



República de Panamá

JÓVENES



Proyecto B.A.1 DE LA ESCA
Prevenção de la Violencia contra las
Mujeres en Centroamérica
Secretaría General del SICA

construyendo una sociedad libre de violencia



*Programa de Formación Basado
en Educación de Pares*

Programa de Prevención
de las Violencias *2da edición*

*“Aprender jugando, aprender viviendo,
aprender haciendo”*



50
AÑOS

Al servicio de las personas y las naciones.

PROGRAMA DE PREVENCIÓN DE LAS VIOLENCIAS

Su Excelencia Señor Alexis Bethancourt Ministro de Seguridad Pública
Honorable Señora Liriola Leoteau. Directora General del Instituto Nacional de la Mujer.
Honorable Señor Fernando Hiraldo. Representante Residente Adjunto del PNUD
Honorable Señor José Manuel Pérez. Representante Auxiliar del UNFPA Panamá
Señora Patricia Pérez, Oficial de Programa de PNUD en Panamá
Señora Gloria Manzotti. Especialista de Programa – PNUD PANAMA –

AGRADECIMIENTOS

Ministerio de Educación (MEDUCA) por el acompañamiento técnico y apoyo brindado en la revisión y aprobación del documento.

Ministerio de Salud (MINSa) y al Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA) por el suministro de los rotafolios denominados: Aprendiendo de la Salud integral como Adolescente y Joven Panameño/a: Desarrollo de Habilidades para la Vida 2013. UNFPA; ONUSIDA; OPS/OMS.

Asociación Panameña para el Planeamiento de la Familia (APLAFa), por el apoyo, participación, acompañamiento técnico y el compromiso con las actuales generaciones de adolescentes y jóvenes en la construcción de espacios de desarrollo de los derechos humanos.

Segunda edición 2016

Diseño e impresión a cargo de
La Fundación de Educación y Tecnología (FEDUTECH)
www.fedutech.org

Diseño del e-book: Sarigua Design Studio, S.A.

El material que encontrará en el rotafolio ha sido elaborado tomando en cuenta "técnicas pedagógicas de educación popular" y diversas publicaciones e instrumentos sobre los derechos humanos de las niñas, adolescentes, jóvenes y mujeres adultas.

EL DISEÑO DEL ROTAFOLIO Y LOS JUEGOS DIDÁCTICOS SE REALIZÓ EN EL MARCO DEL PROYECTO B.A.1 "PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES EN CENTROAMÉRICA". UNFPA, OIM.

Se permite la reproducción total o parcial de los materiales aquí publicados siempre y cuando no sean alterados en su contenido y diseño gráfico, tengan el visto bueno del Instituto Nacional de la Mujer y del Fondo de Población de las Naciones Unidas, además deben asignarse los créditos correspondientes. Se prohíbe la reproducción con fines lucrativos.

I.ÍNDICE

II.Prólogo

III.Introducción para la implementación de la Metodología Lúdica, Basada en la Educación Entre Pares.

Módulo 1

Género

Módulo 2

Nuevas Masculinidades

Módulo 3

Noviazgo Asertivo

Módulo 4

**Violencia contra las Mujeres,
Adolescentes y Niñas-Femicidio.**

Módulo 5

Violencia Sexual

Módulo 6

Trata de Personas

Módulo 7

Bullying y Cyberbullying

Prólogo

En nuestro mundo la desigualdad y la discriminación siguen provocando sufrimientos e intolerables injusticias.

Erradicar la violencia contra las Mujeres y cualquier otra forma de violencia basada en la discriminación es una de las metas más anheladas a las que pueda aspirar un Estado democrático. Enfrentar este desafío conlleva a un ejercicio colectivo, intencionado y articulado entre diversos sectores sociales que generen procesos para desaprender la violencia y aprender formas justas e igualitarias de relación entre seres humanos.

Consciente del valor que tiene cada adolescente y joven en nuestro país, en la prevención de la violencia de género; el Instituto Nacional de la Mujer ha venido gestionando una serie de acciones dirigidas específicamente a esta población, desde conversaciones con estudiantes de centros escolares y de las organizaciones de la sociedad civil, sobre el noviazgo asertivo y producción del video “Amor y Control” sobre violencia en el noviazgo, entre otros; como herramientas para informar, alertar y sensibilizar a la juventud sobre los riesgos de relaciones afectivas violentas.

En el marco de esta estrategia formativa, presentamos el Paquete Educativo-Formativo (Kit Educativo) conformado por un Rotafolio donde se desarrollan los siguientes temas: Género; Nuevas Masculinidades; Noviazgo Asertivo; Violencia contra las Mujeres, Adolescentes y Niñas – Femicidio; Violencia Sexual, Trata de Personas, Bullying y Cyberbullying. Y para reforzar los temas tratados en el rotafolio se presentan tres juegos de mesa didácticos denominados: “Zona libre de Bullying”, “Actívate” y “Nuevas Masculinidades y Equidad de Género”.

El material ha sido elaborado para el público adolescente y juvenil, contando para su fabricación con el apoyo de la La Fundación de Educación y Tecnología (FEDUTECH), del equipo técnico del Fondo de Población de las Naciones Unidas, Organización Internacional para las Migraciones, Instituto Nacional de la Mujer, Ministerio de Seguridad Pública, Ministerio de Educación y del Proyecto B.A. 1 Prevención de la Violencia Contra las Mujeres en Centroamérica, quienes auspician la confección de este material.

Esperamos de esta forma contribuir efectivamente al objetivo de impulsar una cultura de no violencia hacia la mujer y de convivencia ciudadana en nuestras futuras generaciones.

Comisión Nacional
Proyecto Proyecto B.A. 1 Prevención de la Violencia Contra las
Mujeres en Centroamérica

INTRODUCCIÓN PARA LA IMPLEMENTACIÓN DE LA METODOLOGÍA LÚDICA, BASADA EN LA EDUCACIÓN ENTRE PARES

Jóvenes construyendo una sociedad libre de violencia

PAQUETE EDUCATIVO - FORMATIVO

Objetivo

Promover el protagonismo de la gente joven, mediante herramientas didácticas para la comprensión de los roles de género y de la importancia de asumir nuevos comportamientos para ejercer la masculinidad, comprendiendo que todos y todas somos responsables de prevenir la violencia contra la mujer, el femicidio, la violencia sexual, la trata de personas, el bullying, cyberbullying, así como el reconocimiento de las relaciones de noviazgo asertivo.

Es evidente que los (las) adolescentes y jóvenes son una población que puede generar cambios positivos en los patrones aprendidos en torno a la violencia a partir de las iniciativas formativas con el uso de contenidos y metodologías interactivas, y lúdicas que apoyen el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Contenido del Paquete Educativo-Formativo (Kit Educativo)

“Aprender jugando, aprender viviendo, aprender haciendo”

El Kit Educativo está conformado por un Rotafolio y tres juegos de mesa didácticos. Los juegos de mesa serán impartidos, bajo el sistema de diálogo didáctico a través de juegos interactivos diseñado por la Fundación de Educación y Tecnología.

- El diálogo didáctico mediante juegos interactivos consiste en el intercambio de conocimientos, ideas, opiniones entre los y las participantes y la persona facilitadora. Analizando diversas situaciones para que logren cambios de comportamiento.
- Fortalece la interacción entre los (as) participantes y los facilitadores (as) a través de la animación sociocultural y la recreación (dinámicas participativas).

I.PROCEDIMIENTO

- Presentación de las/os participantes y del grupo de facilitadores/as mediante una dinámica participativa.
- Seleccionar el tema y los objetivos que le corresponderá desarrollar a los/las facilitadores/as.
- Del total de participantes, subdividir en subgrupos de 8 a 12 participantes.
- A cada subgrupo se le asigna un/a facilitador/a para que desarrolle el tema a reflexionar.
- El/la facilitador/a asignado/a define el tema, explica la metodología de trabajo y desarrolla el módulo seleccionado, con miras a estimular a los/las participantes a exponer sus reflexiones mediante una lluvia de ideas.
- Explicar la manera como se desarrolla la técnica, señalando que hay libertad de expresar todas las ideas que se les ocurran y que se encuentren relacionadas con el tema, estableciendo así un diálogo didáctico entre el facilitador/a y los/las participantes.
- Cada persona tiene libertad de expresar sus ideas relacionadas con el tema en discusión.
- Es importante señalar que el grupo debe poner especial atención a la información que les proporcione el facilitador/a para que puedan realizar sus reflexiones.
- En la plenaria se presenta la conclusión.

1. Capacitación de un solo día:

El/la facilitador/a anuncia el tema de la siguiente sesión, e invita a los/las participantes a rotar o dirigirse donde se encuentra el facilitador/a, a quien le corresponde desarrollar el siguiente módulo y así sucesivamente hasta completar los 7 módulos del rotafolio.

2. Capacitación para desarrollar un módulo por día:

Si se contempla desarrollar los temas por día, el/la facilitador/a anuncia el tema de la siguiente sesión, e invita a los/las participantes a que realicen tareas relacionadas con esa temática (buscar información, observación en la familia, comunidad, entre otros). De igual forma se ponen de acuerdo en la fecha, lugar y hora de la siguiente sesión.

II. PAQUETE FORMATIVO: EL ROTAFOLIO Y JUEGOS DE MESA

1. El Rotafolio

Tiene como objetivo contribuir a transformar ideas para influenciar a las personas y llevarlas a aceptar, rechazar, modificar o abandonar conductas determinadas como la violencia contra la mujer en las diferentes etapas del ciclo vital. Se prevé para ello la capacitación mediante la utilización de materiales formativos con la metodología de educación de pares, permita a los (las) adolescentes y jóvenes seleccionados para la capacitación; internalizar los conocimientos y transmitirlos a sus pares en sus respectivas comunidades ya sean escolarizados o no escolarizados

Metodología lúdica

Las capacitaciones donde se utiliza el rotafolio, involucran técnicas interactivas a través de la participación, para compartir experiencias y conocimientos como un elemento fundamental para el interaprendizaje.

Por tanto, entre sus grandes ventajas está el lograr una alta participación y realimentación.

Uso del Rotafolio

El rotafolio es una guía para fomentar el aprendizaje en dos vertientes: cara a cara y grupal a través de uno o más canales de comunicación (visual, auditivo o audiovisual). Es una herramienta de acción directa del formador/a, apoyándoles en diversas tareas tales como dirigir y mantener la atención de los/las participantes, presentar la información requerida y guiar la realización de las actividades lúdicas.

2. Juegos de Mesa

Los juegos de mesa son dinámicas participativas para fomentar el diálogo didáctico, donde se brindan todas las recomendaciones antes de formar un círculo. El/la facilitador/a dará a conocer las normas de convivencia desarrolladas entre todos y todas. Esta intervención se debe realizar para todos los juegos.

Es importante que el/la facilitador/a no pierda el control del grupo. En todo momento, tomar en cuenta valores como el respeto, solidaridad y empatía, además de estimular la participación de cada individuo, diciéndoles que durante los juegos educativos deberán asumir retos que contemplan contestar a interrogantes y reflexiones que establece el juego. Por lo tanto una de las reglas esenciales es que no hay respuesta mal formulada, ya que el aporte de los/as jugadores/as es valioso para el proceso de enseñanza aprendizaje.

3. Relacionando Rotafolio – Juegos de Mesa

Cada uno de los juegos se implementará luego de haber recibido previa capacitación mediante el uso del rotafolio. Es decir:

- Si las/os participantes han sido capacitadas/os en los módulos 1 y 2, correspondientes a los temas “Nuevas masculinidades” y “Género”, el paso a seguir es realizar la dinámica participativa con el juego de mesa **Reflexiones-Nuevas Masculinidades y Equidad de Género**.

- El juego **Actívate** comprende los temas: Noviazgo Asertivo-Violencia contra la Mujer/Femicidio-Violencia sexual y Trata de Personas (Módulos 3, 4, 5 y 6).
- El juego de mesa **Zona Libre de Bullying** corresponde al módulo 7 (Bullying y Cyberbullying).

La importancia del material didáctico está dada por su carácter instrumental, es decir, sirve para complementar el aprendizaje que el formador o formadora quiere transmitir. Los tres juegos educativos están diseñados para fortalecer la toma de decisiones de los/las participantes mediante la solución de situaciones de riesgo que se presentan en cada uno de los retos que deben afrontar los/as jugadores/as a través del planteamiento de opiniones y acuerdos con el resto de los/las participantes.

Es necesario tener presentes y claros los objetivos para la implementación de cada juego educativo. Al finalizar cada intervención lúdica (juego de mesa), el facilitador/a debe realizar, conjuntamente con los/las participantes, una síntesis, retomando las ideas principales que surgieron de las reflexiones compartidas por los/las participantes.

III. GUÍA PARA LA FACILITADORA O EL FACILITADOR

El/la facilitador/a es la persona (o equipo de personas) que guían las sesiones de capacitación.

1. La persona facilitadora debe considerar lo siguiente:

- **La metodología a emplear:** Debe ser interactiva. Es importante que la persona que facilita sea flexible y que adapte o incorpore diversas técnicas participativas de acuerdo al interés y compromiso del grupo destinatario.
- **El tema, los contenidos y objetivos a desarrollar en la capacitación:** Debe tener claridad de las actividades que se van a realizar en el taller y los objetivos a los que se quiere llegar.

Un/a facilitador/a debe contar con el manejo de la información o el contenido del cual tratará el proceso de capacitación, ya que la facilitación, a diferencia de un proceso de enseñanza tradicional, requiere de la capacidad y habilidad de poder responder a todas las inquietudes o dudas de los/las participantes.

2. Rol del/la facilitador/a:

- Guiar el proceso grupal.
- Estimular la participación de todos los miembros del grupo.
- Ayudar a que los/las participantes clarifiquen y cumplan con sus propósitos.
- Tratar de percibir las diferencias dentro del grupo (nivel de conocimientos y comprensión del tema o los temas tratados).
- Ayudar al grupo a hacer conclusiones y síntesis sobre los diferentes temas trabajados.

- Estar alerta a signos de confusión, preguntas a otros participantes, resistencias, entre otros.
- Mantenerse lo más objetivo posible.
- Escuchar, no solo hablar.
- Hacer uso correcto del tiempo.

3. Recomendaciones para participantes y la persona que facilita durante las sesiones

- Hable siempre en primera persona, desde sus propias experiencias de vida.
- Respete la opinión de los/as demás, aunque sea distinta a su opinión.
- No contradiga, respete las opiniones de las otras personas, aunque no esté de acuerdo. También puede disentir, pero sin agresividad.
- En la primera sesión los/as participantes se presentan por sus nombres, procedencia, y la motivación o expectativas que tienen del taller. En las siguientes sesiones solo se presentan si hay nuevos integrantes.

EL JUEGO COMO HERRAMIENTA LÚDICA PARA FORTALECER EL APRENDIZAJE

El juego, como elemento fundamental en la educación, permite generar espacios donde el/la adolescente, de manera libre y espontánea, asimila conocimientos acordes a sus capacidades psicobiológicas. Por ello, el juego, desde un enfoque pedagógico y formativo, permite a la persona que dirige, orientar sobre una serie de contenidos educativos de acuerdo a las exigencias y el nivel de desarrollo de los/las participantes. Las jornadas de capacitación son amenas, diversificadas y ricas en contenidos. El/la adolescente se convierte en sujeto activo y dinámico en el proceso de aprendizaje.

VENTAJAS:

- Centra la atención en información sobre un tema previamente seleccionado.
- Permite la participación abierta de todos los miembros de un grupo.
- Se realiza en un ambiente creativo e informal.
- Asuntos organizacionales para realizar la rotación.
- Promueven la intervención activa de los/las participantes por medio de preguntas, aportaciones, discusiones, análisis y conclusiones, incrementando la retención, la creatividad y, por lo tanto, el aprendizaje.



Género

Módulo

1

- Diferenciar entre los conceptos relacionados a sexo, género, roles de género y estereotipos.
- Socializar los aprendizajes tradicionales y creencias falsas que dicta la sociedad con respecto a los roles de género y estereotipos de género, con miras a transformar esos criterios aprendidos, para lograr la igualdad y equidad de género.

Competencias



Actitudes



En este módulo aprenderás acerca de:

- ✓ Diferencias entre Sexo y Género
- ✓ Roles de Género
- ✓ Estereotipos de Género
- ✓ Igualdad de Género

Cuando escuchas hablar de género, ¿A qué crees que se refieren? ¿Crees que se refiere al sexo al cual perteneces?---(Discutir con base en sus respuestas).

Aprendamos a ver las diferencias entre sexo y género

¿Qué es el sexo?

“Son las características biológicas con las que nacemos, y que son diferentes entre el hombre y la mujer”. Solicitarles ejemplos.

Ahora, ¿Qué es género?

Definamos de manera sencilla el término: “el género es lo que la sociedad nos hace creer, respecto a la manera como debemos comportarnos, en base a si somos hombres o mujeres, es decir, se nos enseñan patrones de conducta distintos de acuerdo al sexo al que pertenecemos, así desde el momento en que nacemos.

Veamos si quedaron claras las diferencias.

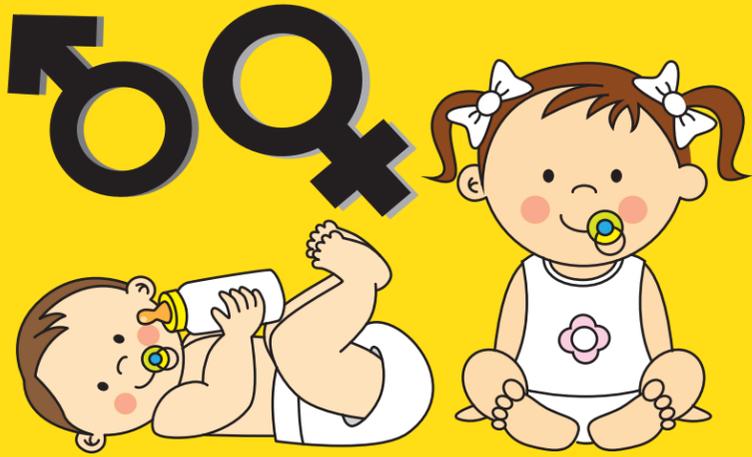
Analicemos el siguiente cuadro:

Características o condición	Sexo	Género
Crianza de los hijos e hijas		
Periodo menstrual		
Trabajar para pagar los gastos del hogar		
Demostrar ternura		
Ayudar en las tareas escolares		
Amamantar		
Embarazo		
Ser fuerte		

Observación: El cuadro forma parte de la ilustración de esta lámina, para realizar una dinámica participativa, la cual consiste en que los adolescentes marquen las diferencias con post o pestañas de color. Posteriormente el/ la facilitador (a) debe establecer un Dialogo Didáctico, para que los (as) participantes puedan discernir y analizar las diferencias que ellos hayan establecido en la lámina.

Diferencias entre Sexo y Género

Lo aprendido de lo que debe ser hombre y lo que debe ser mujer.



Diferencias biológicas



Veamos si quedaron claras las diferencias. Analicemos el siguiente cuadro:

Características	Sexo	Género
Crianza de los hijos e hijas		
Periodo menstrual		
Trabajar para pagar los gastos del hogar		
Demostrar ternura		
Ayudar en las tareas escolares		
Amamantar		
Ser fuerte		
Embarazo		

Roles de género

Son acciones, trabajos o actividades que se esperan que hombres y mujeres desempeñen y que son diferentes para cada sexo.

¿Cómo aprendemos los roles tradicionales de género?

Los roles de cada género se transmiten de generación en generación, con base en comportamientos observables, es decir, la misma sociedad te enseña los roles que como hombre y como mujer debes desempeñar (hombres y mujeres ejecutan lo que les fue impuesto).

Como lo vimos previamente, existe un comportamiento esperado por la sociedad “de lo que debe ser la mujer” y “de lo que debe ser el hombre”. Veamos un cuadro comparativo de los roles asignados a cada sexo.

Mujeres	Hombres
<ul style="list-style-type: none">■ Como esposa, madre, hija, novia, amiga, está al servicio de otras personas, por lo tanto reemplaza o pospone sus propias necesidades al servicio de otras personas■ La sociedad espera que la joven adolescente estudie y se profesionalice, pero sin descuidar el rol doméstico.	<ul style="list-style-type: none">■ En el rol paterno, ha internalizado que solo debe proveer las necesidades económicas y mantener el control y disciplina de la familia.■ Del joven adolescente se espera que reproduzca el control y poder (fuerza) sobre la mujer y el resto de la familia
<i>¿Estás de acuerdo con estos roles tradicionales?</i>	

¿Qué entiendes tu por Identidad de Género?

La identidad de género es cómo nos sentimos acerca de nuestro género y cómo lo vivimos o manifestamos.

Es la percepción (subjetiva) que una persona tiene sobre sí misma en cuanto a sentirse hombre o mujer, es decir, somos conscientes que cada uno tiene una individualidad como mujer o como hombre y se tiene la libertad de manifestarla según a cómo uno/una se siente (nuestro modo de sentir, pensar, hablar y actuar en relación con nosotros/as y en las relaciones próximas). Cabe señalar que esta vivencia interna de nuestro género puede no corresponder con el sexo asignado al momento de nacer.

Ejemplo:

Hay adolescentes (mujeres) que disfrutan practicando todo tipo de deporte, vs las que muestran una actitud de rechazo a cualquiera actividad deportiva.

Roles Tradicionales de Género



Tradicionalmente la sociedad ha impuesto diferenciaciones entre las actividades, tareas que deben ser identificadas como masculinas o como femeninas.

Percepción de lo que es ser masculino



Proveedor en el hogar



Percepción de lo que es ser femenino

Como esposa, madre e hija estar al servicio de otras personas.



Estudiar y ser una profesional, sin descuidar el rol doméstico.



Estereotipos de Género

Los estereotipos de género son ideas simplificadas, pero fuertemente asumidas, sobre las características de hombres y mujeres, que se traducen en una serie de tareas y actividades que les asigna cada cultura. Ellos reflejan prejuicios y presuponen “características propias de cada sexo”.

También existen estereotipos de lo que deben ser/hacer los hombres y las mujeres, es decir, ideas preconcebidas y muy limitadas de lo que hombres y mujeres “deberíamos” ser.

<i>Estereotipos de género</i>	
Mujeres	Hombres
Intuitivas, creativas	Inteligentes, racionales
Buenas para el trabajo doméstico	Buenos dirigentes
Buenas educadoras /cuidadoras	Proveedores, habilidosos
Expresivas en el afecto	Poco afectivos
Contenedoras y conciliadoras	Competitivos
Sexualmente poco activas	Sexualmente activos
Débiles y sumisas	Fuertes e intrépidos

Medios de comunicación como transmisores de estereotipos

"Los medios de comunicación son uno de los principales y más potentes transmisores de los roles y estereotipos de género que suelen establecer la base de las relaciones no igualitarias y, por consiguiente, las desigualdades de género". La publicidad, los géneros musicales como el reggaetón, la gratuidad en las entradas a discotecas o los fenómenos literarios como 'Crepúsculo' refuerzan los estereotipos machistas y la posición sumisa de la mujer.

Estereotipos de Género

(Creencias falsas)



Intuitivas, emocionales



Inteligentes, racionales

Buenas para el trabajo doméstico



Buenos dirigentes



Contenedoras y conciliadoras



Competitivos



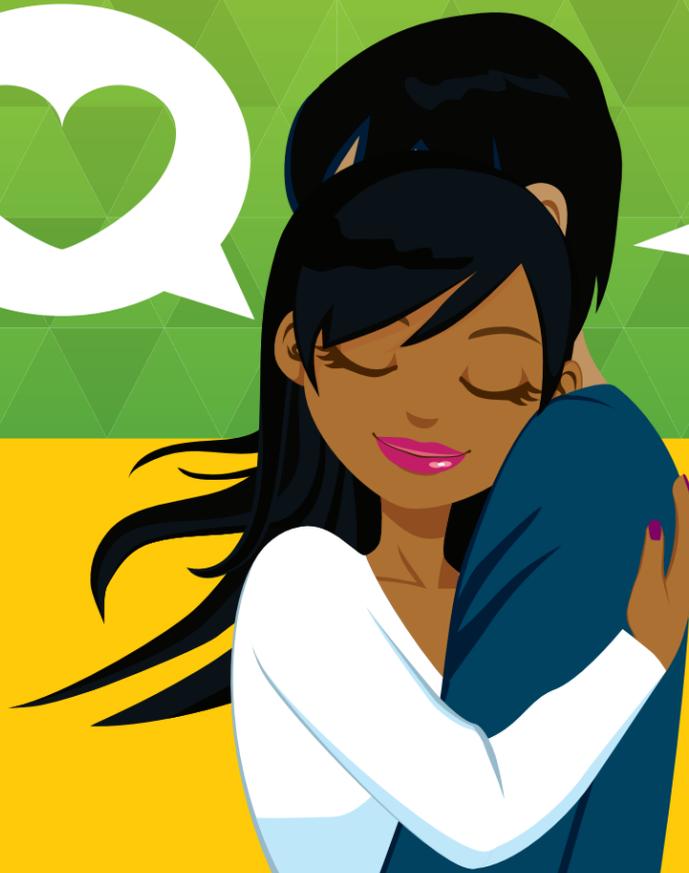
Buenas educadoras/cuidadoras



Proveedores, habilidosos

Débiles y sumisas

Sexualmente poco activas



Fuertes e intrépidos
Sexualmente activos

Medios de comunicación como transmisores de estereotipos



Igualdad de Género:

Es eliminar las barreras que impiden que las personas, especialmente las mujeres, accedan a tratos justos y equitativos, como puestos de responsabilidad, lideren organizaciones, países y tomen decisiones sobre sus propias vidas sin coacción ni violencia.

En cuanto a los adolescentes y jóvenes, se espera un trato digno y justo en el respeto a sus derechos.

Equidad de género:

Se conoce como equidad de género a la defensa de la igualdad del hombre y la mujer, en el control y uso de los bienes y servicios de la sociedad. Esto supone eliminar la discriminación entre ambos sexos, que no se privilegie al hombre en ningún aspecto de la vida social, tal como era frecuente hace algunas décadas en la mayoría de las sociedades occidentales.

Género en el desarrollo:

Se enfoca en la construcción de relaciones de equidad y solidaridad entre hombres y mujeres para abordar los retos de la humanidad y superar sobre todo las situaciones de pobreza y exclusión. Este enfoque está centrado en las personas, en fortalecer sus conocimientos y capacidades de participación desde las propuestas hasta las ejecuciones. Se busca que mujeres y hombres, no solo sean considerados como beneficiarios al tener acceso a los recursos, sino también protagonistas del cambio.

Género en el desarrollo le da importancia al papel que juega la gente en el progreso de las comunidades y del país.

Igualdad de Género



Trato digno y justo por el respeto a nuestros derechos





Nuevas Masculinidades

Módulo

2

- Explorar la masculinidad.
- Aprender nuevas formas de ejercer la masculinidad.

Competencias



En este módulo aprenderás acerca de:

- ✓ **Concepto tradicional de la masculinidad**
- ✓ **Nuevo concepto de masculinidad**

¿Qué es la masculinidad?

Conjunto de atributos culturales que asignan los roles que deben desempeñar los hombres en la sociedad. Tales atributos se fundamentan en creencias históricas de cómo deben ser los hombres a diferencia de las mujeres.

Cada sociedad tiene sus propios roles y todas esperan que los hombres los cumplan al pie de la letra. Este cumplimiento se debe manifestar en cada etapa del desarrollo de la vida (infancia, adolescencia, juventud y adultez) a través de un comportamiento que no debe dejar lugar a dudas, de que se es un hombre.

¿Cómo se construye tradicionalmente la masculinidad en nuestra sociedad?

Se construye a través de un proceso de aprendizaje desde antes del nacimiento del bebé y durante toda su vida. Algunos ejemplos de esto son: Se le compra a los niños ropas de color celeste, los juegos son de guerra, pelotas, béisbol, bicicletas, carros, lo que define el comportamiento que se espera.

Manifestaciones del Modelo Tradicional

En nuestra cultura se promueve un modelo de masculinidad que le otorga mayor valoración a lo masculino sobre lo femenino, e incentiva en los hombres ciertos privilegios y comportamientos como:

- La competitividad
- La demostración de valentía
- No mostrar afecto, no tener miedo
- Ser drástico
- Con fortaleza
- Relaciones sexuales sin protección
- Arriesgado y el uso de la violencia en determinadas circunstancias. A esto se le denomina PATRIARCADO.

Las sociedades han asignado a los hombres los roles de:

Ser proveedor: El que mantiene la familia, el que lleva el pan a casa (solo él), el que trabaja, y otros.

Ser protector: De las demás personas, especialmente de las mujeres, niños y niñas. Con frecuencia los hombres manejan esta protección como control hacia las mujeres, procurando que sean dependientes de ellos.

Ser autosuficiente: Tiene poder, dominio, capacidad de controlar y decidir sobre su vida (la creencia de que no necesitan a nadie).

Estos roles han reforzado, modelos tradicionales centrados en el poder:

- Modelos de familias donde existen interacciones o relaciones violentas, escaso intercambio afectivo y de expresión de sentimientos.
- Modelos sexuales centrados en el desempeño, donde el hombre debe demostrar potencia sexual en todo momento y lugar.
- Modelos que legitiman la violencia y reproducen su aprendizaje como método común para resolver conflictos que traen como consecuencias marcas físicas, psicológicas y sociales.

Concepto tradicional de masculinidad



Los hombres no lloran



Se sienten autosuficientes



Control



NUEVAS MASCULINIDADES

Frente al modelo tradicional, cada vez cobra más fuerza el concepto de NUEVAS MASCULINIDADES, que se basan en la superación de las barreras, los estereotipos y las normas sociales (que dan lugar a las desigualdades entre hombres y mujeres) para dar paso a procesos de cambio de sí mismos, en cuanto a las relaciones, identidad, equidad de género y que existen otras formas de ser hombre.

Nuevas expresiones de masculinidad son:

- Aprender a expresar las emociones como tristeza, alegría, sentimiento de frustración, mal humor o molestia.
- Aprender que ser hombre no significa expresar rivalidad, exponerse a peligros como conducir a gran velocidad, consumir bebidas alcohólicas o sustancias ilícitas, entre otros.
- Expresar ternura a los hijos e hijas y pareja.
Respetar el derecho sexual de su pareja y otras personas
- Cuidar la salud física y mental.
- Aceptar la propia vulnerabilidad masculina.
- Aprender a pedir ayuda y apoyo.
- Aprende formas más efectivas y asertivas de resolver los conflictos, toma decisiones con base en el análisis de las ventajas y desventajas, usa la negociación y el consenso; son flexibles y escuchan opiniones diferentes, mantiene el control de las emociones, no actúa impulsivamente.
- Aprender a ser corresponsable con los compromisos y tareas del hogar (cuidado de la familia, oficios domésticos) recomendando el valor de este trabajo.
- Superar mitos o falsas creencias como: “Los hombres no lloran”, “Los hombres son fuertes”, “Los hombres no expresan sus sentimientos, aprenden”; “Si te pegan, pégale”; “No juegue con muñecas”.

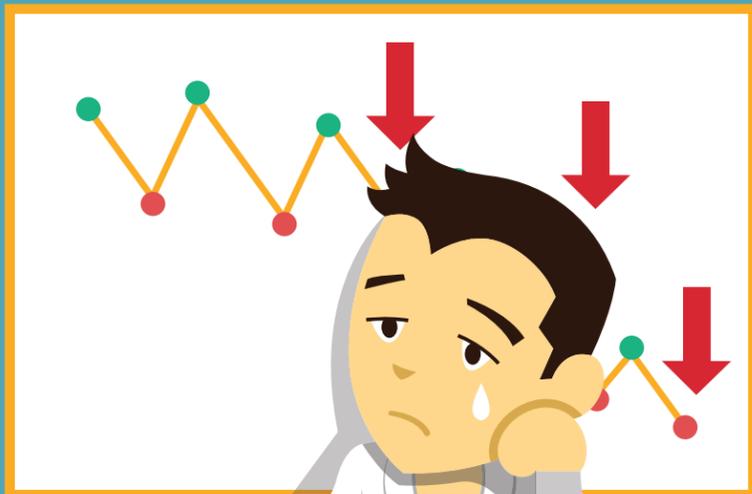
En resumen, UNA NUEVA MASCULINIDAD cuya práctica se fundamenta en estas expresiones permitirá liberar viejas ataduras mentales de poder y promoverá una sana convivencia y la igualdad entre mujeres y hombres.

Nuevo concepto de masculinidad



Aprende a demostrar y expresar cariño a los hijos.

Aprende a expresar las emociones



Aprenden formas más efectivas y asertivas, de resolver los conflictos



Aprender a ser corresponsable con los compromisos y tareas del hogar





Noviazgo asertivo

Módulo

3

- Aumentar la autoestima y asertividad para prevenir la violencia en la relaciones de pareja.
- Reconocer que en una relación de noviazgo es importante la comunicación y el respeto.

Competencias



En este módulo aprenderás acerca de:

- ✓ **Relaciones durante el noviazgo**
- ✓ **En una relación de noviazgo pueden darse manifestaciones de violencia.**
- ✓ **Mitos más frecuentes con respecto a la violencia en el noviazgo**
- ✓ **Consecuencias de la violencia en el noviazgo**
- ✓ **Factores de riesgo y factores protectores durante el noviazgo.**

¿Qué es el noviazgo?

Es una relación afectiva en la que no existe vínculo legal (no están casados/as) ni de cohabitación (no viven juntos/as). Es una etapa importante en tu vida. Es aquí donde se dan las primeras experiencias de relaciones de pareja, y por las características propias de la edad, también es una etapa llena de emociones.

Es una oportunidad de conocerse, de compartir, de establecer un intercambio afectivo que sea gratificante para ambos.

La forma en que mujeres y hombres conciben el amor determina la manera en que nos relacionamos con nuestra pareja, la cual en nuestra cultura muchas veces se entiende como una combinación entre romanticismo y violencia.

Relaciones durante el noviazgo

En la adolescencia y la juventud se dan diferentes relaciones durante el noviazgo. Algunas pueden considerarse como constructivas o saludables, en la que se promueve el crecimiento y ayuda recíproca en la pareja, se respeta la libertad individual, demuestra confianza y empatía, promueven espacios saludables e intereses propios e incorpora a las amistades de ambos, escuchando y respetando tus decisiones.

Otras relaciones de noviazgo se caracterizan por ser violentas, donde se imponen reglas, se interpone o impide el progreso individual, desmotiva, crea conflictos emocionales, controla y manipula, se es posesivo, existen celos la desconfianza es la mayor expresión. En la mayoría de las ocasiones se pasa de las discusiones y amenazas a los golpes.

Según los expertos, cada vez son más frecuentes las manifestaciones de la violencia durante el noviazgo entre adolescentes y jóvenes.

¿Qué es el noviazgo?



¿Crees que en una relación de noviazgo entre adolescentes y jóvenes pueden darse manifestaciones de violencia?

Es en el noviazgo donde se presentan las primeras señales de lo que será una relación violenta. Cuando se está en la etapa del "enamoramiento", se idealiza a la pareja y sus emociones no le permiten ser objetivos.

Las señales o características de violencia en una relación de pareja pueden ser las mismas. Pero durante el noviazgo, muchos y muchas adolescentes y jóvenes no lo reconocen y piensan que "son cosas pasajeras". Sin embargo, si deciden convivir juntos, la violencia aumenta.

¿Cuáles son los signos o características de alerta de un noviazgo violento?

El inicio de relaciones abusivas o violentas se manifiesta con:

- Actitud posesiva (te obliga a ceder).
- Te produce sufrimiento físico y emocional.
- Controla en todos los aspectos (tu tiempo, forma de vestir, tus llamadas, tus amistades, con quién puedes relacionarte, a través de las redes sociales).
- Celos.
- Aislamiento de las amistades y familiares.
- Intimidación (amenaza) y manipulación.
- Presión para tener relaciones sexuales sin tu consentimiento.
- Te hace sentir culpable.
- Ofensas verbales y otras.

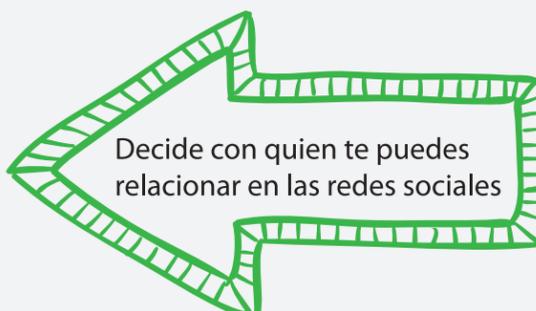
En una relación de noviazgo pueden darse manifestaciones de violencia



Agresión, celos, y desconfianza



Controla



Mitos más frecuentes con respecto a la violencia en el noviazgo:

Nos acostumbramos a escuchar frases como “El amor duele”, “El amor todo lo soporta” y a tener creencias que adoptamos como ciertas (los llamados mitos). Algunos ejemplos son:

Mito 1: Si te cela es porque te quiere.

Mito 2: La prueba de amor fortalece tu relación.

Mito 3: En una relación de noviazgo no existe la violación.

Mito 4: Un adolescente violento no es tan peligroso como un adulto violento.

Mito 5: Las mujeres violadas se lo han buscado.

¿Sabes cómo se manifiesta la violencia sexual en una relación de noviazgo entre adolescentes y jóvenes?

Sucede cuando la pareja presiona para tener actividad sexual. Generalmente quien presiona es el chico, valiéndose muchas veces de chantajes (prueba de amor) y amenazas de dejar la relación, con la finalidad de que la pareja acepte sostener relaciones sexuales (generalmente desprotegidas), aún en contra de sus deseos.

¿Crees que existen diferencias entre hombres y mujeres al expresar nuestros sentimientos y afectos en una relación de pareja?

La forma en que mujeres y hombres conciben el amor, determina la manera en que nos relacionamos con nuestra pareja, la cual en nuestra cultura muchas veces se entiende como una combinación entre romanticismo y violencia, que incluye control, celos, en ocasiones, diversos tipos de violencia enmascarados como “manifestaciones de amor”.

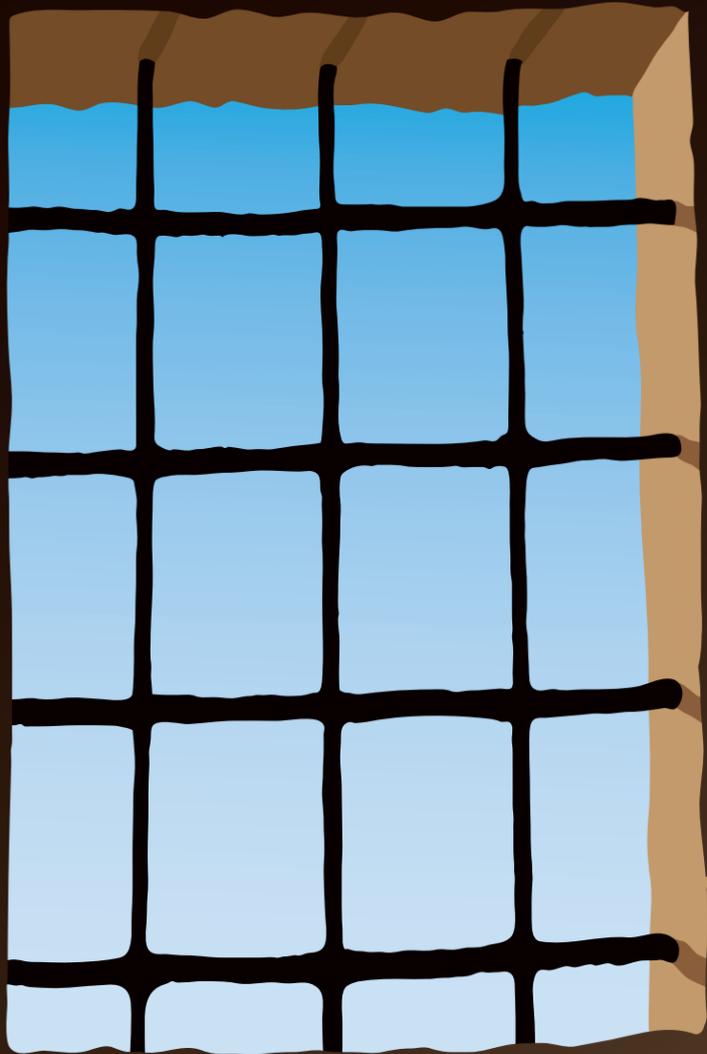
Los patrones de crianza determinan cómo debemos comportarnos ante la pareja y al entablar una relación afectiva.

Por ejemplo, a las mujeres se les enseña con mayor intensidad las ideas románticas o el romanticismo (recibir regalos, flores, la espera del príncipe azul, entre otras). La cultura enseña a los hombres a NO expresar emociones y sentimientos de forma abierta. Sin embargo, las mujeres tienen el permiso social para este tipo de expresiones. Todo esto va marcando diferencias entre hombres y mujeres, así como en sus relaciones. Todos los roles y estereotipos de género que se aprenden, a lo largo de la vida, son recreados o puestos en práctica en la relación de noviazgo.

Es necesario desaprender, muchos conceptos e ideas que refuerzan estereotipos y roles tradicionales que generan la violencia de género, por ejemplo: que el hombre debe asumir un papel dominante y activo, mientras que la mujer se espera que sea pasiva y dependiente.

¿Cuáles son las consecuencias que podría tener un noviazgo violento en la adolescencia?

- Depresión
- Aislamiento
- Ansiedad
- Fracaso escolar
- Trastornos en la alimentación
- Trastornos en el sueño
- Embarazos no deseados
- Infecciones de transmisión sexual (ITS)
- Baja posibilidad para negociar el uso del preservativo (condón) o de otros métodos anticonceptivos
- Agresiones físicas.



- **Mitos más frecuentes con respecto a la violencia en el noviazgo.**
- **Consecuencias de la violencia en el noviazgo.**



¿Puedes mencionar algunos factores de riesgo que propician la violencia en el noviazgo? ¿Sabes que existen factores de protección?

Algunas variables asociadas a esta problemática son las que te presentamos a continuación:

Factores de Riesgo	Factores de Protección
Exposición a la violencia en su familia de origen (modelos aprendidos).	Núcleo familiar fortalecido
Roles tradicionales de género (normalización de la violencia)	Habilidades para solucionar conflictos
Presión de grupo	Adecuada autoestima

¿Qué debes hacer en caso de que vivas violencia en tu noviazgo?

Cuéntale a una persona adulta de tu confianza (tu padre o madre, un familiar, profesor/a que te pueda orientar, a un/a profesional de la salud mental en una instancia de salud), acércate al Departamento de Psicología o al centro de orientación de tu colegio, pues la violencia es un delito y existen leyes en nuestro país que la sancionan.

¡¡Tu integridad, tu vida, puede estar en peligro!!

Buenas prácticas para lograr un noviazgo asertivo/constructivo

Ser asertivo equivale a saber expresar lo que piensas y sientes, demandar tus derechos, sin causar daño a los demás, sin ponerte en riesgo, es mantener un equilibrio emocional, es entablar relaciones más funcionales y directas.

Recuerda que en una relación cada integrante es una persona con derechos, esto quiere decir que tus necesidades e intereses no desaparecen, sino que contribuyen a enriquecer a la otra persona. En un noviazgo asertivo, no se descuidan otras relaciones importantes en tu vida.

Es importante que como joven tengas convicciones, ideas, metas en tu vida (incluida la dimensión personal, familiar, profesional) y que lo hagas saber a los/as demás, en especial a tu pareja.

La información, comunicación, autovaloración y la asertividad son condiciones necesarias para prevenir la violencia (poder y control) en las relaciones de pareja. Es importante desarrollar algunas habilidades, una de ellas es la forma que utilizas para comunicarte (los mensajes y las necesidades que deseamos compartir deben ser claros). Necesitas aprender a escuchar eficaz y activamente. También necesitas aprender a enfocar adecuadamente el conflicto, cuando este se presente.

Factores de riesgo y factores protectores durante el noviazgo

Factores de riesgo



Modelos aprendidos

Factores protectores



Núcleo familiar fortalecido



Normalización de la violencia



Habilidades para solucionar conflictos



Presión de grupo



Te estimas



Violencia contra las mujeres, adolescentes y niñas - femicidio

Módulo

4

- Erradicar el modelo de masculinidad violenta.
- Comunicarse con respeto, hablando y escuchándose mutuamente sin establecer relaciones de dominio que sometan a la mujer, eventualmente incorporarse en igualdad de condiciones.

Competencias



Actitudes



En este módulo aprenderás acerca de:

- ✓ ¿Qué es violencia contra la mujer?
- ✓ Tipos de violencia contra las mujeres, adolescentes y niñas.
- ✓ Expresiones de la violencia contra las mujeres, niñas y adolescentes.
- ✓ El Femicidio
- ✓ Mitos de la violencia contra la mujer
- ✓ Prevención de la violencia contra la mujer

¿Sabías que muchas niñas, mujeres adolescentes, jóvenes, adultas y adultas mayores son víctimas de violencia en Panamá?

La violencia contra las mujeres abarca muchos tipos de comportamientos físicos, emocionales, psicológicos y sexuales nocivos para las mujeres y las niñas. Frecuentemente la violencia contra las mujeres es ejercida por integrantes de la familia, pero a veces, también por extraños, en algunos, casos, hasta por el propio Estado.

¿Qué es violencia contra la mujer?

“Se entiende por violencia contra las mujeres cualquier acción, omisión o práctica discriminatoria basada en la pertenencia al sexo femenino, en el ámbito público o privado, que ponga a las mujeres en desventaja con respecto a los hombres, les cause muerte, daño o sufrimiento físico, sexual, psicológico, económico o patrimonial, así como las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, que incluye las perpetradas desde el Estado, o por sus agentes”. (La Ley 82 de 24 de octubre de 2013 que tipifica el femicidio y la violencia contra la mujer, define la violencia contra la mujer).

La violencia contra las mujeres, niñas y adolescentes puede ocurrir fuera de la casa, en la comunidad o el entorno (en la vía pública, en la escuela, en el transporte público) y aunque no lo creas, ocurre, principalmente, en lo interno de una familia o en una relación de noviazgo o matrimonio.

Tipos de violencia contra las mujeres, adolescentes y niñas

Violencia sexual

Es la acción u omisión encaminada a obligar a la mujer a mantener relaciones o ejecutar actos sexuales no consentidos por ella, por ejemplo: obligarla a tener relaciones sexuales contra su voluntad o subir vídeos de ella, de índole sexual, en redes sociales.

Violencia física

Es aquella en que se usa la fuerza y el poder, produciendo daños o heridas corporales a la mujer, por ejemplo: empujarla, halarle el cabello, estremecerla (jamaquearla).

Violencia psicológica

Es la que produce efectos emocionales y mentales, por ejemplo: insultarla, burlarse de ella en público o como forma de diversión frente a sus amigos y amigas, amenazarla con, si termina la relación de noviazgo, el novio se suicidará "por su culpa".

Violencia económica

Es aquella violencia tendiente a afectar la supervivencia económica de la mujer. Ejemplos de ella son: retenerle el cheque de la quincena, no permitir que ella administre el dinero que ha ganado con su trabajo, así como negarse a darle dinero suficiente para que tenga vestido, comida y/o transporte.

¿Qué es Violencia contra las mujeres?

Violencia física



Violencia psicológica



Tipos de violencia contra las mujeres, adolescentes y niñas



Violencia sexual



Violencia económica

Expresiones de la violencia contra las mujeres, niñas y adolescentes

La violencia contra las mujeres es una problemática compleja, cuya existencia se fundamenta en la desigualdad existente entre hombres y mujeres. Esta desigualdad da lugar a distintas expresiones de violencia, tales como:

Violencia doméstica:

Es la violencia que se ejerce a través de la fuerza física, sexual, psicológica o económica sobre una persona por parte de su cónyuge, excónyuge, familiares o parientes con quienes vive o ha vivido en algún momento.

Tráfico de mujeres, adolescentes y niñas:

El tráfico ha sido definido como la facilitación de la entrada ilegal en un país con el fin de obtener, directa o indirectamente, un beneficio financiero u otro beneficio de orden material.

Trabajo infantil de niñas:

Toda actividad que desempeñan las niñas, para contribuir a la economía de sus familias o para procurar su propia supervivencia, lo que afecta su desarrollo integral, pone su vida y salud en riesgo, impide su educación y/o afecta su dignidad humana.

Trata de mujeres, adolescentes y niñas:

Captación, transporte, traslado, acogida o recepción de mujeres por amenaza, fuerza u otras formas de coacción, al abuso o a la concesión o recepción de pagos para obtener el consentimiento de una persona que tenga autoridad sobre otra, con fines de explotación.

Matrimonio o uniones de hecho forzadas:

Cuando una mujer es obligada a casarse en contra de su voluntad.

Violencia mediática:

Son publicaciones o la difusión de mensajes e imágenes estereotipados, a través de cualquier medio masivo de comunicación, que directa o indirectamente promueva la explotación de las mujeres o sus imágenes, humille o atente contra la dignidad, así como la utilización de mujeres en mensajes e imágenes pornográficas.

Violencia contra las mujeres en desastres causados por fenómenos naturales:

Las mujeres, particularmente las jóvenes y adolescentes, son especialmente vulnerables frente a diversas manifestaciones de violencia de género en períodos de emergencia humanitarias.

Expresiones de la violencia contra las mujeres, niñas y adolescentes



La violencia contra las mujeres es una problemática compleja



Matrimonio o uniones de hecho forzadas



Violencia doméstica

No soy un objeto de compra y venta



Trata de mujeres, adolescentes y niñas



Trabajo infantil de niñas

ALTO
A la Trata de personas




Violencia mediática



Violencia contra las mujeres en desastres causados por fenómenos naturales

El femicidio: La forma más extrema de violencia contra las mujeres.

En ocasiones, la violencia contra las mujeres puede llegar a la forma más extrema de violencia contra las mujeres: el femicidio.

“Causar la muerte a una mujer basada en la pertenencia al sexo femenino, por causa de la discriminación o cualquier otra forma de violencia”. (Ley 82 del 24 de octubre de 2013 que tipifica el femicidio y la violencia contra la mujer).

Suele haber femicidio cuando:

- La muerte se da como resultado de una violación sexual previa y se desea ocultar ese hecho;
- Cuando quien da muerte a la mujer tenía o tuvo en el pasado una relación de amistad, noviazgo o amorosa.
- Cuando la muerte se da como un acto final de una relación (de noviazgo o matrimonio) violenta.
- Como resultado de una práctica estatal discriminatoria (negar la atención médica a una mujer indígena en un hospital), por ejemplo.
- Por el menosprecio o abuso del cuerpo de la víctima, para satisfacción de instintos sexuales o la comisión de actos de mutilación genital o cualquier otro tipo de mutilación.
- Cuando el cuerpo de la víctima sea expuesto, depositado o arrojado en un lugar público o privado, o cuando la misma haya sido incomunicada, cualquiera que sea el tiempo, previo a su fallecimiento.
- Para encubrir una violación.
- Cuando la víctima se encontrare en estado de gravidez.
- Por cualquier móvil generado por razón de su condición de mujer o en un contexto de relaciones desiguales de poder.

Los mitos y la violencia contra las mujeres

Los estereotipos dan lugar a mitos. Los mitos son ideas falsas que aplicamos no solo a las personas, sino también a fenómenos como la violencia contra las mujeres.

Nosotros y nosotras nos criamos en medios en los que se nos repiten algunas ideas falsas sobre cuáles son las características, tanto de la violencia, como de las personas que son víctimas de violencia, y cómo son los agresores y agresoras.

El peligro de los mitos es que: SON GENERALES y FALSOS.

Aún cuando algunos mitos se apliquen a una situación, en particular, no quiere decir que se apliquen en todos los casos.

Si seguimos repitiendo mitos, corremos el riesgo de equivocarnos, pues basamos nuestras acciones y decisiones en generalidades y no sobre la realidad.

Los mitos y los estereotipos nos impiden desarrollar sociedades más justas y equitativas, en las que todos y todas tengamos igualdad de oportunidades para desarrollar nuestro pleno potencial.

Un ejemplo: Mito: La violencia contra las mujeres se inicia porque la mujer hizo algo para provocar.

¿Si los hombres también sufren violencia, ¿por qué hablar de violencia contra las mujeres?

Porque si los hombres también son víctimas de violencia, estos no son víctimas por el solo hecho de ser hombres. Las mujeres, en cambio, sufren un tipo de violencia solo porque son mujeres. Esto ocurre en gran medida porque la sociedad, los individuos, el Estado y las instituciones creemos que las mujeres tienen una posición social subordinada, sometida, esclavizada y doblegada con respecto a los hombres.

El femicidio:

La forma más extrema de violencia contra las mujeres.



Basta de femicidios

NI UNA MENOS

Ley 82 del 24 de octubre de 2013 tipifica el femicidio y la violencia contra la mujer.

Mitos de la violencia contra la mujer



La prueba de amor



La violencia contra la mujer se da porque ella hizo algo para provocarla.



La violencia doméstica es un asunto privado



A las mujeres les gusta que les peguen

La violencia contra las mujeres sólo se da en familias pobres o de pocos recursos económicos.



El alcohol y las drogas determinan una conducta violenta.

¿Cómo podemos contribuir en la prevención de la violencia contra la mujer?

- Participando en organizaciones o grupos de la comunidad que promuevan la convivencia pacífica.
- Dar importancia a lo que sienten y necesitan los y las adolescentes: prestar atención a la singularidad o características de cada uno/a.
- No establecer relaciones de dominio que supediten un sexo al otro, sino incorporar en igualdad de condiciones las realidades e historia de las mujeres y de los hombres, para educar en la igualdad desde la diferencia.
- **Diálogo:** comunicación fluida desde la escucha activa, con respeto.
- Educar en igualdad de oportunidades, con modelos menos rígidos de mujeres y hombres, así como de sus relaciones y, por lo tanto, construir unas relaciones más sanas, además de satisfactorias.
- Educar, conjuntamente, a adolescentes y jóvenes con la idea de que hay distintas miradas y visiones del mundo, así como diversas experiencias y aportaciones hechas por mujeres y hombres, que deben conformar la cosmovisión colectiva y sin las que no se puede interpretar ni conocer el mundo ni la realidad.
- Cuidar el lenguaje hablado y escrito, de modo que incluya a hombres, mujeres, niñas, niños y adolescentes.
- No hacer distinción entre juegos para chicos y juegos para chicas.
- Analizar los roles de mujeres y hombres y su relación con la violencia.
- Repartir el trabajo doméstico de forma equitativa, de manera que los niños y niñas tengan tanto a su madre como a su padre como modelo de referencia de este trabajo y de las habilidades que requiere.
- Erradicar el modelo de masculinidad violento.
- Dar valor y reconocimiento a las mujeres y sus aportaciones a la historia.
- Compartir, hablar de los conflictos y pedir opinión e implicación a otras personas.
- Actuar desde el principio (plantear los conflictos abiertamente cuando es posible, y si no, a través de metáforas, historias, etc., pero no dejarlos pasar).

Prevención de la violencia contra la mujer

La lucha es
de todos y todas



**No más violencia
contra la mujer**





Violencia sexual

Módulo

5

- Adquirir herramientas para prevenir la violencia sexual contra los niños, niñas y adolescentes y, de este modo, crear conciencia acerca de todo lo que constituye la violencia sexual contra las personas menores de edad.
- Saber qué hacer y dónde acudir para poner la denuncia si se es víctima de violencia sexual.

Competencias



Actitudes



En este módulo aprenderás acerca de:

- ✓ **La violencia sexual y sus diversas manifestaciones**
- ✓ **Consecuencias de la violencia sexual**
- ✓ **Formas de control de la persona agresora**
- ✓ **¿Por qué las víctimas no notifican sobre la violencia sexual?**
- ✓ **Violencia sexual contra niños, adolescentes y jóvenes**
- ✓ **Mitos o falsas creencias que justifican la violencia sexual**
- ✓ **Factores de riesgo**
- ✓ **¿Qué hacer si eres víctima de violencia sexual?**

¿Qué es violencia sexual?

Acción de violencia física o psicológica contra una mujer, cualquiera que sea su relación con el agresor, con el ánimo de vulnerar la libertad e integridad sexual de las mujeres, incluyendo la violación, la humillación sexual, obligar a presenciar material pornográfico, obligar a sostener o presenciar relaciones sexuales con terceras personas, grabar o difundir, sin consentimiento, imágenes por cualquier medio, la prostitución forzada, y la denegación del derecho a hacer uso de métodos de planificación familiar, tanto naturales como artificiales, o adoptar medidas de protección contra infecciones de transmisión sexual (ITS), incluyendo VIH, aun en el matrimonio o en cualquier relación de pareja.

(Ley No. 82 de 24 de octubre de 2013, que adopta medidas de prevención contra la violencia en las mujeres y reforma el código penal para tipificar el femicidio y sancionar los hechos de violencia contra la mujer).

¿Dónde se puede dar la violencia sexual?

- En el matrimonio o uniones de hecho.
- Durante citas amorosas o en el noviazgo.
- En tiempo de crisis o desastres naturales causados por fenómenos naturales.
- En la familia, la cual se realiza desde las figuras más cercanas afectivamente y quienes deben brindar seguridad, protección y afecto en el círculo familiar.
- En instituciones supuestamente “seguras”, como las escuelas, universidades, baños, aulas, dormitorios, donde algunos de los agresores incluyen compañeros o profesores.
- En los lugares, empresas o instituciones donde se realizan prácticas profesionales.

Manifestaciones de la violencia sexual

- Tocamientos, manoseos, expresiones atrevidas o groseras no deseadas.
- Relación sexual obligada (penetración vaginal, anal, u oral).
- Acoso sexual
La trata de niños(as), adolescentes, mujeres para fines sexuales, ya sea abuso, esclavitud y explotación sexual.

¿Qué otras acciones abarca la violencia sexual?

El abuso sexual se puede dar con contacto o sin contacto físico.

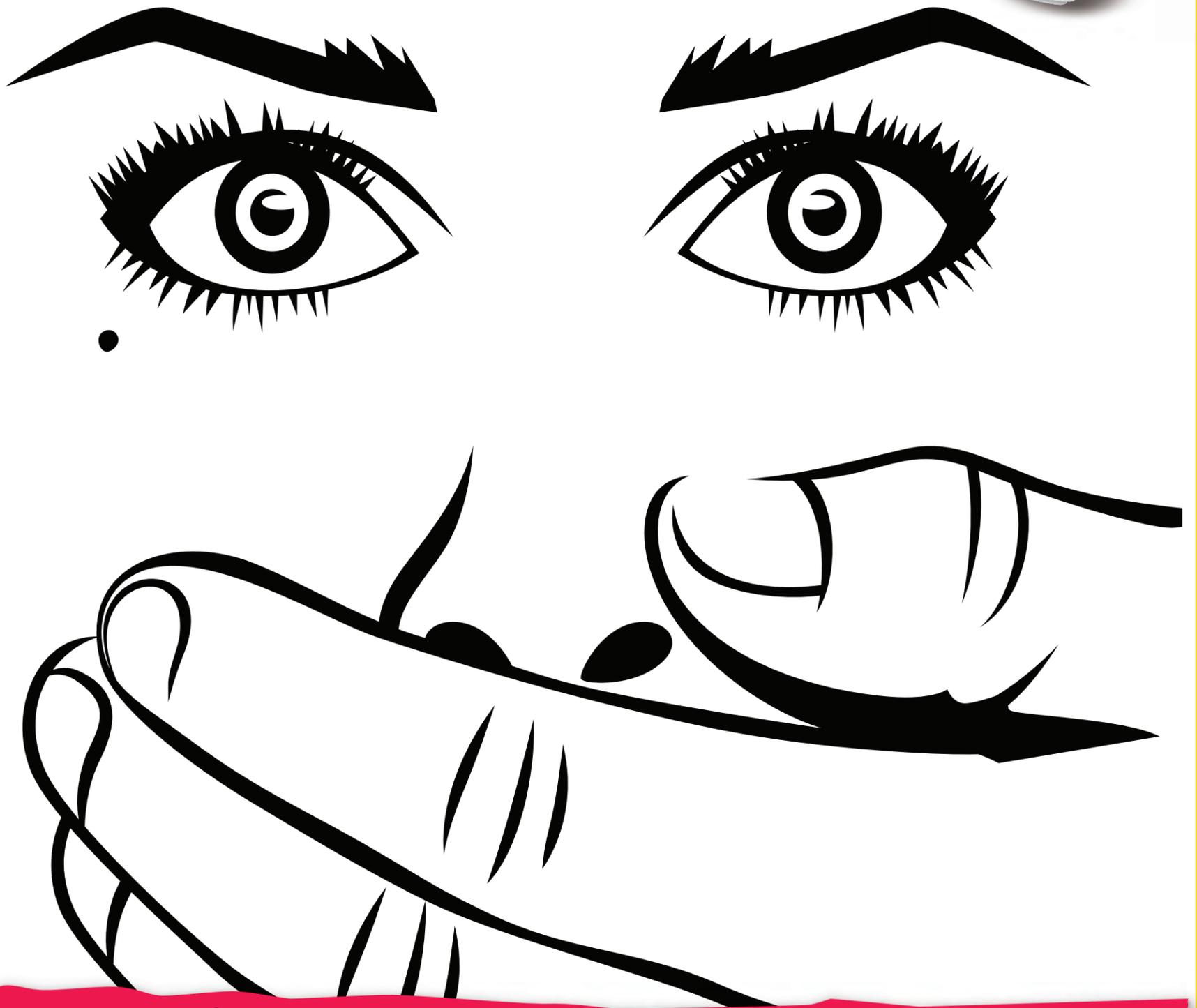
Con contacto físico:

- El uso del cuerpo por medio de manoseos no deseados, hasta la penetración forzada (penetración del pene: Puede ser vaginal, anal u oral).
- Cuando alguien nos pide o nos forza a tener contacto con sus órganos sexuales, aunque no haya penetración genital, ya sea tocarlo, sexo oral, es decir, que nos obligan a introducir el pene en la boca o realizar práctica de sexo anal (pene en el ano).
- Tocar los órganos sexuales de el o la adolescente (la manipulación puede ser sobre o debajo de la ropa en forma obligada).
- Incesto (abuso sexual por un familiar como abuelo, padrastro, tío, hermano, etc.)

Sin contacto físico:

- El acoso verbal (uso de palabras hirientes, piropos indecentes, intimidar o amenazar de que te pueden hacer algo que te produzca dolor o daño).
- Cuando te obligan a ver pornografías en contra de tu voluntad.
- Cuando te obligan a ver a otras personas realizando actos sexuales.
- Recibir comentarios de contenido sexual.
- Si una persona te muestra sus órganos sexuales.
- Fisgonear (recabuchar).
- Las llamadas obscenas o envíos de imágenes sexuales o te piden que envíes imágenes.
- Propositiones sexuales explícitas.
- Te engaña (manipula), a través de juegos, promesas, chantaje, otros.

La violencia sexual y sus diversas manifestaciones



Contacto físico



El uso del cuerpo por medio de manoseos no deseados, hasta la penetración forzada (Penetración del pene u objeto: Puede ser vaginal, anal u oral).

Sin contacto físico



Cuando te obligan a ver pornografías en contra de tu voluntad.

¿Quiénes son las víctimas?

- En su mayoría las víctimas son mujeres, niños, niñas, adolescentes y jóvenes.
- Personas con discapacidad física o mental.
- Mujeres migrantes.
- Mujeres de grupos étnicos minoritarios.
- Mujeres en pobreza y pobreza extrema.
OJO. Se debe considerar que en los casos de las personas menores de edad (adolescentes), aún con supuesto consentimiento se considera violencia sexual.

¿Quiénes son las personas agresoras?

- En la mayoría de los casos son hombres.
- La mayoría son las familias y amistades cercanas. También pueden ser personas desconocidas.

Consecuencias de la violencia sexual en la víctima

- Embarazo no planeado.
- Aborto inseguro.
- Disfunción sexual.
- Infecciones de transmisión sexual (ITS), incluida la infección por el VIH.
- Depresión.
- Sentimientos de tristeza y desamparo.
- Vergüenza y culpa.
- Temor al agresor.
- Temor a expresión sexual.
- Estigmatización: sentirse diferente a las demás.
- Comportamiento de alto riesgo (por ejemplo, relaciones sexuales sin protección, iniciación sexual consensual temprana, abuso del alcohol y otras drogas).
- Femicidio.
- Dificultad para establecer una futura relación sana de pareja.

Consecuencias de la violencia sexual en la víctima

Embarazo

Rebeldía

Irritabilidad

Baja autoestima

Aislamiento

Desconfianza

Depresión



Insinuaciones

Esterilización forzada

Exhibicionismo

Turismo sexual

Lenguaje obsceno

Pornografía

Violación

Rapto

Tipos de violencia sexual

Manoseos

Frotamientos

Acoso sexual

Trata de personas

Masturbar

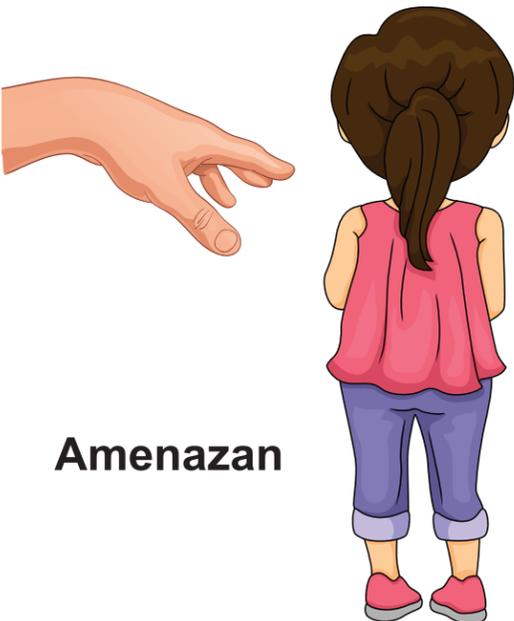
Prostitución forzada

Explotación sexual

Las personas agresoras suelen ser hombres, la mayoría son familiares y amistades cercanas

Formas de control de la persona agresora

Amenazan



Ofrecen regalos



Piden guardar silencio



¿Por qué las víctimas no notifican sobre la violencia

- La víctima siente vergüenza o se culpa, se dice que pudo evitarlo.
- Temor o riesgo de represalias o amenazas.
- Temor o riesgo de ser culpadas/os.
- Temor o riesgo de que no les crean.
- Temor o riesgo de ser tratadas/os mal o ser socialmente marginadas/os.
- Por mantener la apariencia de un buen matrimonio.
- Por cumplir con compromisos religiosos y sociales.

Violencia sexual contra niños, adolescentes y jóvenes.

Los niños y los hombres también pueden ser víctimas de violencia sexual. La violación y otras formas de coacción sexual contra hombres y niños tienen lugar en diversos entornos, incluidos hogares, lugares de trabajo, escuelas, calles, instituciones militares y prisiones. Este tema tiene pocos estudios o investigaciones que demuestren la magnitud del mismo, sin embargo, se considera una situación de discriminación, por género, la falta de datos sobre la situación del hombre en relación con la violencia sexual.

Mitos o falsas creencias que justifican la violencia sexual

La sociedad y la cultura pueden apoyar y perpetuar creencias falsas o mitos que justifican la violencia y que se expresan a través de dichos (refranes) como son:

- “Es que ella se vistió muy provocativa”.
- “Para mí que ella quiere ser violada”.
- “Las relaciones sexuales son un derecho del hombre en el matrimonio”.
- “Las mujeres y las niñas son responsables de mantener bajo control los deseos sexuales de los hombres”.

¿Cuáles son los FACTORES DE RIESGO de la violencia sexual?

- Pertenecer a una pandilla.
- Exposición en la niñez a la violencia doméstica.
- Aceptación de la violencia (por ejemplo, creer que es aceptable golpear a la esposa o la novia).
- Falta de información.
- La falta de iluminación en las calles.

¿Por qué las víctimas no notifican sobre la violencia sexual?



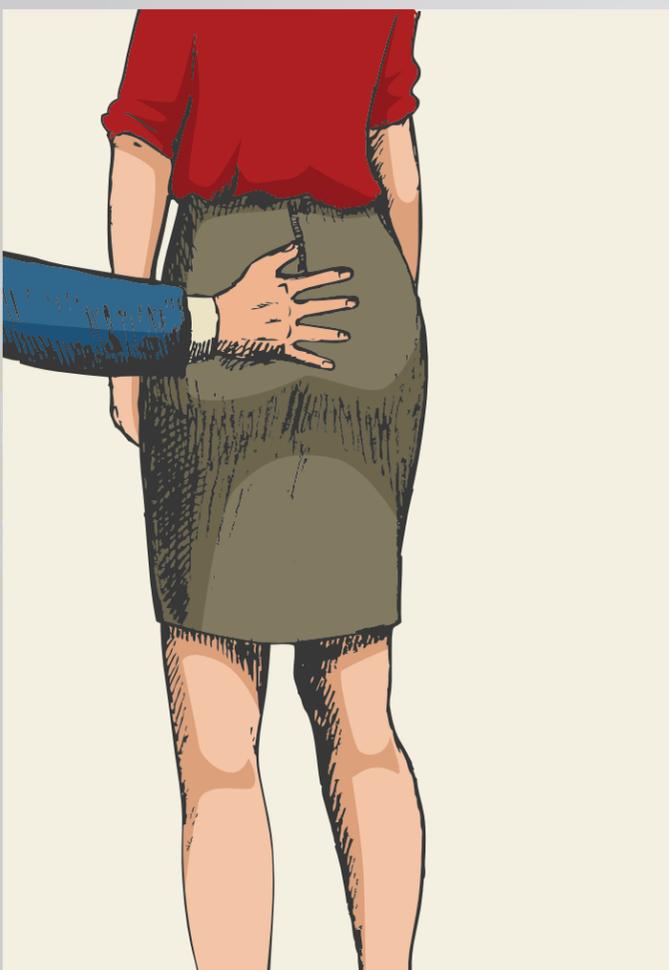
Las víctimas de violencia sexual guardan silencio por temor a que no les crean y por vergüenza.

Violencia sexual contra niños, adolescentes y jóvenes



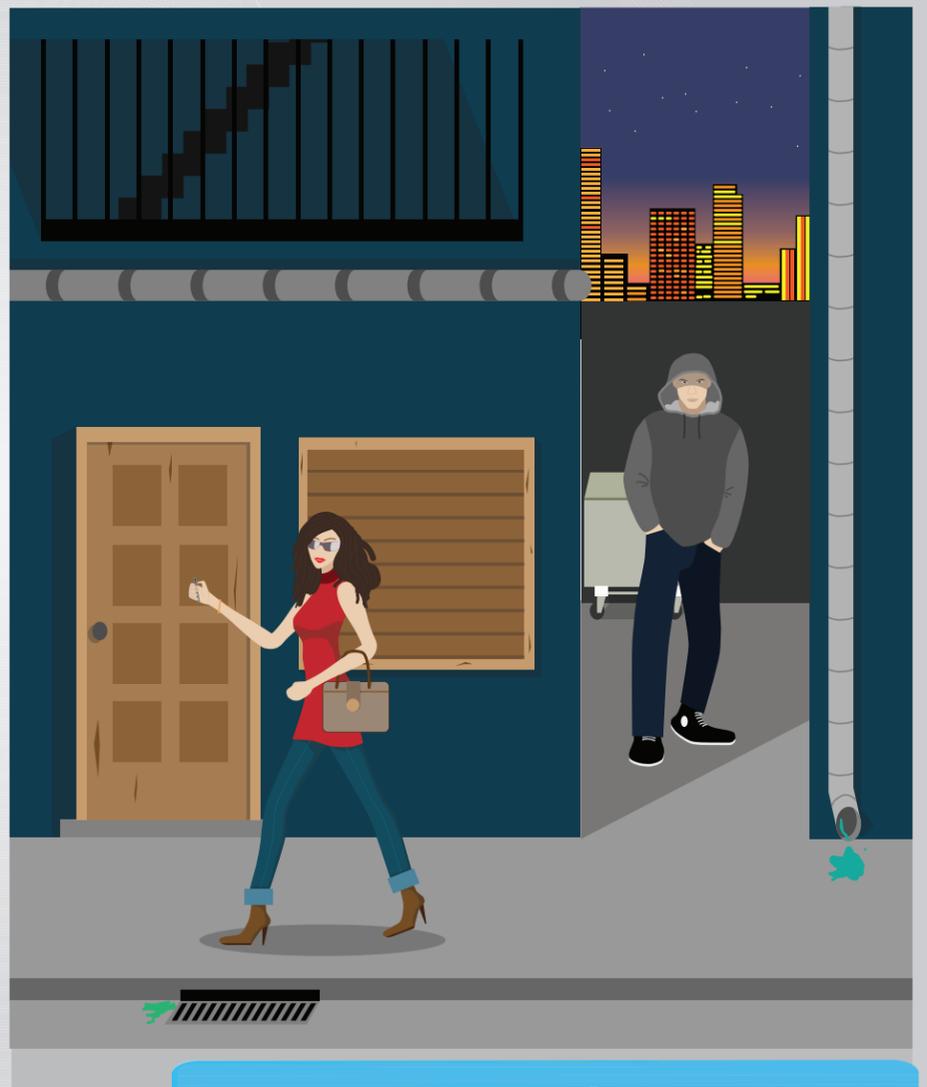
Los niños y los hombres también pueden ser víctimas de violencia sexual

Mitos o falsas creencias que justifican la violencia sexual



“Es que ella se vistió muy provocativa”.

Factores de riesgo



La inseguridad en la comunidad

¿Qué hacer si se es víctima de violencia sexual?

- No estás sola/o.
- Nunca pienses que tienes la culpa.
- Busca apoyo de tu familia, amistades o alguien de tu confianza que pueda ayudarte.
- Cuando estés con otra persona de una manera sexual (aun si solo se trata de abrazos y besos), asegúrate de sentirte cómoda/o.
- La violencia sexual es un delito y debe ser denunciada y también castigada.

Para poner la denuncia, puedes acudir al:

- Centro de Recepción de Denuncias del Ministerio Público (MP), ubicado en el Corregimiento de Ancón, Dirección de Investigación Judicial (DIJ) (Sección especializada de delitos de explotación sexual).
- Fiscalías del Ministerio Público en todos los Distritos Judiciales del País, encargados de investigar los delitos contra la libertad e integridad sexual y tráfico de personas.

Si eres víctima de violencia sexual, es importante que tomes en cuenta las siguientes recomendaciones:

- No te laves, ni te bañes y de ser posible, no cambies tu ropa antes de acudir a interponer la denuncia o si es posible, no alteres el escenario físico donde ocurrieron los hechos, para acumular evidencia.
- Actúa lo más rápido posible y protégete de los posibles efectos físicos y emocionales de la agresión.
- Busca atención médica inmediatamente en la sala de urgencias del hospital más cercano y solicita una evaluación completa.
- Si eres testigo/a o tienes conocimiento de algún acto o incidente de violencia sexual en la escuela o en actividades relacionadas a estas, notifícalo de inmediato al personal de seguridad de la institución personalmente o mediante llamada telefónica.



¿Qué hacer
si eres víctima
de violencia
sexual?



Trata de personas

Módulo

6

- Saber identificar las principales señales de una situación de trata de niñas adolescentes, jóvenes y mujeres.
- Diferenciar entre los conceptos trata de personas y tráfico ilícito de inmigrantes, así como los factores de vulnerabilidad, para prevenir situaciones, tales como: ofrecimientos laborales dentro y fuera del país, estar alerta si te contactan desconocidos por las redes sociales, personas desconocidas, entre otros.

Competencias



En este módulo aprenderás acerca de:

- ✓ **Componentes de la trata de personas.**
- ✓ **Traslado de una persona a un lugar o de un país a otro.**
- ✓ **Perfiles de las víctimas y de los tratantes.**
- ✓ **Factores de vulnerabilidad en la oferta.**
- ✓ **Recomendaciones para prevenir la trata en la adolescencia y juventud.**

Trata de personas

¿Te han dicho que tienes el cuerpo de un/a modelo?

¿Te han propuesto trabajar como modelo por mucho dinero y en otro país?

¿Qué es la trata de personas?

Es una forma moderna de esclavitud que se refiere a la captación, reclutamiento, traslado y acogida de personas con fines de explotación, recurriendo a la amenaza o al uso de la fuerza y otras formas de coacción.

El proceso de trata suele comenzar con una relación de confianza mutua, como un pacto que se hace libremente (excepto en los casos de secuestro). Al llegar al destino, o en el camino, se muestra el engaño: el trabajo no se desarrolla bajo las condiciones acordadas y se inventan nuevos gastos de alimentación, médicos, entre otros.

Componentes de la Trata

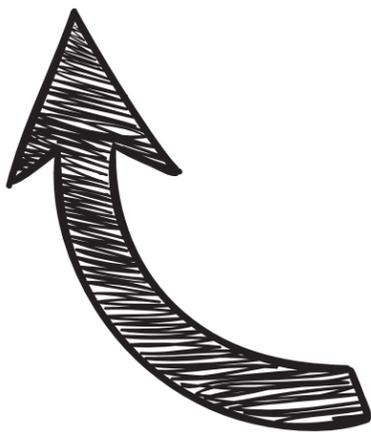
Actividad

Captación
Transporte
Traslado-acogida
Recepción de personas



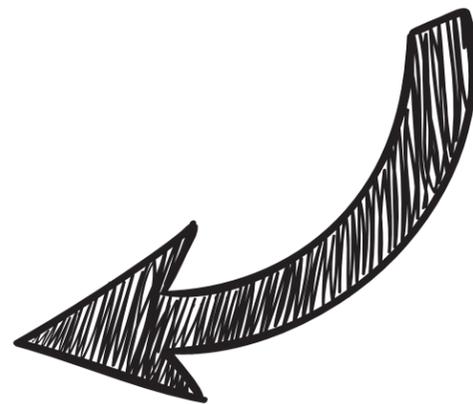
Medios

Amenaza
Uso de la fuerza
Coacción + rapto
Fraude+ engaño
Abuso de poder o vulnerabilidad.



Fines

Explotación sexual
Explotación laboral
Mendicidad
Extracción de órganos
Otras.



¿En qué consiste la captación o reclutamiento?

Se contacta a las potenciales víctimas de trata empleando todo tipo de medios y recursos: promesas de empezar o continuar estudios, falsos enamoramientos, buenos trabajos o para facilitar la reunificación familiar. Otras personas son forzadas directamente, mediante el uso de la fuerza física y el secuestro. Cada vez más se utiliza la captación por Internet, Facebook, Twitter, Instagram, grooming, sexting, vía celular y otras redes sociales, clasificados de los medios escritos (solicitud de damas de compañía, masajes, entre otros), donde los contactos o enganchadores/as son amigos/as, conocidos/as, familiares.



Componentes de la trata de personas



Actividad



Medios



Fines

¿Qué se entiende por traslado de una persona?

La captación, traslado y posterior explotación de una persona puede ocurrir también dentro de los límites de un solo país, lo que se conoce como trata interna. Las implicaciones del traslado son el desarraigo (exilio) y la vulnerabilidad de las víctimas por el desconocimiento del contexto que les rodea y al estado de indefensión. Posiblemente la víctima no es consciente de lo que le ha sucedido, ya que es difícil de identificar.

Uno de los grandes problemas de la Trata de Personas es que este, se puede iniciar y desarrollar bajo la apariencia de actividades totalmente lícitas; viajes, hospedajes y trabajo.

El traslado puede ser entre regiones o entre países y en muchas ocasiones con el consentimiento de la víctima, quienes llenas de ilusiones por el ofrecimiento que le han hecho realizan el viaje.

Ejemplos de los fines de la Trata de Personas

Explotación sexual (prostitución forzada, explotación sexual comercial de personas menores de edad, producción de pornografía, entre otros).

Explotación laboral (construcción, trabajo agrícola, servicios de comida, entretenimiento, trabajo doméstico, cuidado de personas, mendicidad).

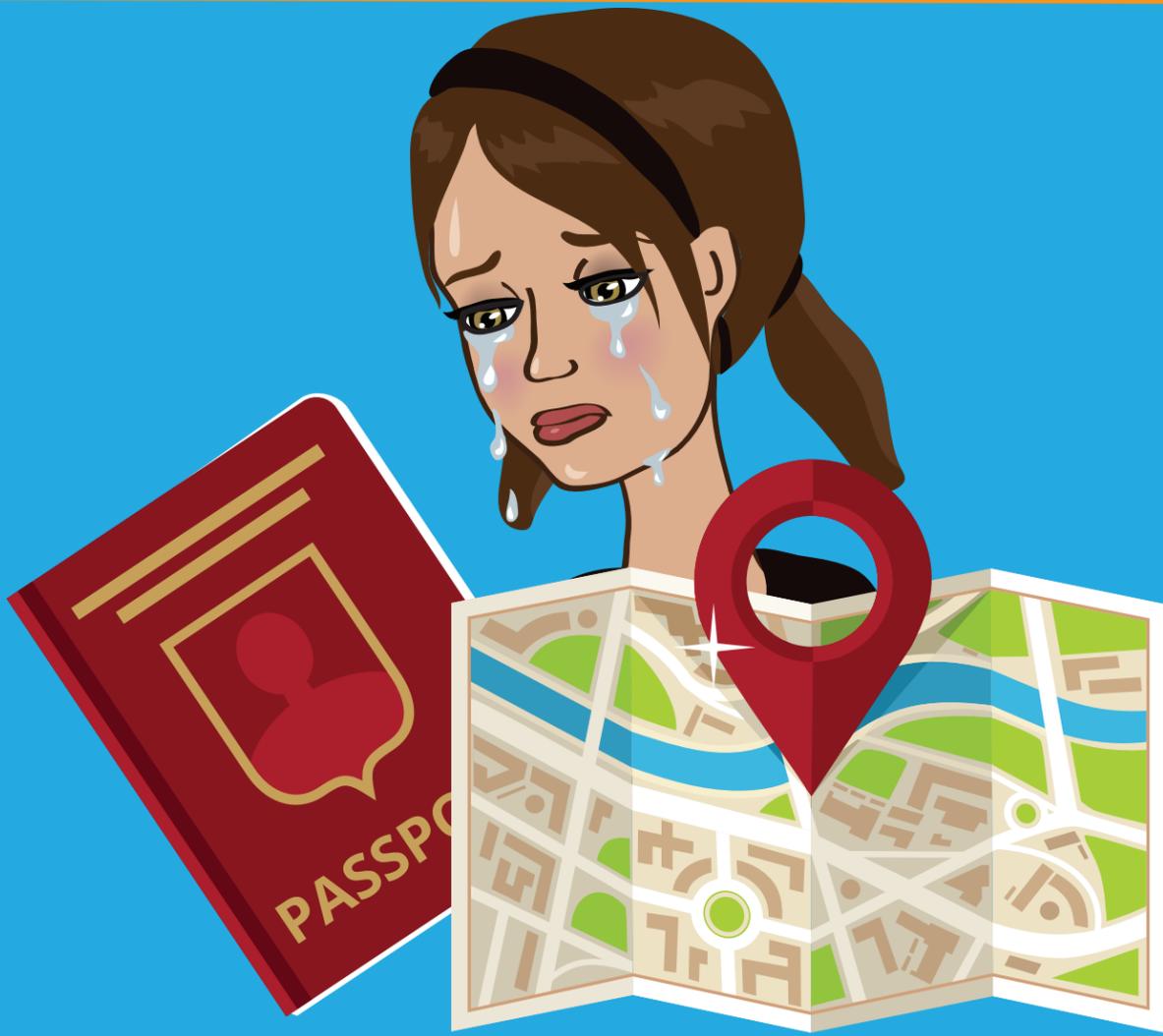
Servidumbre (uniones de hecho con menores de edad, embarazo forzado, servidumbre doméstica).

Explotación en actividades delictivas (tráfico de drogas, de armas, artículos robados, entre otros).

Extracción ilegal de órganos (para abastecer el mercado negro, a través de manipulación o engaños a las víctimas).

Compra y venta de bebés, niñas y niños (adopciones ilegales o fraudulentas de personas menores de edad para ubicarlos como esclavos/as en otros fines de la Trata de personas).

Traslado de una persona a un lugar o de un país a otro

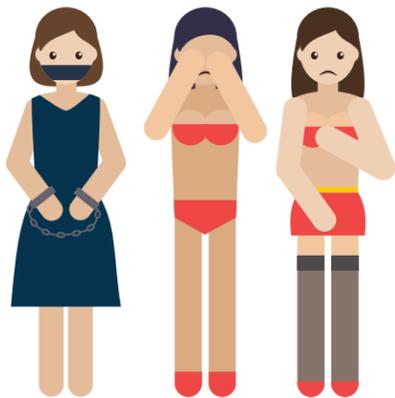


Ejemplos de los fines de la trata de personas

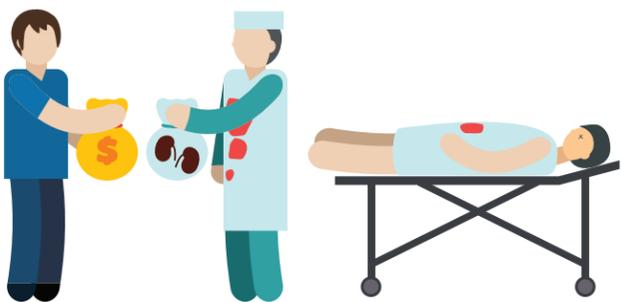
Explotación laboral



Explotación sexual



Matrimonio forzado



Extracción ilegal de órganos



Compra y venta de bebés, niñas y niños

¿Cuál es el perfil de las víctimas de Trata de Personas?

La magnitud exacta se desconoce debido a la falta de registro y visión de la problemática. Los datos recopilados a partir de la atención a sobrevivientes de Trata de Personas por parte de Organismos Internacionales e Instituciones Gubernamentales y No Gubernamentales, destacan la Trata de mujeres, hombres y personas menores de edad, tanto a lo interno de los países, como a nivel regional e internacional.

¿Quiénes pueden ser las víctimas?

Mujeres

Niños y niñas

Hombres

Personas con discapacidad

Grupos que han sufrido discriminación prolongada

Indígenas

Migrantes

Trabajadores/as informales

Población adolescente y joven

Población analfabeta

Principales señales de una situación de trata de niñas, adolescentes, jóvenes y mujeres

- Ellas no pueden abandonar la situación de explotación por su voluntad.
- Ellas son obligadas a realizar actividades contra su voluntad.
- Ellas pueden tener desplazamiento restringido o están vigiladas.
- Están sometidas a maltrato físico y psicológico.
- Trabajan en condiciones infrahumanas.
- Reciben pago injusto por su trabajo.
- No se les permite tener comunicación con sus familiares.

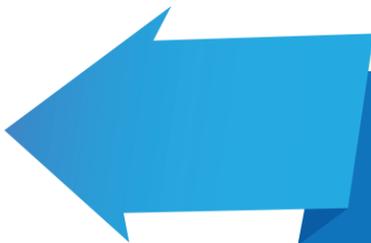
Características de los tratantes

Se aprovechan de la necesidad y vulnerabilidad de las personas; muchas personas acceden a viajar en búsqueda de empleos mejor pagados.

- Se anuncian en los periódicos ofreciendo buenos empleos y salarios.
- Utilizan agencias fraudulentas de empleo o viajes.
- Despojan a la víctima de sus documentos de identidad.
- Prohíben la comunicación de sus víctimas con sus amistades o familiares.
- Ganar la confianza de las personas para aprovecharse de ellas.
- Usualmente trabajan en Redes de la Inteligencia Organizada.



NO a la
TRATA de
Personas



La Trata de Personas no discrimina...



**Perfiles de las víctimas
y de los tratantes**



¿Cómo afecta la trata de personas a las mujeres, niñas y adolescentes?

La trata de mujeres, niñas y adolescentes es una de las formas más extremas en las que se manifiesta la violencia contra las mujeres. Se estima que alrededor del 80% de las personas atrapadas por las redes de trata son mujeres y niñas. Este porcentaje es aún mayor en el caso de la trata con fines de explotación sexual, en la que se piensa que las mujeres de todas las edades llegan a constituir el 98% del total de las víctimas.

Factores de vulnerabilidad en la oferta:

Individuales: Baja estima, bajo nivel de escolaridad y deserción escolar, falta de información, pobreza y discapacidades, adicciones, vivir algunas formas de violencia (en el noviazgo y entorno social, violencia sexual, violencia de género, discriminación), hogares con numerosos integrantes y familias donde existe violencia doméstica.

Sociales: Tolerancia a la explotación de otros/as, discriminación por razón racial, étnica, orientación sexual y de género, exclusión social, desempleo, empleo informal, ejercicio de la violencia en la vida cotidiana, relaciones de poder, crecimiento de las redes sociales en internet, métodos de reclutamiento de los tratantes más especializados, falta de redes de apoyo, invisibilidad del delito en la sociedad.

¿Es lo mismo trata de personas que tráfico ilícito de migrantes?

El tráfico se refiere a la facilitación del ingreso irregular de una persona a un país que no es el propio, a cambio de dinero u otro beneficio. A veces este servicio no concluye cuando la persona extranjera ingresa en el país que deseaba, sino que es explotada, momento en el que se habla de trata de personas.

Algunas recomendaciones para prevenir la trata en la adolescencia y juventud

- Tener cuidado con los ofrecimientos laborales fuera del país o en otra provincia y desconfía de aquellos que prometen alta remuneración a cambio de poca labor.
- Si se les ofrece el cielo y la tierra, para convencerles por un trabajo, cuando suena todo tan bonito, eso no está bien, las cosas no le caen a uno/a del cielo.
- Si tienes dudas sobre los requisitos que te piden para obtener un empleo, investiga más sobre la oferta.
- Ante un viaje, tener la precaución de aprender el idioma del lugar de destino. No entregar o dar para guardar el pasaporte a nadie.
- Llevar copias de los documentos personales en lugares donde no sean visibles.
- Averiguar bien, tener contactos, y si deciden viajar, investigar sobre el nombre del embajador o embajadora o el/la cónsul en el país donde vayan a estar. Investigar sobre organizaciones de ayuda de mujeres migrantes.
- El internet se ha convertido en una herramienta utilizada por las y los tratantes en la captación de sus víctimas. Por ello, recomendamos lo siguiente:
- Nunca reveles las contraseñas de tus cuentas ni a gente cercana (como amigos/as) o en respuesta a correos electrónicos que te han enviado.
- Protege las contraseñas guardadas. No anotes tus contraseñas en lugares en donde puedan acceder a ellas, ya que muchas personas las guardan en archivos de sus computadoras, que es el primer lugar en donde los/las criminales cibernéticos/as revisan.
- No escribas tus contraseñas en computadoras públicas, ya que existen programas que se dedican a recolectar información de computadoras con mucha afluencia.
- No te cites con alguien que hayas conocido en la red.
Aléjate de los autos con vidrios ahumados.

Factores de vulnerabilidad en la oferta



¿Es lo mismo
Trata de Personas
que Tráfico Ilícito
de Migrantes?

Recomendaciones para prevenir la
trata en la adolescencia y juventud



CLASIFICADOS

Ventas

¿Qué esperas?
Esta es tu oportunidad

Se solicitan jóvenes de buena presencia para laborar como oficinista en una prestigiosa empresa en el extranjero. Sólo debes tener tu pasaporte actualizado.

Gana dinero rápido y fácil

Exterminador de plagas

WORK WITH US!

An illustration of a woman with dark curly hair, wearing a dark tank top, looking at a newspaper. The newspaper has several classified ads. One ad is circled in red and says '¿Qué esperas? Esta es tu oportunidad'. Another ad says 'Gana dinero rápido y fácil'. There are also ads for 'Exterminador de plagas' and 'WORK WITH US!'. The newspaper also has a 'Ventas' section and a tractor icon.



Bullying y Ciberbullying

Módulo

7

- Es muy importante intentar prevenir el bullying y el ciberbullying a través de la comunicación, tolerancia frente a las diferencias y de las relaciones entre la escuela y la familia. Muchas veces, las causas están en esos entornos y en las comunidades es allí mismo donde hay que contrarrestarla.

Competencias



En este módulo aprenderás:

- ✓ ¿Qué es el Bullying?
- ✓ Signos que conllevan a identificar a una víctima de bullying
- ✓ Conductas de la persona que acosa
- ✓ Ciberbullying

¿Sabías que muchas niñas, mujeres adolescentes, jóvenes, adultas y adultas mayores son víctimas de violencia en Panamá?

La violencia contra las mujeres abarca muchos tipos de comportamientos físicos, emocionales, psicológicos y sexuales nocivos para las mujeres y las niñas. Frecuentemente la violencia contra las mujeres es ejercida por integrantes de la familia, pero a veces, también por extraños, en algunos, casos, hasta por el propio Estado.

¿Qué es violencia contra la mujer?

“Se entiende por violencia contra las mujeres cualquier acción, omisión o práctica discriminatoria basada en la pertenencia al sexo femenino, en el ámbito público o privado, que ponga a las mujeres en desventaja con respecto a los hombres, les cause muerte, daño o sufrimiento físico, sexual, psicológico, económico o patrimonial, así como las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, que incluye las perpetradas desde el Estado, o por sus agentes”. (La Ley 82 de 24 de octubre de 2013 que tipifica el femicidio y la violencia contra la mujer, define la violencia contra la mujer).

La violencia contra las mujeres, niñas y adolescentes puede ocurrir fuera de la casa, en la comunidad o el entorno (en la vía pública, en la escuela, en el transporte público) y aunque no lo creas, ocurre, principalmente, en lo interno de una familia o en una relación de noviazgo o matrimonio.

Tipos de violencia contra las mujeres, adolescentes y niñas

Violencia sexual

Es la acción u omisión encaminada a obligar a la mujer a mantener relaciones o ejecutar actos sexuales no consentidos por ella, por ejemplo: obligarla a tener relaciones sexuales contra su voluntad o subir vídeos de ella, de índole sexual, en redes sociales.

Violencia física

Es aquella en que se usa la fuerza y el poder, produciendo daños o heridas corporales a la mujer, por ejemplo: empujarla, halarle el cabello, estremecerla (jamaquearla).

Violencia psicológica

Es la que produce efectos emocionales y mentales, por ejemplo: insultarla, burlarse de ella en público o como forma de diversión frente a sus amigos y amigas, amenazarla con, si termina la relación de noviazgo, el novio se suicidará "por su culpa".

Violencia económica

Es aquella violencia tendiente a afectar la supervivencia económica de la mujer. Ejemplos de ella son: retenerle el cheque de la quincena, no permitir que ella administre el dinero que ha ganado con su trabajo, así como negarse a darle dinero suficiente para que tenga vestido, comida y/o transporte.

Bullying=acoso



El insulto, repetir los chismes, no tomar en cuenta y el maltrato físico y psicológico son manifestaciones del bullying.

El niño, niña o adolescente que es víctima de Bullying puede presentar signos de:

- Baja estima.
- Actitudes pasivas.
- Trastornos emocionales.
- Depresión, ansiedad y pensamientos suicidas.
- Pérdida de interés por los estudios, lo que puede desencadenar en un menor rendimiento y fracaso escolar.
- Sentimientos de culpabilidad.
- Alteraciones de la conducta: intromisión, introversión, timidez. aislamiento social y soledad.
- Problemas en las relaciones sociales y familiares.
- Baja satisfacción familiar.
- Rechazo a la escuela.
- Faltas de asistencia a la escuela e incluso abandono de los estudios.

Quienes son testigos/as también pueden sufrir consecuencias como:

Ser testigo/a de un maltrato y no hacer nada por evitarlo también tiene consecuencias negativas para los niños/as y adolescentes, ya que les insensibiliza a la violencia y les hace vivir con miedo, tener sentimientos de culpa, pérdida de empatía.

Entre los/as testigos/as mudos/as, que se convierten en cómplices del bullying sin quererlo, se deben añadir todos/as aquellos/as adultos/as (padres, madres, profesores, profesoras e integrantes del equipo escolar) que, conociendo las agresiones prefieren no darles importancia o mirar para otro lado para salvaguardar el prestigio de su centro escolar o las relaciones de sus hijos/as con el resto de compañeros y compañeras.

Consejos para los/as testigos/as

Si estás siendo testigo/a de las agresiones a otros/as, debes tener en cuenta los siguientes consejos:

- Si alguno/a de los/as presente dice algo como "¡Basta ya!", en la mitad de los casos, las acciones violentas cesan. Es difícil de hacer, pero estar ahí y no hacer nada es igual que aprobar la agresividad.
- Si sientes que no puedes decir nada, vete del sitio y díselo a la persona adulta más cercana. Haz que vaya a ayudar.
- Si ves que alguien sufre una y otra vez agresiones, puedes hacer algo para terminar esa situación.
- Intenta conseguir que la víctima se lo cuente a sus padre, madre o a los/as profesores/as. Ofrecete a ir con él o ella si crees que eso puede ayudarle.
- Si el/a acosado/a no quiere hablar con nadie, ofrécete para hablar con alguien en su nombre.
- Involucra a tanta gente como puedas, incluso a otros/as amigos/as y compañeros/as de clase.

Signos que conllevan a identificar a una víctima de bullying

Dificultades para dormir o pesadillas

Conductas autodestructivas (cutting)



Sentimientos de rabia y/o temor

Desconfianza en las relaciones sociales: Se aísla, evita salir de la casa.

Los/as testigos/as de las conductas de bullying, en ocasiones no participan directamente, pero observan y muchas veces actúan pasivamente.



¿Qué consecuencias ocasiona el Bullying?

A pesar de la creencia de que el mismo se da en zonas escolares menos favorecidas que son consideradas más conflictivas, lo cierto es que el Bullying está en casi cualquier zona donde se encuentre. Respecto al sexo, ya sea hombre o mujer tampoco se aprecian diferencias, al menos en lo que respecta a las víctimas.

Cuando no hay intervenciones efectivas contra el Bullying, el ambiente escolar se vuelve totalmente contaminado. Todos/as los/as niños/as y adolescentes sin excepción, son afectados/as negativamente pasando a experimentar sentimientos de ansiedad y miedo.

El fenómeno social denominado "Bullying" ha traído como consecuencia la deserción escolar, detrimento en el ánimo de los/as estudiantes; además ha propiciado considerables daños en la vida de los/as alumnos/as agredidos/as.

comportamiento de la persona que acosa

- Quienes ejercen el bullying lo hacen para imponer su poder sobre la otra persona logrando con ello tenerla bajo su completo dominio a lo largo de meses e incluso años.
- Quien acosa, comúnmente lo hace en grupo, constantemente tienen actitudes agresivas y amenazantes sin motivo alguno contra otra u otro individuo.
- Es o son provocativos (vas), cualquier cosa es motivo de burlas.
- Su forma de resolver conflictos es por medio de la agresión.
- Para nada practican la empatía, es decir no se pone en el lugar de la otra persona.

comportamiento de las víctimas del bullying

- Manifiestan tímidos y son poco sociables. Ante un acoso constante, lógicamente se sienten angustiados (as), tensos (as) y con mucho miedo a tal grado que en algunos casos puede llevarlo a consecuencias devastadoras.
- El niño, niña o adolescente se muestra agresivo (a) con sus padres o maestros.
- Comienzan a poner pretextos y diversos argumentos para no asistir a clases, ni participar en actividades de la escuela .
- Se presenta un bajo rendimiento escolar.
- La víctima comienza a perder bienes materiales sin justificación alguna, o piden más dinero para cubrir chantajes de quienes le agreden.
- En los casos más severos presentan moretones o agresiones evidentes en la cara y el cuerpo.

Comportamiento de la persona que acosa



A los hombres se les exige que no demuestren miedo, ni lágrimas



Manifiestan tímides y son poco sociables

¿Qué es el Cyberbullying?

El Cyberbullying es la agresión psicológica (sostenida y repetida en el tiempo) utilizando para ello nuevas tecnologías, a través de plataformas o Sistemas Virtuales como el Correo Electrónico, Sistemas de Mensajería, Whatsapps, Redes Sociales, Blogs o Foro. Las formas que adopta son muy variadas y solo se encuentran limitadas por la pericia tecnológica y la imaginación de los/las menores acosadores/as.

¿Cómo se produce el Cyberbullying?

El Cyberbullying se produce cuando se usan las tecnologías y la web para molestar y agredir a otro u otra.

¿Cómo se hace el Cyberbullying?

Se envían mensajes crueles en las Redes Sociales, se difunden falsos rumores o mentiras por e-mail o en las Redes Sociales (Facebook, Twitter, Instagram, Pop, etc.), se publican videos que avergüenzan a otro/otra, se crean perfiles falsos en Redes Sociales o sitios Web, para reírse o burlarse de alguien, entre otros métodos.

Cuando el Bullying usa tecnologías, es muy invasivo y dañino. Los mensajes y las imágenes pueden ser enviados durante cualquier momento del día, desde cualquier lugar (incluso de forma anónima) y son compartidos con muchísima gente. De esta manera, la víctima se encuentra expuesta a recibir agresiones a toda hora, incluso hasta en su propia casa. Además, estos comentarios pueden permanecer en Internet durante toda la vida. Por eso, es importante que, si te sucede algo así, busques ayuda y le cuentes lo que te está pasando a una persona adulta de tu confianza.

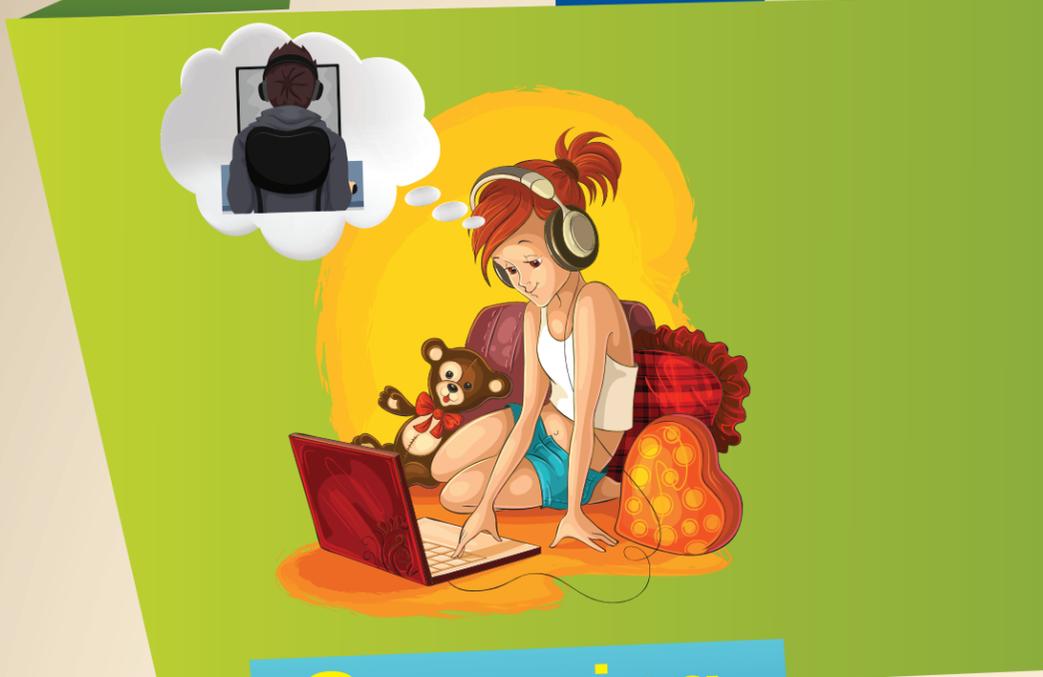
Algunas modalidades del Cyberbullying

- **El Sexting** (fotos comprometedoras con fines de extorsión).
- **Catfishing** (robo de identidad, perfiles falsos)
- **Grooming** (conductas ejecutadas online por pedófilos (groomers) para ganar la confianza de menores o adolescentes) mediante la utilización de una identidad usurpada, fingiendo empatía, identidad de intereses o contención emocional, con la finalidad de concretar un abuso sexual.
- **Happy Slapping**: Violencia asociada a jóvenes, quienes graban vídeos de peleas o golpizas, a través de celulares para luego subirlas a INTERNET.

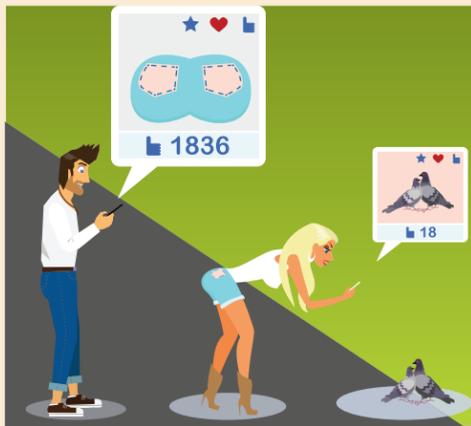
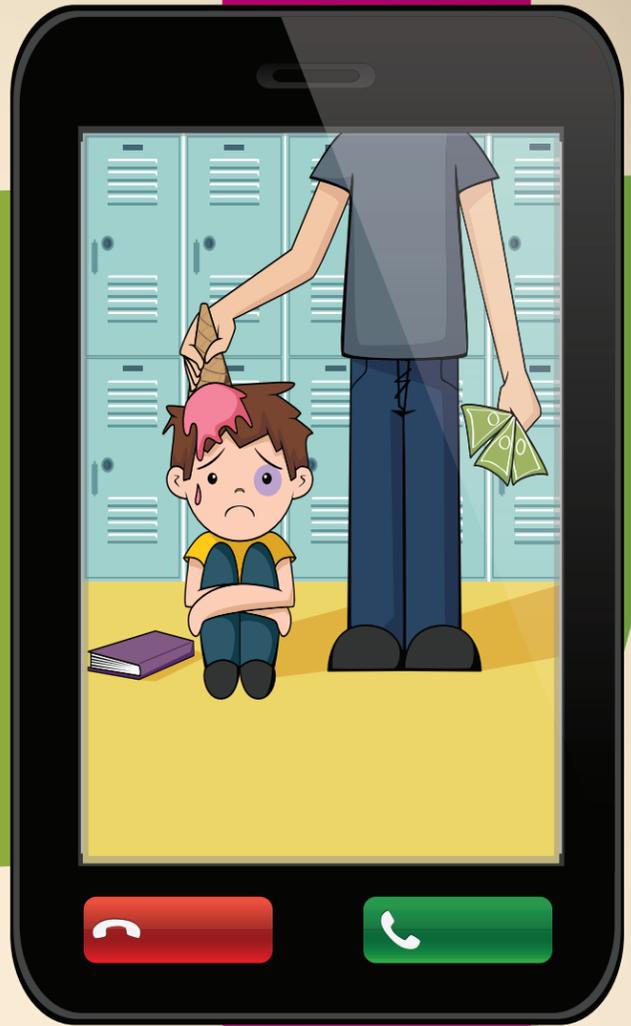
Algunas recomendaciones para el uso seguro de las Redes Sociales:

- No reveles información personal como dónde vives, dónde estudias, números de teléfonos... Es más fácil publicar información, pero muy difícil suprimirla (o aunque la suprimamos puede que ya haya sido usada). No debes precipitarte a publicar algo de lo que luego puedas arrepentirte.
- Piensa muy bien las imágenes que vas a colgar. Además de que salgas tú en la foto de forma comprometida (recuerda que queda registrado) también estas dando datos sobre con quién estás (¿has pedido permiso a tus amigos?) o dónde estás (si sale tu casa, coche, colegio... es información que se puede usar para localizarte).
- Si un amigo o amiga te envía un mensaje, pero parece raro o es algo que normalmente no dice, compruébalo antes de abrirlo. Puede que otra persona esté usando su cuenta para enviar mensajes comprometidos que pueden infectarte con algo desagradable.

CIBERBULLYING →



Grooming



← Sexting





Dirección Nacional de Currículo y Tecnología Educativa
"Comprometido con la Calidad de la Educación"

DNCTE-131- 305

Panamá, 9 de marzo de 2016

Viceministro Rogelio Donadio
Directora General Liriola Leotheau
Proyecto B. A. I.
Ciudad.

Estimados Señores:

En atención a la nota DGE-124-0565 de 4 de febrero de 2016, con la cual nos solicitan la evaluación de los tres juegos didácticos y un manual tipo rotafolio, relacionado a siete (7) temas; Género Prevención de Violencia, Groming, Sexting, Nuevas masculinidades, Bullyng y Noviazgo asertivo, hacemos las siguientes observaciones:

El material didáctico estructurado en módulos cuyo contenido presentan temas que desarrollan actividades a realizarse a través del juego con metodología lúdica parecida al india, bingo y cartas similares al juego uno, donde un grupo de jóvenes interactúan con fichas tipo cartas con mensajes que deben ir aprendiendo y reforzando según la temática que estén atendiendo.

La temática presentada en cada módulo, permite que los adolescentes y jóvenes reciban una formación pedagógica guiada mediante conceptos, ilustraciones, actividades y juegos que desarrollan contenidos de: Diferencias entre sexo y Géneros, concepto tradicional de Masculinidad, Relaciones durante el Noviazgo, violencia sexual y sus diversas manifestaciones componentes de la Trata y Bullyng.

El personal Técnico de esta Dirección participo de la presentación del material didáctico y la validación del mismo donde adolescentes y jóvenes realizaron diversas prácticas presenciales con los tres (3) juegos. Observamos que el material es adecuado a la edad a quien se dirige (premedia y media), es motivador y permite el logro de los objetivos de dicho recurso, por lo que esta Dirección aprueba su utilización.

Atentamente,


JOSÉ ANTONIO FRÍAS G.
Director Nacional de Currículo y
Tecnología Educativa
JF/sg



Equipo técnico del Programa Prevención de las Violencias

Gloria Manzotti. Coordinadora
Allan Morales
Gabriela Henríquez
Isaac Molina
Magda Espinosa

Equipo Técnico Colaborador

Equipo Técnico del Instituto Nacional de la Mujer
Licda. Katherine Guerra – Directora de Derechos Humanos.
Licda. Siria Martínez - Jefa de la Oficina Técnica de la Niña y la Adolescente.
Psicóloga Ibeth Pérez Gallardo.
Psicóloga Marquelda Coronado.
Psicólogo Irving Coronado.
Magistra Nuvia Barrios D.
Licdo. Pedro Cedeño.

Equipo Técnico del Ministerio de Seguridad Pública

Licda. Marialina Isaza.
Licda. Marta Terán.
Licda. Jessica Barsallo.

Equipo Técnico del Ministerio de Educación

Licdo. Mario Rodríguez Santos – Director General de Educación.
Licda. Taydée Gordón López - Jefa de la Oficina de educación en población y Desarrollo Humano.
Licdo. José Frias – Director Nacional de Currículo y Tecnología Educativa.
Profa. Aleyka López -Tecnóloga Curricular
Prof. Edwin Alvarez - Tecnólogo Curricular

Equipo Técnico del Proyecto B.A. 1 PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES EN CENTROAMÉRICA.

Fondo de Población de Naciones Unidas (UNFPA)

Licda. Dora Arosemena Beitía – Oficial de Género.
Dra. Edilma Berrio - Analista de Programa de Adolescentes y Jóvenes.

Organización Internacional para las Migraciones (OIM).

Licda. Rocío Dutary – Especialista Técnica del Proyecto.
Licda. Ana Teresa Ávila- Técnica del Proyecto.
Licdo. Gonzalo Medina - Coordinador de Proyectos.
Licda. Ofelia Mora – Especialista Técnica Administrativa del Proyecto.

Consultora

Licenciada Yamileth Mendieta-Especialista en elaboración de Herramientas Lúdicas.

Jóvenes que participaron en el taller de Validación del Rotafolio y los Juegos de Mesa

Reymel Rodríguez
Rodolfo Londoño
Isabella De Gracia
Rashell Dutari
Jesús Batista
Meyling Esquivel
Juan Lu
Natasha Lima
Ivanna Saira

Programa de Prevención de las Violencias. 2da edición



Proyecto B.A.1 DE LA **ESCA**
Prevención de la Violencia contra las
Mujeres en Centroamérica
Secretaría General del SICA

Jóvenes Construyendo una Sociedad Libre de Violencia
Programa de Formación Basado en Educación de Pares



República de Panamá

Centros de Atención Integral del Instituto Nacional de la Mujer-CINAMU

CINAMU-Arraiján

Bugaba, Barriada 2,000, calle principal, frente a la Iglesia Virgen de Guadalupe.

☎ 256-0833

CINAMU-Coclé

Distrito de Penonomé, calle 15 de Diciembre, Edificio Enlace, 1er. piso, Oficina#6.

☎ 997-9228/991-0878/991-1014

CINAMU-Darién

Distrito de la Palma, Villa Gubernamental al lado de SENADIS, planta baja.

☎ 299-5142

CINAMU-Los Santos

Distrito de las Tablas, entre la calle Agustín Batista y la Calle Estudiante, Edif. del Órgano Judicial, al lado del Centro de Mediación, Planta Baja.

☎ 994-0687

CINAMU-Chiriquí

Distrito de David, calle 5ta. Frente a la Universidad Latina, Edificio Acrópolis, planta baja.

☎ 774-7093

CINAMU-Comarca Emberá Wounaán

Distrito de Cémaco, Unión Choco, Edificio del Órgano Judicial.

CINAMU-Herrera

Distrito de Chité, Calle Pastor Peralta Solís, Edificio del Órgano Judicial, planta baja.

CINAMU-Colón

Carretera Boyd-Roosevelt, Colón Puerto Escondido, Ciudad Judicial, Centro de Atención Integral, Reina Sofía.

CINAMU-San Miguelito

Villa Guadalupe, Plaza Verbo de Dios, 3er. Piso, Instalaciones del órgano Judicial.

