓN/ES IMPLEMENTADAS	SOLUCIÓN PRO- PUESTA EN GRUPO
Me controlaba el teléfono		
Me seguía al trabajo		
Me hizo dormir en el patio		
No podía recibir visitas		
Me amenazaba con sacarme a los chicos		

Actividad 6.

Lectura y análisis del siguiente texto:

Amor e identidad femenina: para amar tenemos que conocer.

Marcela Lagarde

“Las mujeres contemporáneas dedicamos muchos esfuerzos y afanes a modernizar la vida social, la cultura, las leyes y la política. ¿Nos dedicamos a modernizar el amor? En lo que yo conozco y encuentro, donde dejamos más intocada la tradición es en todo aquello que tiene que ver con el amor.

Las mujeres no vivimos con equilibrio la contradicción tradición – modernidad en esa importantísima zona de nuestra subjetividad y de nuestra vida. Mantenemos el amor en formas tan tradicionales que darían gusto para un museo. Somos modernas en apariencia. En la carrocería, el estilo, en las formalidades. Pero la propia subjetividad, lo que está más ligados a los afectos configuradores de nuestra identidad de género, el amor, permanece intocado. Nuestro sincretismo es a menudo lastimoso porque el amor, tan central en la vida de las mujeres, resulta el espacio más tradicional en las mujeres modernas.

Una propuesta metodológica muy interesante para el autoconocimiento sería que cada una iluminara su configuración amorosa desde una perspectiva moderna. Que analizara el sentido que le da al amor, sus relaciones amorosas, su forma de amar, Al hacer esta propuesta, estoy introduciendo una clave moderna, no tradicional, sobre el amor. ¿En qué consiste esta clave? En entender que para amar hay que conocer, tener conocimientos.

Ésta es una clave profundamente moderna en cuanto al amor. Porque la cla-

ve tradicional es: el amor se da solo, no hay que analizar nada, no es necesario conocer, el amor llega inesperadamente, te sale naturalmente del corazón y no necesitas conocer nada, sólo entregarte. Desde una perspectiva moderna entendemos que para amar es imprescindible el conocimiento. Estamos ante un principio moderno que rompe con la atávica ignorancia que se le ha asignado a las mujeres en el amor.

En la concepción tradicional del amor se espera que las mujeres seamos ignorantes. La ignorancia se llega incluso a considerar el atributo del amor. En la moral amorosa tradicional esa ignorancia es elevada al rango de virtud, una virtud femenina. Desde una perspectiva moderna nos planteamos que para amar necesitamos conocer. Sobre todo, conocernos a nosotras mismas. Necesitamos el autoconocimiento.”

Agruparse y discutir las siguientes preguntas:

- ¿Puede amar a otro/a si no se ama a sí misma?
- ¿Individualidad y amor son incompatibles?
- ¿Considera que existe el amor total incondicional y eterno?
- ¿Cómo describiría sus experiencias de amor?

Actividad 7.

Utilizando como disparador tarjetas con distintas palabras: amor, autonomía, dependencia, cuidado, relaciones, compromiso, confianza, aislamiento, independencia, atención, afecto, soledad, represión emocional, seguridad, sumisión; analice las siguientes preguntas:

- ¿Qué le sugieren estas palabras?
- ¿Encuentra alguna relación entre ellas?
- ¿Cómo definiría el amor?
- ¿Cómo definiría una relación de pareja?
- ¿Hay una sola manera de amor?
- ¿A quién/quienes va dirigido el amor?

Represión
emocional

Sumisión

Soledad

Compromiso

Cuidado

Confianza

Dependencia

Autonomía

Amor



Actividad 8.

Construya una línea histórica ubicando los principales acontecimientos amorosos (positivos y negativos) que recuerde de su infancia, adolescencia y adultez.



Material complementario

Azul Verzura. (2019) *Compañerx*. Revista Reviradas. Recuperado de <http://reviradas.com.ar/2019/01/10/companerx/>

Coria, Clara. (2011) *El amor no es como nos contaron...ni como lo inventamos*. Barcelona: Paidós.

Coria, Clara. (2011). *La dimensión perversa del aguante*. Barcelona: Paidós.

Equipo Latinoamericano de Justicia y Género. (2009). *Violencia familiar y aportes para la discusión de políticas públicas y acceso a la justicia*. Iglesias Comunicación

Lagarde, Marcela (2001). *Claves feministas para la negociación en el amor*. Managua: Puntos de Encuentro

4.3. Emociones

Las emociones son importantes señales de alerta y se manifiestan a través de las sensaciones que vamos sintiendo en nuestro cuerpo. Pero necesitamos estar atentas, registrar y darnos cuenta de lo que va pasando.

Solemos creer que las emociones son un problema. Que la alegría, el miedo, el enojo, la culpa o la vergüenza son los problemas que nos acosan, ¿y es así?

“Se convierten en problemas cuando no sabemos cómo aprovechar la información que brindan, cuando nos enredamos en ellas y nuestra ignorancia emocional las convierte en una dificultad más. Así cada estado agrega un sufrimiento estéril a la experiencia que vivimos. Pero, repitémoslo una vez más, no es la emoción en sí lo que perturba sino el no haber aprendido aún como leer y aprovechar la información que transmite.” (Levy Norberto “La sabiduría de las emociones”)

Actividad 1.

Analice el texto anterior y reflexione:

- ¿Con qué emoción se identifica en su vida diaria?
- ¿Suele guardar o exteriorizar sus emociones?
- ¿Cómo las puede exteriorizar?
- ¿La emoción la habilita a reaccionar o la paraliza?

Actividad 2.

Utilizando revistas realice un collage a partir de las siguientes consignas:

1. Seleccione una o más imágenes señalando la emoción o estado que le sugiere.
2. Visualice algún ámbito, experiencia, circunstancia o persona que vincula con la emoción reconocida en la imagen.
3. Comparta las conclusiones.

Actividad 3.

Mapa estacional

- Ubique en la siguiente línea de vida una o más experiencias significativas vividas durante los últimos tres meses.
- Seleccione una de las experiencias mencionadas, vinculándola con alguna estación del año.
- Describa por qué eligió tal estación y las emociones asociadas.
- ¿Cómo se siente ahora al considerar ese momento?

Actividad 4.

Considere la siguiente silueta como reflejo del propio cuerpo y reflexione:



- Habitualmente ¿en qué parte del cuerpo ubica sus dolencias?
- ¿Qué emociones la atraviesan frecuentemente?
- ¿Puede identificar alguna relación entre el cuerpo y las emociones?



Actividad 5.

Lea atentamente las siguientes frases y recuerde si las escuchó antes.

¿Con qué situaciones las relaciona?

Realizar una puesta en común.

- Hay que vencer el miedo
- No seas cobarde, no tengas miedo
- El miedo es signo de debilidad
- Los hombres no tienen miedo
- El miedo es un problema
y hay que tratar de evitarlo.

“El miedo es una señal que indica que existe una desproporción entre la magnitud de la amenaza a la que nos enfrentamos y los recursos que tenemos para resolverla.

La amenaza puede ser física o emocional. Podemos temer ser golpeadas, no contar con el dinero suficiente para mantenernos, ser humilladas y excluidas del afecto de quienes nos rodean, etc.” (Levy, 2010)

Actividad 6.

Considerando el siguiente cuadro como ejemplo mencione cuáles pueden ser los obstáculos externos (objetivos) o internos (subjetivos) para salir de una relación violenta.

Obstáculos objetivos	Obstáculos subjetivos
Dependencia económica	Temor a la represalia del hombre violento
Marginalidad como situación de riesgo para otros abusos de terceros.	Temor a perder su estilo y nivel de vida
Aislamiento de otras relaciones personales	Temor a estar sola
Falta de información respecto de las instancias de ayuda disponibles.	Dificultad para tomar decisiones por sí misma. Inseguridad.
Conocimiento de la falta de eficacia y celeridad de las instancias de ayuda disponibles.	Dificultad de contradecir los mandatos familiares, sociales o religiosos.

Material complementario

Escardó, Vita. (2016). *Síndrome de burnout*. Cuidado de cuidadores. Buenos Aires: Noveduc.

Lagarde, Marcela. (2001). *Claves feministas para la negociación en el amor*. Capítulo 1: Amor e identidad femenina – para amar tenemos que conocer. Managua: Puntos de Encuentro.

Levy, Norberto. (2010) *La sabiduría de las emociones*. Barcelona: Debolsillo

4.4 Comunicación

Actividad 1.

A partir de la lectura y reflexión del texto “Cómo los medios de comunicación reproducen y naturalizan la violencia de género”, discuta sobre la base de las siguientes consignas:

- ¿Qué tipo de mujeres muestra la televisión? ¿De qué edad, con qué apariencia?
- ¿Son protagonistas o ejercen un papel secundario?
- ¿Qué tipo de lenguaje se usa para hablar de las mujeres? ¿Y para hablar de los varones?
- ¿Por qué cree que se representa a las mujeres abnegadas y a los varones, fuertes?

Cómo los medios de comunicación reproducen y naturalizan la violencia de género.

Manuel Toledo Campos

Dircom U. de Chile. 25 de noviembre de 2015.

“Pese a que existe un constante crecimiento de la conciencia respecto de la importancia de la igualdad de oportunidades y la erradicación del sexismo de las sociedades contemporáneas, la naturalización de conductas y lenguajes machistas en los medios de comunicación genera un estancamiento cultural que hay que advertir, tal como indican académicas y profesionales de la Casa de Bello.

La ONU inició una campaña de 16 días de activismo contra la violencia de género, partiendo el 25 de noviembre, el Día de la Eliminación de la Violencia hacia las mujeres.

En los medios se sigue narrativizando como una historia “interesante” a los

crímenes de género tales como el femicidio.

Incluso, se le sigue dando un carácter “pasional” a un homicidio, como ocurre con los femicidios.

Crecientemente, las voces que buscan evitar las lógicas machistas toman lugar en el espacio público y la discusión.

La Organización de las Naciones Unidas (ONU) indicó que hoy, 25 de noviembre, es el Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer, justamente el día en el que se realizará una marcha de la Red Chilena Contra La Violencia Hacia Las Mujeres que busca dar cuenta de la demanda por detener las prácticas machistas en la sociedad, cuyo capítulo más dramático se registra con los femicidios, que llegan a 38 en lo que va del año, y que probablemente superarán los 40 que en promedio se registran anualmente.

Pero hay un tipo de violencia que se engendra desde la cotidianeidad, y que naturaliza otras prácticas que es la que se ejerce a través de los lenguajes y a través de lo que se indica como información. Los medios de comunicación tienen una responsabilidad de mediación entre los sucesos y la ciudadanía, y al parecer este vínculo filtra ciertos aspectos de la realidad, reproduciendo el conservadurismo y asentando como realidad incontestable la desigualdad y el detrimento de las mujeres en relación a los hombres.

Para la Premio Nacional de Ciencias Exactas, la astrónoma María Teresa Ruiz, “el lenguaje es relevante porque construye la forma en la que se entiende el mundo, entonces cuando vemos que en los medios se usa de forma irresponsable, en general, no sólo en materia de género, sabemos que este uso genera efectos. Cuando se trata de las prácticas machistas esto es aún más importante, y hace que pensemos como sociedad en cómo evitar que esta forma de actuar se traspase a lo cotidiano, o peor aún, ver cómo erradicarlo”.

Ruiz, quien ha sido una de las voces más críticas por la brecha de género y el sexismo en la academia y los entornos laborales, indica que “hay una tendencia a ser más conscientes de que esto importa”, pero que “desgraciadamente no ha cambiado todo lo rápido que uno quisiera”, puntualiza la académica de la Facultad de Ciencias Físicas y Matemáticas.

La profesora Lorena Antezana, académica del Instituto de la Comunicación e Imagen cuyos temas de investigación involucran la visualidad, la comunicación política y el análisis de televisión, dice que “los medios de comunicación lo que hacen es simplificar la realidad. Al hacerlo están tomando opciones que amplifican ciertas cosas, y esconden otras. Una de las cosas que se invisibiliza son los patrones de conducta entre hombres y mujeres. En general aparece la imagen de mujeres jóvenes, con el mito de la belleza y la juventud eterna como primer punto”.

Agregó que aparecen en general “como acompañantes, o como víctimas, como alguien a quien hay que proteger. Incluso se hace de forma escondida, con galantería y romanticismo que solapadamente dicen que la mujer no puede tomar sus decisiones. O cuando se habla de las ‘características femeninas’ como algo definible”.

Incluso un artículo de la profesora Antezana, escrito junto a la académica y periodista Claudia Lagos, publicado en la revista "Comunicación y Medios" llamado "El Noticiero Televisivo como Dispositivo de Disciplinamiento Social: un Análisis de la Cobertura de Femicidios en Chile" versa al respecto del tratamiento de los femicidios en la televisión abierta, que no se informa meramente como un hecho, sino que, según lo que reconocen en tal publicación, se transforman en una historia, en una narración que contiene criterios de obra dramática, tal como cuando a un femicidio se le llama "crimen pasional".

La encargada de la Oficina de Igualdad de Oportunidades de Género de la U. de Chile, Carmen Andrade, va más allá destacando que "la mayor parte de los dueños de medios, directores, editores generales y, en general, los tomadores de decisiones son hombres, a pesar de que en las comunicaciones hay alta presencia femenina entre las profesionales. En este sentido, los medios no son tan distintos a otros espacios laborales en los que las mujeres están subrepresentadas en los niveles de decisión y sobrerrepresentadas en las jerarquías inferiores, lo cual incide en la definición de temas a tratar y seguramente en los enfoques".

Agrega que incluso estudios como los del Servicio Nacional de la Mujer (Sernam) han indicado que "los medios refuerzan estereotipos de género en el uso de las imágenes y contenidos de sus discursos, destacan la presencia masculina en el espacio público y de las mujeres en espacios domésticos y familiares", y que la legislación vigente es débil porque "sólo permite intervenir cuando se generan situaciones extremas de discriminación en el uso de imágenes o lenguaje sexista".

Pensando en las soluciones y en las perspectivas a futuro, Andrade cree necesario que se releve el rol de "las facultades universitarias para que en los procesos formativos de los profesionales de las comunicaciones se incluyan los derechos humanos de las mujeres y la igualdad de género como contenidos transversales".

La profesora María Teresa Ruiz, por su parte, enfatiza en que "la primera etapa para cambiar es hacer visible esto y ponerles nombre a las cosas. Eso ya está pasando. Yo esperarí que lo próximo de verdad fuera cambiar las prácticas, pero los cambios que tienen que ver con el comportamiento son sociales y necesitan una evolución de los individuos que seguramente viene con una nueva generación que vienen con el chip cambiado."

Material complementario:

Núñez Domínguez, Trinidad. (2009) *La violencia contra las mujeres y la televisión: una mirada psico-social*. Observatorio de medios de comunicación y sociedad. Universidad de Sevilla.

Actividad 2.

Sentadas en ronda compartimos por turno:

- 1.** Piense y comunique a través de mímicas los productos que ofrecen los medios de comunicación a las mujeres (niñas y adultas).
- 2.** Piense y comunique a través de mímicas los productos que ofrecen los medios de comunicación a los varones (niños y adultos).
- 3.** Luego reflexione: ¿Qué diferencias aparecen en cómo se ofrecen los productos en uno y otro caso? ¿Por qué?
- 4.** ¿Cómo se sintió?

Actividad 3.

Analice los siguientes espacios publicitarios

Video 1. Estereotipos de género en los medios.

www.youtube.com/watch?v=PgGpHzWG0JY

Video 3. Spot violencia de género 2016.

www.youtube.com/watch?v=7mIG-G2puS9k

Video 2. Mujeres en los Medios de Comunicación sexistas.

www.youtube.com/watch?v=Zrsku5NyIrk

Debatir en forma grupal:

- ¿Cuáles son los estereotipos que observa en los espacios publicitarios?
- ¿Influye la publicidad en el modo de mirarnos y actuar según nuestros géneros?
- Los medios de comunicación ¿son formadores de opinión? ¿Trasmiten de modo genuino y creíble temáticas de actualidad social?

Actividad 4.

Un teléfono descompuesto

Formando una ronda, lea la siguiente frase:

“Juan le dijo a María que mañana tenía una invitación con la novia del hermano de José, y que le confirme a Jacinto”.

La participante que inicie la ronda, debe transmitir lo que escuchó al oído de su compañera, quien tiene que hacer lo mismo con la compañera de al lado y así sucesivamente hasta completar la ronda.

Para reflexionar:

- ¿Cuáles consideran que son los factores que condicionan el modo de interpretar el mensaje?

Actividad 5.

Palabras Asociadas

Escriba, a partir de la siguiente lista, dos palabras o más, asociadas a las sugeridas:

- | | |
|-----------------------|----------------------|
| • Comunicación | • Diferencia |
| • Silencio | • Intercambio |
| • Emoción | • Opinión |
| • Expresión | • Encuentro |
| • Pensamiento | |

4.5 Sexualidad

Todavía son muchas las mujeres que no viven una sexualidad propia y placentera. Hablar de sexualidad genera vergüenza, aparece representada como un deber sin cuestionamientos, como un cumplimiento supeditado al placer del otro, atravesada por mandatos sociales y/o religiosos, así como por la idea de un amor para toda la vida que perpetúa el modelo de subordinación femenina.

4.5.1 Mitos y prejuicios sobre la sexualidad

La idea de sexualidad asociada al placer del varón, los ideales de belleza que pesan sobre los cuerpos de las mujeres han perpetuado las dificultades para poder pensar en el derecho al goce femenino. Reivindicar el deseo como un derecho aún sigue siendo un tema de debate, en este sentido reflexionar sobre los miedos y conceptos erróneos vinculados a la sexualidad femenina contribuye a la liberación de los cuerpos.

Actividad 1.

Analice los siguientes mitos sobre la sexualidad y elabore una conclusión grupal:

1. La menopausia es el fin de la sexualidad.
2. En la adultez se pierde el interés por el sexo.
3. La única forma satisfactoria de mantener relaciones sexuales es por medio del coito, culminando en el orgasmo.
4. Los hombres necesitan más sexo que las mujeres, razón por la que es más frecuente que busquen parejas sexuales con mujeres más jóvenes.

5. El amor y el sexo son sólo propiedad de los jóvenes

6. La/el adulta/o mayor no necesita de una relación amorosa tras el divorcio o la viudez, especialmente las mujeres después de los 60 años.

Actividad 2.

Se despliegan sobre una mesa distintos objetos como: llaves, espejos, labial, bombachas, caja de remedios, pintura de uñas, libros de poemas, sandalias, juguetes sexuales, etc.

Las participantes deben elegir uno o más objetos justificando su elección y compartir qué entienden por sexualidad.

Actividad 3.

Se proyecta video:

"La educación sexual moderna"

de los LES LUTHIERS

[https://www.youtube.com/watch?](https://www.youtube.com/watch?v=bsG0M0e-YZ0)

[v=bsG0M0e-YZ0](https://www.youtube.com/watch?v=bsG0M0e-YZ0) .

- Describa y analice los dubi dubi y los daba daba de la sexualidad (dubi dubi: prácticas sexuales socialmente validadas, permitidas, convencionales, legitimadas -por ejemplo- en el matrimonio; los daba daba refieren a prácticas sexuales del orden de lo prohibido).

- Dibuje una silueta donde vaya señalando sus dubi dubi y daba daba.

Idea tomada de un taller realizado por integrantes del equipo ESI Santa Fe

Actividad 4.

La sexualidad es cambiante, dinámica, no es lineal, el cuerpo y la respuesta sexual van cambiando según la edad.

- ¿Qué lugar le da a la fantasía?
- ¿Qué pasa con los cuerpos en las diferentes edades?
- ¿Cómo se dispone al goce y al placer?

Actividad 5.

A partir de las siguientes palabras, seleccione aquellas con las cuales se identifica o representan para usted la sexualidad.

Reproducción

Matrimonio y monogamia

Heterosexual Métodos anticonceptivos

Amor Hijos Separación

Juventud Autocuidado

Placer

4.6 Proyectos y cambios

Los cambios son siempre complejos, resultan un desalojo del pasado que se resiste y los anhelos de nuevas aperturas. Es por ello que se requiere de mucha paciencia: mientras se procesan cambios, la tensión o el conflicto emerge tornándolos difíciles. Es importante permitirse la construcción de un espacio psíquico que derrumbe los mandatos para disfrutar de espacios de independencia y de satisfacción de deseos.

Pensar en cambios puede relacionarse con etapas vitales, la edad, el crecimiento de las/os hijas/os, entre otros.

Actividad 1.

Lea el siguiente texto:

Los cambios en la vida de las mujeres

Clara Coria

“Los cambios son compañeros ineludibles de ruta en el transitar humano; hacen gozar y sufrir, clavan sus uñas o acarician gozosamente pero jamás son inocuos. Tomar posesión de los cambios requiere, por lo menos, tres actitudes básicas: aceptación, acompañamiento y protagonismo.

La aceptación es la capacidad de ver las cosas como son – aunque no nos gusten – y entender que se ha producido una transformación, que dejaron de ser lo que eran o que no son lo que se hubiera deseado que fuesen. La aceptación da lugar a comportamientos operativos en la búsqueda de estrategias vitales.

El acompañamiento es la actitud que permite transitar los cambios con una disposición abierta lo menos prejuiciosa posible, hacia un futuro que no está pautado de antemano.

Implica permitirse pensar que no somos solamente lo que fuimos y conocemos de nosotras, sino también que hay otras posibles dimensiones de nuestra personalidad que no tuvieron posibilidades de expresarse o espacios para desarrollarse.

El protagonismo es un punto de llegada y al mismo tiempo, de partida. Desprenderse del pasado es lo que hace posible tomar posesión del presente, sin que

ello signifique desentenderse del pasado ni mucho menos perderlo. Considerar a los desprendimientos como pérdidas constituye uno de los mayores obstáculos para tomar posesión del presente; es distinto desprenderse que perder.

Las transformaciones no niegan el pasado, sino que lo incluyen. Es la hora de satisfacer anhelos postergados o protagonismos que eran incompatibles con la construcción de la familia y la crianza de los hijos; es el momento de desprenderse de los mandatos impuestos y dar mayor cabida a deseos personales e ilusiones relegadas al futuro.

Abordar cambios obliga necesariamente a sumergirse en el tumultuoso mar interior en busca de los deseos postergados y de entusiasmos no indagados, o simplemente permite dirigir la mirada hacia sí misma, esa mirada habituada a buscar las necesidades en los ojos ajenos para dar pronta satisfacción. Socializadas como "seres-para-otros", las mujeres ven desplegarse ante sí un enorme desierto intransitable a la hora de buscar los deseos dentro de ellas.

Hemos sido criadas en la dependencia y para la dependencia, lo cual nos dificulta actuar como sujetos autónomos aun cuando demos muestra de independencia. El problema de las mujeres es que, en lugar de pedir opinión, piden permiso.

El mandato de la sociedad para los varones es ser independiente, aunque no todos lo consigan, mientras que el mandato para las mujeres es la dependencia, disfrazada a menudo de amor incondicional.

En ocasiones, la dependencia se presenta como búsqueda de permisos y aprobación. A menudo la dependencia aparece disfrazada de intolerancia hacia las propias dificultades.

Por otro lado, el rol más nodal de las mujeres es el materno, que genera las mayores resistencias a las mujeres para el desprendimiento que requiere una nueva etapa para la vida, constituyendo uno de los obstáculos más serios para construir otros protagonismos y transitar nuevos rumbos luego de la crianza de los hijos.

Entonces la segunda vida empieza cuando las mujeres pueden preguntarse a sí mismas sobre sus deseos y necesidades, y están dispuestas a los desprendimientos necesarios para descubrir otros horizontes.

La primera vida en general responde al cumplimiento de códigos definidos explícitos o encubiertos, acatados sin lugar para la pregunta, mientras que en la segunda vida, a partir de los cincuenta años aparece como un espacio donde se suceden cambios fuera de un programa.

En esta etapa la mujer se encuentra con el desafío de convertir los espacios que deja el rol materno en otros espacios que permitan redescubrir a la mujer oculta o ignorada bajo el rol materno.

Otro cambio importante es la transformación de la pareja de la ilusión muy asociada a un imaginario amor romántico y a mitos muy arraigados donde la relación de pareja implica un vínculo sin cuestionamientos donde en nombre del amor se renuncia a la individualidad y a la diferencia. Este modelo debe reemplazarse por un modelo de pareja más real y por ende más saludable."

Considerando su historia personal reflexione y debata en grupo:

- ¿Qué entiende por crisis?
- ¿Pueden existir cambios sin crisis?
- Describa una situación de cambio en su historia.
¿Qué recursos personales identificó en ese momento?

Material complementario

Coria, Clara; Freixas, Anna y Covas, Susana (2005). *Los cambios en la vida de las mujeres. Temores, mitos y estrategias*. Barcelona: Paidós.

4.7 Derechos

Las mujeres al igual que los hombres tienen derechos comunes, que van desde el derecho al trabajo, a la libertad de expresión, a participar activamente en la política, a estudiar, al descanso, al ocio, etc.

Aún es frecuente invisibilizar la doble jornada de trabajo, esto es, la sobrecarga que suelen vivir las mujeres entre el trabajo doméstico, el trabajo productivo y reproductivo, ya que la maternidad también suele ser un rol socialmente adjudicado al ser mujer.

La igualdad jurídica de las libertades y derechos políticos son consecuencia de grandes luchas y de una historia de reivindicaciones, donde las mujeres han planteado áreas de actuación y discusión.

Esas reivindicaciones señalan, en primer lugar, que la biología no las condiciona para ser exclusivamente madres, teniendo derecho al control del cuerpo.

En segundo lugar, las relaciones entre hombres y mujeres tienen un componente de poder.

En tercer lugar, existe una dicotomía entre lo público (economía, política, cultura) y lo privado (familia), ya que el rol que tiene en el ámbito privado es tan importante para el funcionamiento social como el público. La familia es también una unidad de bienes y servicios.

Actividad 1.

- Reunirse en duplas y trabajar con diarios.
- Seleccione una o dos noticias donde aparezca el desempeño de la/as mujer/es en el ámbito público.
- Analice qué aporte realizan o deberían realizar las mujeres en la construcción de una sociedad más justa.

Actividad 2.

Para debatir en grupo

- ¿Considera que hay desigualdades sociales entre varones y mujeres?
- ¿Cuáles? Ejemplifique.
- ¿Qué piensa del lugar que ocupan varones y mujeres en relación al ámbito laboral? ¿Y en el doméstico?
- ¿Considera que las mujeres han adquirido más derechos y pueden ejercerlos? Ejemplifique.

Actividad 3.

Se trabaja utilizando el texto de la **Ley Nacional N° 26.485** de Protección Integral para prevenir, sancionar y erradicar la violencia contra las mujeres en los ámbitos en que desarrollen sus relaciones interpersonales.

Reflexione y ponga en debate:

- ¿Qué formas de violencia conoce?
- ¿Cuáles son las más habituales?
- ¿Qué particularidades tiene cada una?
- ¿Considera alguna más grave que otra?

- A partir de la lectura y análisis del artículo 5 de la Ley de Protección Integral a las Mujeres en el cual se desarrollan los tipos de violencias contra las mujeres, responder:

- ¿Identifica que ha vivido o vive violencia? ¿De qué tipo?

-Reflexionar en grupo

5.

BIBLIOGRAFÍA

- **Aanes, C & otros.** (2013). *La equidad de género vale la pena*. Eschborn. Alemania. Revista: GIZ.
- **Asensio, C. Nadalich, S.** (2017). *Reescribiendo historias entre mujeres*. Santa Fe. Imprenta: Lux S.A.
- **Burin, M.** (1987). *Estudios sobre la subjetividad femenina. Mujeres y salud mental*. Buenos Aires, Argentina: Grupo Editor Latinoamericano.
- **Freire, P.** (1975). *Pedagogía del Oprimido*. Buenos Aires: Siglo XXI.
- **Giberti, E.** (Noviembre, 2008). *Para resignificar categorías. Género y violencia*. Buenos Aires. Argentina. Página 12. Acceso: www.pagina12.com.ar. Pág. 1-5.
- **Red de acción y aprendizaje comunitario sobre género.** (2006) *Cuestiones esenciales sobre género: Conceptos básicos*. Madrid. Edición: ACSUR- Las Segovias.
- **Serebrinsky, H.** (Agosto, 2012). *Psicoterapia de grupo*. Versión online Scielo. Vol. 10, nro 2. La Paz. Acceso: www.scielo.org.bo.
- **Stolkiner, A.** (2005). *Interdisciplina y salud mental*. IX Jornadas Nacionales de Salud Mental. Esbozo de contextualización de la práctica interdisciplinaria. Pág. 1-9. Posadas. Misiones. Argentina.
- **Stolkiner, A.** (1999). *La interdisciplina: entre la epistemología y las prácticas*. Revista Campo Psi. Revista de información especializada. Año 3, n° 10. Rosario. Acceso: www.campopsi.com. Pág1- 3.
- **Velazquez, S.** (2012). *Violencias y familias. Implicancias del trabajo profesional: el cuidado a quienes cuidan*. Buenos Aires. Paidós.

CONCLUSIÓN

Esperamos que esta **Caja de Herramientas** constituya un aporte para el abordaje y mirada crítica de la violencia de género, las causas que la producen, los factores que la naturalizan y prolongan en el tiempo; pensada desde un modelo de Estado, que debe comprometerse activamente con políticas públicas adecuadas y eficaces para hacerle frente.

Muchas de las técnicas propuestas pueden ser orientadas y adaptadas para trabajar otras temáticas, siguiendo las premisas del Taller con su metodología participativa, cooperativa y reflexiva, abriendo sentidos a los saberes y experiencias de la vida cotidiana en un contexto; punto de partida para favorecer la autonomía y el trabajo colectivo.

6.

ANEXO

Integrantes del equipo de trabajo

Carolina Asensio

Es Lic. en Psicología. Psicoterapeuta. Integrante del equipo interdisciplinario del Centro de Asistencia a la Víctima de la Defensoría del Pueblo de Santa Fe. Docente y capacitadora en el ámbito de la violencia de género a grupos e instituciones que trabajan en la temática. Coordinadora del grupo de mujeres en situación de violencia de género del CAV.

Silvia Nadalich

Es Lic. en Trabajo Social. Miembro del equipo interdisciplinario del Centro de Asistencia a la Víctima de la Defensoría del Pueblo de Santa Fe. Coordinadora del área de Trabajo Social. Se desempeña como capacitadora en el ámbito de la violencia de género a grupos e instituciones vinculados a la temática. Coordinadora del grupo de mujeres en situación de violencia de género del CAV.

M. Florencia Rodríguez

Es Lic. en Psicología. Miembro del equipo interdisciplinario del Centro de Asistencia a la Víctima de la Defensoría del Pueblo de Santa Fe. Se desempeña coordinando talleres en el ámbito de violencia de género a grupos e instituciones que trabajan en la temática. Integrante del equipo de trabajo que lleva adelante el espacio grupal de mujeres en situación de violencia de género del CAV.

Eliana Desiré Stival

Es Lic. en Trabajo Social. Miembro del equipo interdisciplinario del Centro de Asistencia a la Víctima de la Defensoría del Pueblo de Santa Fe. Diplomada en Género. Educadora popular. Realiza y coordina talleres vinculados a la temática de la violencia de género a grupos, profesionales e instituciones.



DEFENSORÍA DEL PUEBLO
Provincia de Santa Fe

www.defensoriasantafe.gob.ar

   @defensoriaSF