

2020

ESI EN CASA

Cuadernillo de actividades para el aislamiento obligatorio

Desde Jakairá quisiéramos (en este momento donde todo lo conocido parece tambalear) ayudar y acompañar a las y los profesores que, con mucho esfuerzo, siguen apostando a abrir todos los días la puerta de la escuela.

La propuesta es compartir y facilitar el material para poder trabajar, con los y las estudiantes de manera virtual mientras dure el aislamiento social obligatorio, distintas temáticas comprendidas en la Ley de E.S.I. (26.150): afectividad y emociones, equidad de género, vínculos saludables y diversidad, consentimiento, entre otras temáticas.

Y acompañarlas/os también (si ustedes lo consideran) en el ida y vuelta con los/as chicos/as. Creemos que es muy importante en este momento, seguir reflexionando y generando espacios de confianza y de intercambio. Deseamos que no se sientan solas/os en este desafío y acompañarlas/os en la tarea enorme de mantener abierta la escuela.



JAKAIRÁ

EJE: VÍNCULOS Y CONSENTIMIENTO

Este eje se propone revisar las formas de los vínculos que sostenemos con nuestros afectos cercanos. Analizar qué formas son las más adecuadas para generar lazos con los/as demás para potenciar nuestra manera de ser y la de otros y dejar de lado aquellas estructuras que venimos repitiendo en los vínculos y que incluyen el ejercicio de la violencia implícita o explícita.

Este es un eje que aborda como problemática social la violencia de género como estructura fundante de muchos vínculos de pareja. Esta estructura de desigualdad y jerarquía de género se reproduce y sostiene desde distintos ámbitos en la vida diaria.

Nos parece urgente revisar el lugar que ocupamos como actores del sistema educativo en la réplica de las formas de vincularse que llevan a la violencia de género.

LAS ACTIVIDADES SUGERIDAS PUEDEN VARIAR, ADAPTARSE Y/O AJUSTARSE. PUEDEN ENMARCARSE EN UN ESPACIO DE ESI ESPECÍFICO, O BIEN, COMO UNA ACTIVIDAD DENTRO DEL ESPACIO CURRICULAR QUE TIENEN A CARGO.





01

ACTIVIDADES DE DESARROLLO

YO SIENTO, PIENSO Y DESEO...

Objetivo: fortalecer el autoestima pudiendo identificar la capacidad de elegir, pensar, creer y sentir de acuerdo a lo que se desea.

Implementación: enviar actividad.

- Se envía la actividad completa y se establece un plazo para su devolución y el intercambio de opiniones.
- Al ser una actividad que indaga en lo personal de cada alumno/a y para evitar la inhibición, quizás sea bueno aclarar que solo lo compartirán con el/la docente y que se guardará el anonimato.
- Opción en línea (online): cada uno/a elige una frase que lo/a represente y la comparte al grupo junto con alguna palabra que la/o defina. Se reflexiona en conjunto respecto de la importancia de la autoestima y qué cosas influyen en la construcción de la misma.

REFLEXIONES EN TORNO A LA ACTIVIDAD:

Esta actividad propone herramientas para ir armando un puente entre lo que cada adolescente desea y lo que puede hacer, su capacidad de acción y su autoestima. Se piensa como una actividad inicial introspectiva en donde cada uno/a se reconoce y se afirma en aquellas cosas que es y en aquellas que desea cambiar.

Fortalecer la autoestima es un paso esencial en la construcción de vínculos saludables, abriéndonos así a nuevas posibilidades de vincularnos.

Preguntas orientadoras:

- Si tuvieras que pensar algunas palabras que te definen, ¿cuáles serían?
- ¿Qué aspectos de tu forma de ser te gustan? ¿Cuáles no tanto?
- ¿Qué aspectos de la forma de ser de otra persona te gustaría incorporar?
- ¿Podés hablar de tus sentimientos con otras personas?
- ¿Quiénes de tu entorno te apoyan como sos?
- ¿Cómo expresás tu alegría? ¿Y el enojo?



02

ACTIVIDADES DE DESARROLLO

VÍNCULOS

Objetivo: identificar aquellas situaciones vinculares cotidianas que esconden violencia y reconocer la posibilidad de cambio.

Implementación: enviar actividad.

Opción a distancia: se envía la actividad completa y se establece un plazo para su devolución y el intercambio de opiniones.

Opción en línea (online): luego de completar el cuadro, se propone que quien desee comparta una situación de gusto o disgusto con un vínculo. A partir de ahí se puede reflexionar en conjunto sobre la construcción de nuestras formas de vincularnos y la repetición de aquellas maneras que no elegimos.

REFLEXIONES SOBRE LA ACTIVIDAD:

En esta actividad se busca que los/as adolescentes puedan reconocer las pequeñas violencias cotidianas que viven en sus vínculos. Además, aprender que existe la posibilidad de construir otras maneras. También, vislumbrar que pueden decidir cómo desean vincularse con los/as demás y observar aquellas cosas que no desean más para sus vidas.

En el mismo sentido se busca concientizar sobre el sesgo de género que existe en el ejercicio de la violencia en los vínculos y que el mismo se nombra como violencia hacia las mujeres o violencia de género. Entender que esto tiene componentes históricos, sociales y culturales que hace que recaiga en los varones el uso validado de la violencia sobre las mujeres.

Por último, identificar en las pequeñas situaciones cotidianas, aquellas cosas que pueden llevar a mayores violencias, permite la posibilidad de cambio de las maneras en las que las personas nos vinculamos.

Preguntas orientadoras:

- ¿Cómo te llevás con tus amigos/as? ¿Cómo sos con tu pareja?
- ¿Reconocés actitudes de tus personas cercanas que te hacen sentir incómoda/o?
- ¿Reconocés alguna situación vincular que se repita mucho en tu vida y quieras cambiar?



03

ACTIVIDADES DE DESARROLLO

CONSENTIMIENTO: APRENDER A PREGUNTAR Y RESPETAR CUANDO NOS DICEN QUE NO

Objetivo: desnaturalizar comportamientos no consentidos que son causantes del abuso sexual.

Implementación: enviar actividad.

Opción a distancia: se envía la actividad completa y se establece un plazo para su devolución y para el intercambio de opiniones.

Opción en línea (online): dividir en subgrupos a los/as adolescentes y asignar una de las historietas a cada grupo. Cada conjunto debe inventar cómo sigue la historia entre esos personajes y además, decidir si se puede resolver la situación. Al final, se reflexiona grupalmente sobre el consentimiento y sobre aquellas situaciones en las que se pone en juego el mismo.

REFLEXIONES EN TORNO A LA ACTIVIDAD

En esta actividad se busca visibilizar aquellas situaciones en que el consentimiento/aprobación de una persona se pone en juego y resaltar la importancia del respeto de escuchar la voluntad y las necesidades de la otra persona. Es importante remarcar las resoluciones posibles ante situaciones de este estilo para que los/as adolescentes puedan elaborar estrategias para sus propias vidas.

Preguntas orientadoras:

- ¿Alguna de estas situaciones te resulta conocida?
- Si las pensáramos en un encuentro sexual ¿cómo se verían?
- ¿Sabés lo que significa consentimiento?
- ¿Le preguntás a la persona con la que estás si se encuentra a gusto en una situación?
- ¿Qué te sucede si te dicen que no?
- ¿Siempre sabemos lo que queremos?
- ¿Sabés decir que no?



04

ACTIVIDADES DE DESARROLLO

AMISTAD Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

Objetivo: reconocer las herramientas posibles para resolver conflictos entre pares.

Implementación: enviar actividad.

Opción a distancia: se envía la actividad completa y se establece un plazo para su devolución y para el intercambio de opiniones.

Opción en línea (online): se envían las situaciones de a una y se analiza en conjunto cómo se podrían resolver.

REFLEXIONES EN TORNO A LA ACTIVIDAD

En esta actividad se busca que los/as adolescentes compartan estrategias de resolución de conflictos entre pares y puedan observar las distintas maneras que existen de sentir y accionar ante determinadas situaciones.

Se intenta ampliar su abanico de resoluciones a la vez que se busca una escucha activa de los/as demás.

Preguntas orientadoras:

- ¿Sabés expresar en palabras cuándo algo no te hizo bien?
- ¿Hablás con tus amistades cuando surge un conflicto entre ustedes?
- ¿Pedís ayuda a algun/a adulto/a?
- Si un/a amigo/a te pidiera un consejo en una situación así ¿qué le dirías?
- ¿Es posible resolver un conflicto?
- ¿Viviste alguna experiencia similar?





Yo siento, pienso y deseo

ANEXOS EJERCICIOS

Objetivo: identificar la capacidad para elegir, pensar, creer y sentir de acuerdo a lo que deseo.

Elegí el color que más te guste y coloreá las oraciones con las que te sientas representada/o. Luego, leé las preguntas para reflexionar.

- ☐ Puedo elegir lo que me gusta hacer
- ☐ No estoy sola/o, construyo con otros/as
- ☐ Pienso distinto a mi familia
- ☐ Me siento capaz de resolver problemas que se presenten
- ☐ Sé pedir ayuda cuando siento que no puedo sola/o
- ☐ Me gusta ser escuchada/o
- ☐ Puedo expresar mi malestar cuando siento que me tratan mal
- ☐ Digo "no" cuando quiero decir no
- ☐ Tengo derecho a estar enojado/a o triste
- ☐ Me siento una persona valiosa
- ☐ Confío en mí
- ☐ Cuando me marcan un error puedo reconocerlo y pedir disculpas
- ☐ Tengo derecho a expresar mis opiniones, sentimientos y deseos
- ☐ Acepto mis sentimientos y los reconozco
- ☐ Tengo derecho a vivir mi sexualidad
- ☐ Cuando me enojo con alguien puedo hablarlo
- ☐ Tengo derecho al placer respetando el deseo de las demás personas

Preguntas:

Si tuvieras que pensar algunas palabras que te definen, ¿cuáles serían?

¿Qué aspectos de tu forma de ser te gustan y cuáles no?

¿Qué aspectos de la forma de ser de otra persona te gustaría incorporar?



ANEXOS
EJERCICIOS

VÍNCULOS

Objetivos: identificar aquellas situaciones vinculares cotidianas que esconden violencia y reconocer la posibilidad de cambio.

Marcá las siguientes situaciones con SÍ/NO según tu experiencia. Puede ser algo que te sucede hoy o algo que viviste en otro momento.

¿QUÉ ES LA VIOLENCIA EN LOS VÍNCULOS?

En los vínculos que habitamos todos los días (familia, amigos/as, comunidad en general) pueden existir distintos grados de violencia que quizás, no son fáciles de ver. Las personas tenemos distintas maneras de vincularnos pero muchas veces repetimos formas que ya están instaladas aunque no sean las que mejor nos hagan. Siempre que encuentres algo que no te guste en un vínculo podés expresarlo e intentar que cambie de forma y si no cambia podés elegir alejarte de ese vínculo el tiempo que sea necesario. Registrar aquellos vínculos que potencian nuestra forma de ser y hacer sirve para diferenciarlos de aquellos que disminuyen nuestra capacidad de acción y deseo.

¿QUÉ ES LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES O LA VIOLENCIA DE GÉNERO?

Se habla de violencia hacia las mujeres (o de género) cuando se trata de situaciones que suceden contra ellas por el sólo hecho de ser mujeres en esta sociedad (por ejemplo: considerarlas propiedad de un varón, no valorar lo que opinan, pensar que son incapaces, etc). Se nombra como una violencia distinta a otras para poder abordar mejor el origen del problema y sus soluciones. No sólo se trata de agresiones físicas sino que es cualquier conducta (insulto, manipulación, silencio, falta de colaboración, etcétera) que dañe a una mujer y que se origine por la desigualdad de género existente. Nada justifica el ejercicio de violencia y vos nunca tenés la culpa de ser víctima de violencia. Si sos mujer y sufrís cualquier tipo de violencia o corrés peligro de sufrirla, tenés derecho a pedir ayuda y protección. La ley protege a las mujeres en todos los casos.

SITUACIONES CON OTROS/AS	SI	NO
Cuando estamos en grupo, un/a amigo/a me hace chistes para dejarme en ridículo/a frente al resto.		
Cuando hablo, mi papá/mamá me corta y no tiene en cuenta lo que digo. A veces, me siento como un adorno.		
Mi novia/o se mete con mi grupo de amistades, dice que no me convienen y que tengo que dejar de verlos/as.		
A veces con mis amigos/as me siento sapo de otro pozo. Hay cosas que no me gusta hacer pero para no quedarme afuera las hago.		
Con mi novia/o me aburro bastante porque la mayoría de las veces hacemos lo que él/ella quiere.		
Mi papá/mamá me dice lo que tengo que hacer y también que soy muy chica/o para explicarle lo que pienso.		
Con mis amigos/as salimos a bailar. Ellos/as se burlan porque a mí no me gusta tomar alcohol.		
Mi novio/a me dijo que si no teníamos relaciones sexuales me iba a dejar. Lo cierto es que a mí no me dan ganas.		
En mi casa mi papá/mamá siempre me dice que tengo que cuidar a mis hermanitos/as y ayudar a limpiar pero a mi hermano más grande no le pide lo mismo.		
Para no pelear con mi novio/a hago cosas de las cuales no estoy convencida/o.		
Mi papá le enseñó a manejar a mi hermano pero a mí, como soy mujer, me dice que todavía debo esperar.		
Tengo un grupo de amistades que no me deja tener nuevo/as amigos/as porque les da celos.		
A mi novio hay ropa que no le gusta que me ponga pero me la pongo igual porque a mí me gusta.		
Mi hermano/a más grande siempre quiere tener la razón, no admite opiniones diferentes y nunca podemos hablar con tranquilidad.		
Todas mis amigas y amigos tienen pareja. Me decían que yo era rara/o por no tener pero ahora que tengo, no es lo que pensaba. Aguanto la relación para que los/as demás me dejen en paz.		

Si en alguna de las situaciones planteadas necesitás cambiar alguna palabra para que se acerque más a lo que te pasa o pasó ¡hacelo!

Escribí alguna situación que te suceda con algún vínculo y que no te guste:

Completar con 5 situaciones o actitudes que sí te gustan de los vínculos que habitás:

1.

2.

3.

4.

5.



Aprender a preguntar y respetar cuando nos dicen que no

ANEXOS
EJERCICIOS

Objetivo: desnaturalizar comportamientos no consentidos que son causantes del abuso sexual.

Leé las siguientes historietas y reflexioná a partir de las preguntas.



Si pensáramos cada una de las historietas como una situación sexual, ¿serían igual de ridículas? ¿te lo podés imaginar?

Cada una de estas historietas ridiculiza un momento en dónde una de las personas participantes pasa por encima de la voluntad o deseo de la otra persona, inclusive en situaciones en que la otra persona expresó explícitamente que "no quería algo". Son situaciones en dónde el consentimiento está en juego.

¿ESCUCHASTE HABLAR DEL CONSENTIMIENTO?

NO

El consentimiento es la aprobación, el permiso o la autorización que una persona le da a otra para que suceda algo que la involucra.

No hay cosas obvias.

Cuando se trata de otra persona lo más importante es **PREGUNTAR y RESPETAR**.

Si alguien dice que **NO**: respetar ese límite.

Si alguien dice **NO SÉ**: dejarlo para cuando sepa.

Si alguien dice **SÍ**: registrar que no sea una situación de presión.

NO SÉ

SÍ

Existen otras formas de expresar que no son sólo las verbales pero muchas veces estas interpretaciones son muy personales. Por eso es importante estar atentos/as a qué desea la otra persona.

La mayoría de los casos en donde suceden situaciones sin consentimiento son de un varón hacia una mujer. ¿Por qué te parece que es así? ¿Se puede cambiar?

Leé las siguientes frases y pensá cómo responderías en cada una si te pasara a vos:

FRASES DE PRESIÓN

No se lo voy a decir a nadie

Si me quisieras, te acostarías conmigo

Lo que pasa es que sos una fría

Esto hará más fuerte nuestra relación

Si no querías hacerlo ¿para qué empezaste?

Vamos a tomar algo y así, nos ponemos a tono

No pasa nada si por hoy lo hacemos sin preservativo





Amistad y resolución de conflictos

ANEXOS
EJERCICIOS

Objetivo: reconocer las herramientas posibles para resolver conflictos entre pares.

Leé las siguientes situaciones y respondé las preguntas.

SITUACIÓN 1

Yo tenía una íntima amiga Ana desde que empezamos a estudiar en el colegio. A mí (Julia) me gustaba un chico de nuestro curso desde quinto grado pero cuando el sábado fuimos al boliche él invitó a Ana. Ella aceptó y además se dio unos besos con él. Por supuesto, al día siguiente discutimos y nunca más volví a hablar con ella.

SITUACIÓN 2

María es mi amiga desde la primaria. Mis sentimientos hacia ella han cambiado y ahora, para mí, es algo más que una amiga. Así se lo dije el otro día. Ella no se sorprendió pero me dijo que para ella yo sólo era un gran amigo.

SITUACIÓN 3

Julián es mi (Tomás) amigo desde hace mucho tiempo. Mis sentimientos hacia él han cambiado y ahora siento cosas que ni siquiera yo entiendo. No sé qué hacer. Me gustaría decirle que cuando estoy cerca de él me tiemblan las piernas y apenas puedo hablar, pero sé que si se lo digo no me volverá a hablar nunca más. No le he contado a nadie que creo que me gustan los varones.

Preguntas:

Si un amigo/a te viniera a contar alguna de estas situaciones

¿cuál sería tu consejo?

¿Creés que deberías pedir ayuda para acompañar algunas de estas situaciones? ¿A quién se la pedirías?



CONCLUSIONES Y EVALUACIONES DOCENTES

Una vez realizadas las actividades y habiendo recibido las producciones de sus estudiantes, la idea es analizar el material en conjunto y observar lo que emerge a partir del trabajo. Es importante que a través de estas actividades, relevemos datos, situaciones o necesidades particulares, que permitan hacer un “diagnóstico”, conocer en qué andan las y los jóvenes, saber cómo se sintieron haciendo este trabajo, qué cosas aparecieron, qué preguntas les surgieron, qué les sorprendió, etcétera, para orientar y profundizar el trabajo en los temas que aparezcan.

Estas actividades movilizan, interpelan porque abordan aspectos sensibles de las personas, por lo que es posible que aparezcan situaciones o conflictos que desconocíamos. Por ello, el trabajo en equipo se vuelve fundamental a la hora pensar, ofrecer respuestas y continuar con la secuencia didáctica. Nuestro equipo está para acompañarles y colaborar en este sentido.

¡Estamos a tu disposición por cualquier duda y/o consulta!

Equipo Jakairá

kaleidos@fundacionkaleidos.org



@jakaira.argentina

www.fundacionkaleidos.org/jakaira