

Este es un apartado del documento:

CAJA DE HERRAMIENTAS PARA LA PREVENCIÓN DEL EMBARAZO  
EN LA ADOLESCENCIA Y LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES

---

## Módulo enfoques

2 Herramientas  
para hacer

páginas: 25, 42-97



## Equipo UNFPA

Paula Antezana Rimassa

Evelyn Durán Porras

## Equipo INAMU

María Ester Serrano Madrigal

Kathia Brenes Herrera

## Elaboración de documento

Noemy Serrano Corrales

## Equipo consultor

Alina Cedeño Montoya

Andrea Campos Ramírez

Carolina Barboza Madrigal

Denis Montiel Umaña

Silvia Elena Guzmán Sierra

## Revisión filológica

Natalia Hernández Garita.

Agnis Revisiones Filológicas

## Diseño, diagramación e ilustraciones

Ester "Tetey" Molina Figuls | TETEYARTE

## Impresión

TETEYARTE

## Fondo de Población de Naciones Unidas, UNFPA CR

<http://costarica.unfpa.org>

[costarica.office@unfpa.org](mailto:costarica.office@unfpa.org)

Tel: (506) 2296-1265

## Instituto Nacional de las Mujeres, INAMU

[www.inamu.go.cr](http://www.inamu.go.cr)

Tel.: (506) 2527-8401

346.013

I59 c

Instituto Nacional de las Mujeres

Caja de Herramientas para la prevención del embarazo en la adolescencia y la violencia contra las mujeres / Instituto Nacional de las Mujeres; Fondo de Población de Naciones Unidas. -- 1. ed. -- San José: Instituto Nacional de las Mujeres; Fondo de Población de Naciones Unidas, 2021. (Colección Producción de conocimiento, n. 48; Aportes metodológicos; n. 18)

1 recurso en línea (406 p.); PDF: 10 Mb.

Forma de acceso: Internet

ISBN 978-9968-25-397-0

1. EMBARAZO ADOLESCENTE. 2. VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES. 3. CAPACITACIÓN. 4. MEDIOS DE ENSEÑANZA. 5. ADOLESCENTES. 6. SALUD SEXUAL. 7. SALUD REPRODUCTIVA. I. Fondo de Población de Naciones Unidas. II. Título.

*Este documento puede ser utilizado total o parcialmente, siempre y cuando no sea para su venta y se cite la fuente.*

# Módulo enfocues



## 2. HERRAMIENTAS PARA HACER



EJE	OBJETIVOS GERALES	TEMAS/ CONTENIDOS	ACTIVIDADES
1. Enfoques	<p>Establecer las bases conceptuales de los enfoques y su aplicabilidad para el trabajo integral con personas adolescentes y mujeres.</p> <p>Generar un espacio para la reflexión y el análisis acerca de los factores asociados al género que interfieren en el goce y ejercicio de los derechos por parte de las personas adolescentes.</p>	<p>Género</p> <p>Roles de género</p> <p>Diversidades sexo-afectivas</p>	<p>1. <a href="#">Si usted dijo, yo digo...</a></p>  <p>2. <a href="#">Análisis de canciones.</a></p> <p>3. <a href="#">Cuerpos e identidades diversas (conceptos de sexo, género, identidad sexual y orientación sexual).</a></p> <p>4. <a href="#">El té de canastilla.</a></p> <p>5. <a href="#">Vamos de paseo.</a></p> <p>6. <a href="#">Las personas como agentes del futuro.</a></p> 
		<p>Masculinidades</p>	<p>7. <a href="#">Adivina qué.</a></p> <p>8. <a href="#">¿Qué es y qué no es masculinidad?</a></p> 
		<p>Derechos Humanos y juventudes</p>	<p>9. <a href="#">Mandatos de masculinidad: privilegios y costos.</a></p> <p>10. <a href="#">Rally de derechos con 2 variantes.</a></p> <p>11. <a href="#">Manifestaciones adultistas.</a></p>
		<p>Interculturalidad e Interseccionalidad</p>	<p>12. <a href="#">El bosque de sonidos rituales.</a></p> <p>13. <a href="#">Línea de interseccionalidades.</a></p> <p>14. <a href="#">¿Los otros y nosotros?</a></p>

		<b>Actividad 1: Si usted dijo yo digo...</b>
<b>Tema:</b>		<b>Actividad rompehielo.</b>
<b>Objetivo:</b>		<b>Profundizar, por medio de asociaciones libres, sobre las concepciones que tienen las personas participantes acerca de los temas a tratar.</b>
<b>Nº de personas:</b>		<b>De 10 a 15 personas.</b>
<b>Duración:</b>		<b>20 minutos.</b>
<b>Materiales:</b>		<b>N/A</b>

## Parte I.

Las personas participantes se colocan en círculo, la persona facilitadora dice un tema, por ejemplo, “salud sexual, o “derechos sexuales de las personas adolescentes”.

Las y los participantes irán diciendo palabras sin que exista una secuencia lógica o racional entre una palabra o la siguiente. Invite a las personas participantes a decir la primera palabra que se le venga a la mente después de escuchar la palabra propuesta.

El o la primera participante propone una palabra y la segunda participante dirá: “si usted dijo (la palabra dicha por la primera

persona) “yo digo (una nueva palabra)”. Si alguna persona no recuerda la palabra anterior deberá de iniciarse nuevamente el círculo con nuevas palabras.

Después de algunas rondas, a valorar por la persona en la facilitación, la tercera persona dirá si usted dijo (la palabra de la primer persona” y (la palabra de la segunda persona) yo digo (una nueva palabra por asociación libre) que asocie con las últimas dos palabras) y así sucesivamente hasta que la última persona tendrá que decir las palabras de todas las compañeras y los compañeros.

## Ejemplo: con la temática de Derechos Humanos

Persona 1: *Vida.*

Persona 2: *Si usted dijo vida, yo digo libre.*

Persona 3: *Si usted dijo libre, yo digo paz.*

Persona 4: *Si usted dijo paz yo digo violencia.*

O

Persona 1: *Vida.*

Persona 2: *Si usted dijo vida yo digo libre.*

Persona 3: *Si usted dijo vida y libre yo digo paz.*

Persona 4: *Si usted dijo vida, libre y paz yo digo violencia.*

### Parte II.

Las palabras anotadas en una pizarra o en un papel se pueden devolver al grupo y preguntar: ¿Qué relación encuentran entre esas palabras y el tema propuesto a trabajar en ese espacio?

#### Apuntes para la reflexión:

Los ejercicios de asociación libre como este permiten ver qué entienden las personas de la información que han recibido y cómo la interpretan. A partir de este ejercicio se pueden evacuar dudas, eliminar mitos y profundizar en las inquietudes del grupo.

#### Observaciones para la facilitación:

Para una mejor devolución y procesamiento del grupo, se sugiere que una de las personas del equipo facilitador, o la persona facilitadora, vaya registrando en tiempo real las palabras que surgen del ejercicio y luego puedan ser leídas de vuelta o utilizadas para otro trabajo de profundización con el mismo grupo o con otro. O bien, como palabras generadoras de temáticas.

#### Variante metodológica:

Esta actividad también puede ser aplicada en el ámbito virtual como una dinámica rompehielo, con la cual se trabaje sobre la atención/concentración para dar inicio a un taller.

**En el ámbito virtual, pida al grupo que todas las personas enciendan su micrófono y dé las siguientes instrucciones:**

“Cuando yo diga una palabra ustedes deben decir en voz alta la primera palabra que se les venga a la mente. Por ejemplo: Cuando yo digo ÁRBOL, ustedes dicen... (las personas participantes dirán diferentes palabras, quien facilita debe elegir una de esas palabras, por ejemplo: fruto, **SOMBRA** verde, vida. La persona facilitadora elegirá “SOMBRA” y será la palabra que todo el grupo repetirá cuando la persona facilitadora diga ARBOL. Cuando yo digo PERRO, ustedes dicen... (las personas participantes dirán diferentes palabras: animal, gato, GUAU, peludo. La persona facilitadora elegirá “GUAU”. Se hace una prueba para ver si el grupo está atento a la dinámica:

Facilitadora: ÁRBOL-PERRO-PERRO.

Grupo tendrá que decir: SOMBRA-GUAU-GUAU.

Así continuará diciendo otras palabras que preferiblemente tengan que ver con el tema a tratar, por ejemplo, para el tema de adolescencia:

Si yo digo **Adolescencia...** ustedes dicen: etapa, descubrimiento, **Desarrollo (palabra elegida)**.

Si yo digo **Derechos...** ustedes dicen: humanos, **Justicia (palabra elegida)**, Ley.

Si yo digo **Identidad...** ustedes dicen: propia, **Única (palabra elegida)**, nombre, imagen.

Quien facilita puede jugar con combinaciones, la idea es que el grupo se divierta mientras intenta concentrarse:

Facilitadora: Adolescencia-derechos-adolescencia-identidad.

Grupo tendrá que decir: Desarrollo-justicia-desarrollo-única.

---

**Nota: Este ejercicio es un ejercicio diagnóstico que puede ser utilizado para introducir cualquiera de los temas tratados en esta Caja de Herramientas.**

---

## Actividad 2: Análisis de canciones populares

<b>Tema:</b>		Enfoque de género, Roles de Género, Relaciones Impropias, Violencia.
<b>Objetivos:</b>		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Reconocer los conceptos de roles de género y estereotipo de género.</li> <li>2. Identificar roles socialmente asignados a hombres y mujeres.</li> <li>3. Reflexionar sobre cómo las manifestaciones artístico-culturales refuerzan y pueden perpetuar los roles y estereotipos de género.</li> </ol>
<b>Nº de personas:</b>		20 personas máximo. En caso de grupos más grandes se sugiere trabajar en subgrupos.
<b>Duración:</b>		60 minutos.
<b>Materiales:</b>		Dos videos o audios de canciones que reproduzcan estereotipos de género, un video o audio de canción respetuosa de los derechos humanos de todas las personas (Ver ejemplos al finalizar la descripción de esta actividad), proyector y computadora. Hojas con las letras de las tres canciones impresas y marcadores para subrayar. Hojas impresas con párrafos de las canciones.



## Parte I.

### ¿Qué son roles y qué son estereotipos de género?

- 10 minutos

Se hace una lluvia de ideas con el grupo sobre qué piensan que es un rol de género y qué es un estereotipo de género (Consultar módulo de Enfoques).

## Parte II.

### Análisis de canciones

- 50 minutos

Se presentan los videos/audios de dos canciones populares que reproduzcan estereotipos de género. A cada participante se le entregan impresas las letras de dichas canciones y se les solicita que, mientras las escuchan, subrayen con un lapicero o marcador frases que expresan lo que se espera de una mujer y de un hombre.

Posteriormente, en plenaria, se discutirá cuáles roles y estereotipos de género son representados en estas canciones, así como qué tipo de relaciones fomentan estas manifestaciones culturales a partir de los roles de género que reproducen.

Además, se analizará cómo estos roles y estereotipos de género se

reproducen social y culturalmente por otros medios; por ejemplo, en la publicidad, el cine, las novelas, etc.

A modo de cierre, se escucha una canción con un mensaje reivindicador y respetuoso de los derechos humanos (Ver ejemplos al finalizar la descripción de esta actividad) que muestre que es posible utilizar las expresiones musicales como una forma de comunicar mensajes desmitificadores con respecto a los roles; de igual forma se entregará a cada participante la letra de esta canción.

**Variante A:** Una de las variantes de esta actividad es proyectar videos de anuncios publicitarios donde se repliquen estereotipos de género; por ejemplo, los anuncios de televisión de productos de limpieza. También se pueden variar las canciones para abordar diferentes temas, por ejemplo, la homofobia y la violencia contra la población LGBTIQ+.

**Variante B:** Si se prevé el trabajo con grupos donde hay personas con dificultad para leer, se puede prescindir de las hojas impresas y pedir al grupo que, cuando identifique un estereotipo o forma de violencia, chasqueen los dedos. La persona facilitadora puede contar con una hoja impresa con la letra de la canción/canciones donde vaya registrando en qué momentos el chasqueo es más o menos intenso, o no hay chasqueo, y de esta forma analizar posteriormente con el grupo las partes identificadas de reproducción de roles y estereotipos de género.

Se puede reproducir la canción o video hasta 2 veces y pausar de ser necesario. Se sugiere reproducir una sola canción y no ambas para profundizar en el análisis.

**Variante C:** Previo a reproducir las canciones, se imprimen párrafos de las canciones y se pegan en las paredes o una base sólida, y se le solicita al grupo que lean cada párrafo mientras se mueven por el espacio. Posteriormente, se continúa con la actividad tal y como está planteada en su variante original.

Al finalizar, se abre un espacio para la plenaria:

- ¿Alguna vez se han sentido presionadas (os) a ser o actuar de determinada forma por los roles de género que la sociedad espera que cumplan?
- ¿Consideran que se discrimina a quienes no cumplen con los roles tradicionales de género?
- ¿Cuáles son otras formas en que se reproducen los estereotipos y roles de género?



### Apuntes para la reflexión:

Los estereotipos son ideas fijas de cómo se debe ser y actuar, que se reproducen y difunden por diversos medios: la crianza, las formas en cómo nos relacionamos, pero también a partir de los mensajes que escuchamos a través de los medios de comunicación, las canciones, las películas y otros espacios sociales y culturales. Constantemente se reciben mensajes sobre cómo se debe ser y actuar en función del género.

Al ser estas construcciones sociales, nos da la posibilidad de analizarlas, cuestionarlas y cambiarlas. Se deben tener claras las consecuencias de reproducir los estereotipos de género en nuestra cotidianidad y las violencias que esto conlleva.

### Observaciones para la facilitación:

Contemplar que el lugar sea idóneo para la reproducción del sonido. Es importante confirmar si en el espacio hay acceso a internet o electricidad, en caso de que no haya, se deben llevar los archivos descargados o en USB, también se pueden escuchar los audios desde un teléfono celular y un parlante. En caso de no contar con ninguno de los recursos anteriores, ver variantes metodológicas en la descripción. Tomar en consideración las particularidades del grupo para aplicar las variantes que sean necesarias, de modo que todas las personas puedan ser parte del ejercicio.

## Ejemplos:

### Para trabajar relaciones impropias:

1. Mayores- Becky G & Bad Bunny <https://www.youtube.com/watch?v=GMFewipllbw>
2. Propuesta indecente- Romeo Santos <https://www.youtube.com/watch?v=QFs3PIZb3js>
3. Eres mía- Romeo Santos <https://www.youtube.com/watch?v=8iPcqtHoR3U>
4. Te compro tu novia- <https://www.youtube.com/watch?v=qgSJQZwCEGI>
5. 17 años- Los ángeles azules [https://www.youtube.com/watch?v=kcKOd\\_wy0XI](https://www.youtube.com/watch?v=kcKOd_wy0XI)
6. Demasiado niña- Eddy Herrera <https://www.youtube.com/watch?v=UhZQeVv6p7s>
7. Dime que no- Ricardo Arjona [https://www.youtube.com/watch?v=b7\\_D-sQ9ung](https://www.youtube.com/watch?v=b7_D-sQ9ung)
8. El profe- Miranda <https://www.youtube.com/watch?v=W7DUFLaOUUI>
9. Cuatro babys- Maluma y otros <https://www.youtube.com/watch?v=OXq-JP8w5H4>

### Para trabajar construcción de relaciones saludables:

1. La Otra- Contigo [https://www.youtube.com/watch?v=h5ld\\_60MQgs](https://www.youtube.com/watch?v=h5ld_60MQgs)
2. Rebeca Lane- Este cuerpo es mío <https://www.youtube.com/watch?v=dT2mTKwXIG8>
3. Rebeca Lane- Corazón Nómada <https://www.youtube.com/watch?v=xduSQrz70KI>
4. El Kanka- Vengas cuando vengas <https://www.youtube.com/watch?v=I9k5TMSB7cQ>
5. Pedro Pastor- Amar [https://www.youtube.com/watch?v=j\\_CS0w8wcQs](https://www.youtube.com/watch?v=j_CS0w8wcQs)

### Para trabajar relaciones no saludables en el noviazgo o violencia basada en género:

1. Si te vas- Shakira <https://youtu.be/OfnRkq9WuDc>
  2. Animals- Maroon 5 <https://youtu.be/qpgTC9MDx1o>
  3. Ingrata- Café Tacuba <https://youtu.be/klr8hsVTCzg>
  4. La Ocasión- La Ghetto, etc. <https://youtu.be/XngTiXBPmEE>
  5. Nos matan por ser mujeres- Karla Lara & Hibridux <https://youtu.be/vWJtBcrmkIY>
  6. La Muda- Cali & El Dandee <https://www.youtube.com/watch?v=wOA46XZNkOc>
- Video sobre análisis de canciones: ¿Cómo te suena? EA cuenca. <https://www.youtube.com/watch?v=SAwToc1QOB4>

 <b>Actividad 3: Cuerpos e identidades diversas</b>		
<b>Tema:</b>		Género e interseccionalidad (conceptos de sexo, género, identidad sexual y orientación sexual).
<b>Objetivos:</b>		1. Introducir el concepto de diversidad. 2. Potenciar elementos para la comprensión del concepto de género y la construcción de identidades genéricas.
<b>Nº de personas:</b>		20 personas máximo.
<b>Duración:</b>		50 minutos.
<b>Materiales:</b>		Presentación de Power Point o similar que permita la proyección de imágenes de personas diversas, proyector, computadora. En caso de no contar con el recurso tecnológico, se pueden utilizar recortes o fotografías en físico. Papelógrafo, marcadores, pizarra. Hojas y lápices o lapiceros.



## Parte I.

### ¿Qué es diversidad?

Se realiza una lluvia de ideas sobre lo que el grupo entiende por diversidad.

## Parte II.

### Proyección de imágenes

Se proyectan una serie de imágenes de personas que sean diversas con respecto a edad, origen étnico, género, discapacidad, fisonomía, entre otras. La persona facilitadora pregunta ¿qué les llama la atención de esos cuerpos? Posteriormente solicita a las personas participantes que levantando la mano digan una característica de ese cuerpo.

En un papelógrafo o pizarra se anotan las palabras, concluyendo con una lista de características que se utilizan para clasificar los cuerpos de las personas (gorda, delgada, vieja, niña, muchacha, linda, etc.).

**Variante A:** En lugar de levantar la mano, se les brinda a las personas participantes papel y lápiz o lapicero, para que anoten allí las impresiones y características de las imágenes de los cuerpos diversos que fueron mostrados. Esos papeles se reúnen en un lugar común, una caja

o bolsa de papel, y quien facilita lee las palabras allí colocadas, de manera que lo escrito por las personas participantes permanece anónimo.

### Cierre

Al finalizar se abre un espacio para la plenaria:

- ¿Cómo me hizo sentir esta actividad? ¿Me identifiqué con alguna de las imágenes?
- ¿Qué relación tiene la visión que tenemos sobre los cuerpos de las personas con las manifestaciones de las violencias?
- ¿Cómo influyen estas opiniones que tenemos sobre los cuerpos o sobre las identidades, en mi autopercepción?

### Apuntes para la reflexión:

Pese a que todas las personas somos diversas, la sociedad ha impuesto estándares sobre lo que se considera bello, aceptable y por tanto valioso, lo que no cabe dentro de este estándar se considera inadecuado, “feo” o “anormal”. Estas consideraciones rápidamente se conforman en lo que se reconoce como “la norma”, la cual se instaura en el pensamiento de las personas y pide deshacerse o rechazar todo aquello que no coincida con el modelo de persona que esta norma instaura. Hemos aprendido a acoger a quienes consideramos similares y adecuados a la norma y a rechazar a quienes consideramos diferentes.

Es a partir de esto que se establece quienes merecen afecto, reconocimiento y finalmente, a quienes se le otorgan derechos, de allí es que surge la exclusión y la discriminación. El racismo\*, la xenofobia\*, la homofobia\* y transfobia\* son algunas de las formas que toma la discriminación de los cuerpos y de las identidades de acuerdo con su color de piel, edad, género, clase social, orientación sexual o identidad de género, nacionalidad, entre otros.

### Observaciones para la facilitación:

Si se encuentran personas no videntes en el grupo, realice una descripción detallada de las imágenes.

\*Consultar módulo de enfoques para ampliar estos conceptos y cómo se reproducen en la vida cotidiana.

Recuerde constantemente al grupo que las discusiones e intercambio de ideas tienen que estar basadas en el respeto por más que difieran entre sí.



## Actividad 4: El Té de Canastilla

<b>Tema:</b>		Estereotipos de género.
<b>Objetivos:</b>		1. Introducir el concepto de diversidad. 2. Potenciar elementos para la comprensión del concepto de género y la construcción de identidades genéricas.
<b>Nº de personas:</b>		Mínimo 8 personas, máximo 10 personas.
<b>Duración:</b>		60 minutos.
<b>Materiales:</b>		2 cajas de cartón o bolsas de papel, hojas, tijeras, marcadores, lápices o lapiceros.

### DESCRIPCIÓN

Se le indica al grupo que están reunidas y reunidos para celebrar el té de canastilla de un embarazo de gemelos (una niña y un niño). Se disponen dos cajas o bolsas de cartón, una para el niño y otra para la niña: una verde y la otra naranja, de ser posible que sean diferentes de los colores tradicionalmente asignados a la mujer y al hombre, como rosado y azul, por ejemplo; de ser así, se le pide al grupo que elijan cuál bolsa

será para la niña y cuál para el niño con base en el color. En caso de no contar con bolsas de papel de colores, se pueden utilizar bolsas de papel sin color y que el grupo las decore con los materiales a la mano (marcadores, lápices, lapiceros) según para quién sea.

Las personas participantes tendrán que colocar dentro de cada bolsa “regalos” para el niño y para la niña. Se puede echar mano de objetos que porten con ellas y ellos o que estén en el espacio o usar la creatividad para elaborarlos brevemente, y además, se invita a escribir cualidades para cada una/o (lo que se espera que sea). Ejemplo: “Yo espero que esta niña sea obediente” o “Espero que encuentre a un hombre honorable”.

Se colocan los regalos en las bolsas anónimamente de manera que no se sabe quién regaló qué. Finalmente, las personas facilitadoras o una persona/s participante/s voluntariamente muestran los regalos como se suele hacer en los tés de canastilla, uno a uno y recibiendo reacciones espontáneas del grupo.

### **Cierre**

En plenaria mantenga una conversación dialogada alrededor de las siguientes preguntas:

- ¿Cuáles son los roles que se asignan tradicionalmente a las mujeres y a los hombres?
- ¿Cómo definimos lo que nos gusta y lo que no nos gusta?
- ¿Por qué replicamos estos estereotipos, en algunas ocasiones sin darnos cuenta?
- ¿Qué repercusiones tiene la reproducción de los estereotipos de género sobre la vida de las personas?
- ¿Qué podemos hacer para cambiar esta situación y erradicar los estereotipos o roles de género de nuestra sociedad?

### **Apuntes para la reflexión:**

Los roles de género son mandatos o encargos sociales que en muchos casos determinan nuestros gustos, preferencias, actividades que realizamos, oficios y profesiones que vamos a ejercer. Las elecciones que hacemos, por lo tanto, no están del todo libres de la influencia de estos mandatos.

### **Observaciones para la facilitación:**

Es importante dirigir el análisis de la actividad hacia el impacto que han tenido los estereotipos y roles de género en el desarrollo y construcción de la identidad de las mujeres y los hombres. Durante la primera parte de la actividad, es posible que todos los grupos manifiesten o evidencien estereotipos de género, no interrumpa el proceso y permita que las personas se expresen con total libertad. Parte de lo que se busca, hacia el final de la actividad, es que las personas participantes comprendan cómo esos roles y estereotipos de género se han interiorizado en la propia vivencia con el paso del tiempo.

Actividad 5: Vamos de paseo	
<b>Tema:</b>	 Roles de género.
<b>Objetivos:</b>	 Identificar elementos asociados a la asignación social de los roles de género.
<b>Nº de personas:</b>	 Indefinido* (subgrupo de 5 personas mínimo).
<b>Duración:</b>	 20-30 minutos
<b>Materiales:</b>	 2 cajas de cartón o bolsas de papel, hojas, tijeras, marcadores, lápices o lapiceros.
<p>* Se considera importante valorar que en términos de manejo grupal cuando se desarrollan procesos de interaprendizaje, algunas personas expertas en metodologías recomiendan hacer grupos con la cantidad de personas que permita el diálogo y el encuentro para la construcción colectiva del conocimiento, por lo que recomiendan establecer un número máximo de integrantes, que podría ser de 30- 35 personas.</p>	

## DESCRIPCIÓN

En subgrupos, de mínimo 5 personas, se les comparte un caso hipotético en el que las personas del subgrupo salen de paseo hacia un lugar desconocido (despertar la creatividad sobre los posibles escenarios), donde no tendrán contacto con otras personas. Para organizarse y llegar a su destino deben elegir:

1. Una persona que dirija al grupo.
2. Una persona que cuide del grupo.
3. Una persona que escuche al grupo.
4. Una persona que defienda al grupo.
5. Una persona que divierta al grupo.

La forma que el grupo utilice para definir a quién le corresponde cada rol, es libre, pueden usar su creatividad.

Una persona del subgrupo estará a cargo de registrar qué factores fueron tomados en cuenta para la elección de los roles.

Una vez identificados los roles, se comparten los factores determinantes para la elección con el resto del grupo, y desde la facilitación, se indaga en la relación que tienen estos factores con las asignaciones sociales de género. Por ejemplo: ¿La persona elegida para dirigir el grupo es hombre o mujer? ¿Y la persona que escucha al grupo? Y así con cada una de las características.

Con este ejercicio suele suceder que las personas se enfoquen en aspectos relacionados con el trabajo en equipo, de ser así, se recomienda llamar al objetivo inicial del ejercicio y poner la mirada nuevamente en los roles de género.

### **Apuntes para la reflexión:**

Los roles de género son mandatos o encargos sociales que en muchos casos determinan nuestros gustos,

preferencias, actividades que realizamos, oficios y profesiones que vamos a ejercer. Las elecciones que hacemos, por lo tanto, no están del todo libres de la influencia de estos mandatos. Es crucial comprender que las características o habilidades de alguien exceden el género; sin embargo, muchas veces al ser reforzadas a partir de los roles, se ve como natural, por ejemplo, que sean las mujeres quienes realicen con más frecuencia las tareas de cuidado. Por ello se debe analizar también de qué manera se pueden fortalecer las competencias que cada persona tiene, independientemente de su género.

### **Observaciones para la facilitación:**

Visitar a los subgrupos mientras se desarrolla el ejercicio, de manera que puedan recopilarse algunas impresiones para profundizar en las reflexiones. Si los grupos son mayores a 15 personas, se recomienda que existan dos personas facilitadoras para dirigir este ejercicio.

		<b>Actividad 6: Las personas como agentes del futuro</b>
<b>Tema:</b>		<b>Roles e identidades de género. Enfoque interseccional. Enfoque intercultural. Enfoque de diversidad.</b>
<b>Objetivos:</b>		<b>Incentivar a las personas participantes a re-pensar otras identidades distintas de los modelos tradicionales de género.</b>
<b>Nº de personas:</b>		<b>Indefinido.</b>
<b>Duración:</b>		<b>1 hora.</b>
<b>Materiales:</b>		<b>Papelógrafos, papeles periódicos o pizarra, marcadores permanentes, marcadores de pizarra, revistas, tijeras, goma, pinturas. En caso de no contar con estos materiales, ver variante metodológica.</b>

## DESCRIPCIÓN

El grupo se divide en 3 o 4 subgrupos (de acuerdo con el tamaño del grupo). Cada subgrupo contará con una hoja grande de papel periódico y un juego de materiales de los mencionados anteriormente. Para este ejercicio podrá también ser interesante que se dividan los grupos en: un grupo solo de personas que se identifican como mujeres, uno de personas que se identifican como hombres y otro mixto.

La persona facilitadora dará al grupo la siguiente consigna:

*“El planeta tierra atraviesa una crisis que representa una oportunidad para reconstruirse. Esto implica re-pensar las formas de ser, habitar la tierra y de relacionarnos”.*

Se le pide al grupo que piensen y diseñen a las personas adolescentes del futuro, cómo desearían que fuesen, cómo se vestirían, qué les interesaría, cómo se relacionarían entre ellas y ellos, cuáles serían sus sueños, cómo se alimentarían, qué les preocuparía, en qué trabajarían, qué profesiones elegirían, qué les causaría alegría, cómo serían sus formas de relacionarse, etc.

Se solicita que en subgrupos puedan hacer su propia elaboración, que puede ser respondiendo a las preguntas anteriormente señaladas. La creación puede ser un dibujo colectivo o una descripción de cómo imaginan un mundo donde habiten estas personas.

Una vez lo tengan listo todos los grupos pegarán sus creaciones alrededor del salón y harán una exposición de máximo 5 minutos.

La persona facilitadora promueve una reflexión colectiva a partir de las siguientes preguntas generadoras:

- *¿Cuáles son los roles tradicionalmente asignados a hombres y mujeres en la actualidad?*
- *¿En qué se diferencian esas personas que ustedes crearon de los hombres y mujeres de la actualidad?*
- *¿Habrá diferencias entre los géneros en el futuro?*
- *¿Cómo imaginamos que vivirán las personas con distintas identidades étnicas, sexuales, las personas con discapacidad?*
- *¿Habrá fronteras en el futuro?*
- *¿Qué condiciones se tendrían que dar para que las personas puedan reconstruirse?*

### **Observaciones para la facilitación:**

Si no se cuenta con los materiales mencionados arriba, se pueden utilizar objetos que se encuentren en el espacio de trabajo, así como

objetos que porten las personas participantes con ellas para crear el prototipo de persona adolescente del futuro. Por ejemplo, zapatos, ropa, telas, una silla, etc. O bien pueden hacer un dibujo colectivo.

### **Apuntes para la reflexión:**

Es indispensable analizar la construcción social que se hace del ser hombre y del ser mujer (socialización de género) en nuestras sociedades, esto empieza incluso desde antes de nacer. Invite al grupo a realizar una síntesis dialogada respecto a las siguientes cuestiones:

- *¿Cómo se educa en la sociedad actual a los niños y a las niñas? ¿Esto cambia de acuerdo con cada cultura?*
- *¿Las diferencias cambian, se mantienen o se acrecientan cuando llega la adolescencia?*
- *¿Cómo creen que interfiere la educación de los niños y niñas cuando son personas adultas?*

Si bien la socialización (formas en que la sociedad nos dice cómo debemos de ser) toma su mayor fuerza en la crianza, constantemente estamos reforzando o aprendiendo estas ideas que nos dicen cómo debemos ser. Imaginar otras formas posibles en que podamos vivir y relacionarnos es un ejercicio que deberíamos realizar constantemente con el objetivo de reinventarnos y transitar hacia nuevas formas de vivir más armoniosas entre lo que deseamos ser y lo que aporta al bienestar común.



### Variante metodológica:

Esta actividad puede adaptarse para trabajar de forma virtual y se puede utilizar para trabajar con diversas poblaciones, no solo con personas adolescentes. Para ello el grupo se divide en 3 o 4 subgrupos de acuerdo con el número de participantes (estos subgrupos serán asignados a pequeñas salas). Si las personas participantes desean dibujar pueden hacerlo y luego mostrar mediante la cámara su creación siempre que haya sido producto del consenso grupal.

Una vez que lo tengan listo todos los subgrupos volverán a la sala principal y elegirán a una persona relatora para que exponga, en un máximo de 3 minutos por grupo, la creación colectiva.

La persona facilitadora promueve una reflexión colectiva a partir de las preguntas generadoras expuestas arriba.



## Actividad 7: ¡Adivina qué!

<b>Tema:</b>		<b>Roles de género y división sexual del trabajo.</b>
<b>Objetivos:</b>		<b>Concientizar sobre las implicaciones de la división sexual del trabajo.</b>
<b>Nº de personas:</b>		<b>Indefinido.</b>
<b>Duración:</b>		<b>30-40 minutos.</b>
<b>Materiales:</b>		<b>N/A.</b>

### DESCRIPCIÓN

#### Parte I.

#### Preparación del grupo

El grupo se divide en 3 subgrupos. A cada subgrupo se le debe de asignar una tarea doméstica, que será secreta para los demás subgrupos.

#### Parte II.

#### Trabajo en equipo

Cada subgrupo deberá preparar una presentación para mostrar a las demás personas participantes cuáles son los pasos necesarios para realizar alguna tarea doméstica. Por ejemplo: *para lavar la ropa es necesario buscar la ropa del cesto de la ropa sucia, separarla por color de ser necesario, ponerla en la lavadora, buscar los detergentes y añadir la medida necesaria según la cantidad de ropa que se vaya a lavar, sacar la ropa de la lavadora,*

*escurrirla de ser necesario, colgar la ropa, planchar, doblar y guardar.* Otros ejemplos podrían ser: preparar una comida para la familia, limpiar el baño, etc.

Cada subgrupo tendrá 5 minutos para preparar su presentación, considerando las siguientes consignas a la hora de presentar:

- No se pueden utilizar palabras habladas o escritas.
- Deben ser lo más detallado posible, procurando incorporar la mayor cantidad de pasos.
- Todas las personas del subgrupo deben participar de alguna manera en la presentación.

Cada grupo hace su presentación y los restantes deben prestar especial atención para identificar cuál tarea doméstica estaban realizando y si faltó algún paso.

### Parte III.

## Cierre de la actividad

Después de que todos los subgrupos hacen su presentación, se debate sobre las siguientes preguntas:

- *¿Fue fácil o difícil preparar la presentación?*
- *¿Ya han realizado algunas de estas tareas? ¿En sus casas quién las realiza habitualmente?*

- *¿Cuánto tiempo estimado toma cada una de estas tareas? (Ej. 3 horas total ordenando y lavando la ropa o 4 horas en total preparando una comida familiar).*
- *¿Las tareas domésticas son más fáciles o difíciles de lo que parecen?*

### Apuntes para la reflexión:

Las tareas domésticas se componen de muchas acciones, usualmente invisibles para quienes no participan de ellas. Históricamente, en la mayoría de las sociedades latinoamericanas y occidentales, estas tareas han sido asignadas a las mujeres y catalogadas como “propias de la naturaleza femenina”. A pesar de que se sabe que son fundamentales para el funcionamiento de la economía de la mayoría de los países, han llegado a ser gravemente desvalorizadas\*. (\*Consultar **Módulo de Enfoques** para profundizar aún más sobre porqué esto sucede y los datos estadísticos que refuerzan esta situación de desigualdad).

La mayoría de las mujeres realizan cinco veces más las tareas domésticas que los hombres, frecuentemente de forma no remunerada; muchas de ellas también trabajan fuera de la casa, esto es parte de lo que se conoce como “doble jornada”, sumado a las tareas de cuidado, también realizadas en mayor medida por las mujeres. Lo más delicado es que aún no se reconoce la carga que a ellas está asociada.

## Actividad 8: ¿Qué es y qué no es la masculinidad?<sup>3</sup>

<b>Tema:</b>		Masculinidades.
<b>Objetivos:</b>		<p>1. Reconocer estereotipos de género vinculados a la masculinidad y los mandatos machistas asignados a los hombres.</p> <p>2. Problematicar la masculinidad tradicional y sus efectos en la configuración de relaciones desiguales de poder.</p>
<b>Nº de personas:</b>		de 15 a 20 máximo.
<b>Duración:</b>		1 hora y 30 minutos.
<b>Materiales:</b>		Papelógrafos, imágenes de arquetipos (basadas en el listado que aparecen al final de la descripción de esta actividad), lapiceros, marcadores, computadora, proyector, sonido, video.

### DESCRIPCIÓN

#### Parte I.

- 30 minutos

Se divide al grupo en 6 subgrupos y a cada uno se le entrega una imagen de un arquetipo con su descripción. Se explica que un arquetipo es un modelo original que sirve como ejemplo para imitarlo, reproducirlo o copiarlo, o como diseño ideal que sirve como ejemplo de perfección de algo.

En subgrupos y, a partir de lo observado en las imágenes, en un papelógrafo se confecciona un cartel y se da respuesta a las siguientes indicaciones:

1. Se lee cada uno de los arquetipos entregados y se piensan en 2 características positivas y 2 características negativas que se le pueden **agregar** a cada arquetipo.

<sup>3</sup> Actividad tomada y adaptada de: Instituto de Masculinidades y Cambio Social MASCS (2019) Varones y masculinidad(es). Herramientas pedagógicas para facilitar talleres con adolescentes y jóvenes.

2. Se describe un **ejemplo** de un personaje de una película, novela, cuento o la vida real que sea como el arquetipo asignado.
3. Se escribe cómo creen que afectan los arquetipos en la vida cotidiana de los hombres.
4. Se genera una reflexión a partir de las siguientes preguntas: ¿Las personas cumplen a la perfección determinado arquetipo? ¿Se puede “calzar” en varios arquetipos a la vez? ¿Los arquetipos masculinos los cumplen solo los hombres o también podrían ser reproducidos por mujeres?

Posteriormente se expone el material ante los otros grupos.

## Parte II.

- 30 minutos

En un papelógrafo los subgrupos van a hacer dos columnas con los siguientes encabezados, del lado izquierdo: “¿Qué no es la masculinidad?”; del derecho: “¿Qué es la masculinidad?”. En cada columna los subgrupos anotan a partir de las reflexiones de la Parte I palabras o frases que den respuesta a las preguntas.

Cada grupo comparte sus carteles y con ayuda de la persona facilitadora se elabora un solo cartel con las palabras que más se repiten. A partir de ello, se abre un espacio de diálogo con base en las siguientes preguntas generadoras:

- ¿Qué tipos de personas representan lo que **no** es la masculinidad y lo que **sí es** la masculinidad? (Por tipos de personas podemos ejemplificar: mujeres, hombres, personas heterosexuales, trans, niñas y niños, personas adultas, personas indígenas, personas con discapacidad).
- Si se tuviera que ordenar a esas personas en una escala, de la más aceptada a las menos aceptada socialmente, ¿cómo las ordenaríamos y por qué?
- ¿Cumplir con lo que se espera de la masculinidad, influye en el grado de **aceptación social**? ¿Son las personas más valoradas si se acercan a lo que se entiende por masculinidad? ¿Qué pasa si esas personas se parecen a lo que no es masculinidad?

## Parte III.

- 30 minutos

Se proyecta el siguiente video: “**¿Qué es y que no es la masculinidad?**”

<https://www.youtube.com/watch?v=qz6cztnaD2Q&list=PLInX-2Be6686ny85AeYAu-X06OFoBcIFHOo&index=1>

Se pregunta al grupo qué les pareció el video y qué relación tiene con lo conversado y se abre plenaria a partir de las siguientes preguntas:

1. ¿Qué relación hay entre ser reconocido como hombre y ser reconocido como masculino?
2. ¿Quiénes determinan quién es o no hombre?
3. ¿Alguna vez se han sentido juzgados por su masculinidad? ¿Cómo los hizo sentir?
4. ¿Juzgamos a otros/as por ello?

#### **Variante:**

También se pueden usar videos de masculinidades clásicas con el fin de reflexionar sobre como los medios de comunicación influyen en la construcción de los roles de género. Ver en la sección OTROS RECURSOS videos sobre este tema.

#### **Apuntes para la reflexión:**

El sistema patriarcal asigna a las personas bajo el esquema de dos sexos: hombres y mujeres; y desde esa asignación se les dice a unos y otras como actuar según roles y estereotipos de género a partir de lo femenino y lo masculino. Se nos educa para cumplir con esas asignaciones, sin embargo, nadie calza a la perfección en estos roles, todas las personas son diferentes y actúan según su historia familiar, su cultura, sus gustos y preferencias.

La masculinidad tradicional no es natural, sino una construcción social, que cambia según el contexto y a lo largo del tiempo. La masculinidad es más valorada a nivel social y cultural, y es asociada a varones cisgénero y heterosexuales, que poseen

ventajas y privilegios respecto de otras personas. En ocasiones los mismos hombres ejercen mecanismos de control de la masculinidad, burlando, humillando, avergonzando o menospreciando a quienes no expresan esa masculinidad.

Por tanto, es importante que las personas puedan tener espacios para reflexionar sobre las repercusiones de estos roles y estereotipos sobre sus vidas, para así poder construirse de una manera más libre y autónoma.

Es necesario encontrar nuevas formas de ser y relacionarse más solidarias y equitativas, que permitan deconstruir las estructuras de la violencia que han caracterizado a las masculinidades tradicionales.

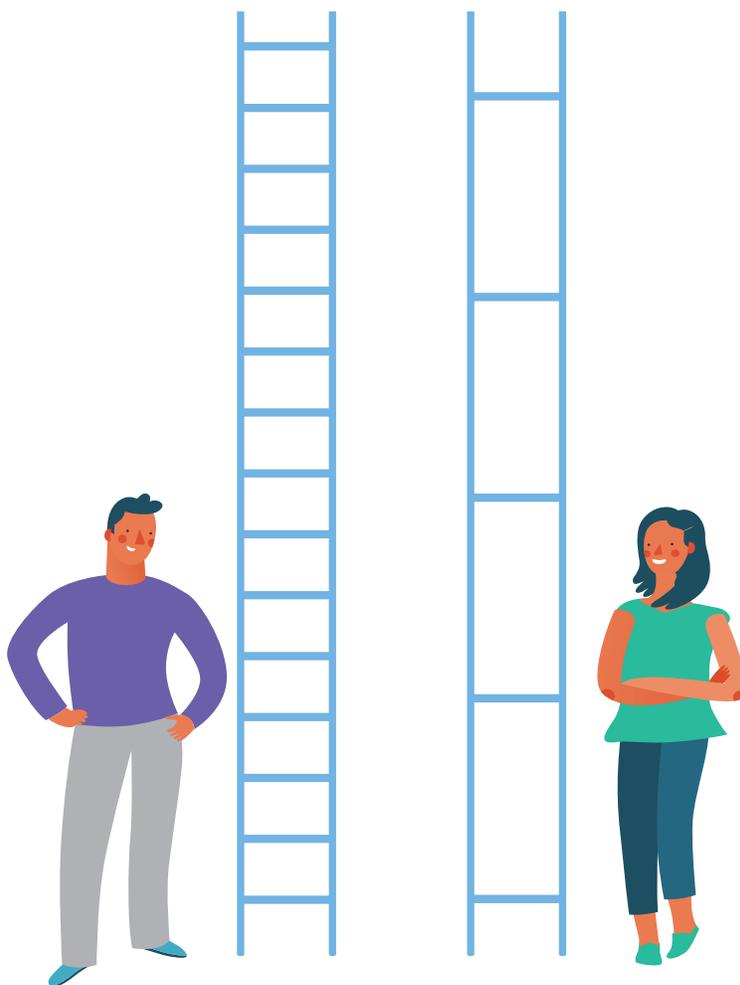
#### **Recomendaciones para la facilitación:**

Esta es una actividad dirigida a hombres, aunque podría ser trabajada con todas las personas, incluyendo variables sobre arquetipos, roles y estereotipos de la feminidad.

Es importante que cuando se explique qué es un arquetipo, la persona facilitadora puede usar ejemplos y un lenguaje adecuado para el grupo con el que esté trabajando, para que el concepto quede claro. Con anterioridad, la persona facilitadora debe consultar los arquetipos y buscar imágenes que puedan ser usadas por las personas participantes durante la Parte I de esta actividad.

## Arquetipos:

- **El galán:** Es un hombre que usa su atractivo físico para atraer a las mujeres, tiene varias relaciones al mismo tiempo y eso genera respeto entre otros hombres.
- **El padre:** Es el jefe y proveedor de su familia, sus hijos, hijas y esposa tienen un patrón de sumisión y él es el que tiene la última palabra, es la fuente de sustento y por eso las decisiones de la familia es él quien las toma.
- **El sabio:** Es un hombre adulto que tiene mucho conocimiento y por eso ocupa cargos de poder, sus palabras son escuchadas y todas las personas le hacen caso.
- **El charlatán:** Es un hombre poco serio, es el alma de la fiesta, tomador y alegre. Suele hacer bromas pesadas y está haciendo chistes todo el tiempo.
- **El guerrero:** Es el hombre fuerte, nunca está cansado, no tiene necesidades y puede solo contra el mundo, no llora, ni pide ayuda, tiene un alto sentido del honor y del trabajo.
- **El príncipe:** Es considerado “el hombre perfecto”: caballeroso, amable, romántico, trabajador, buen hijo y padre, nunca se equivoca, es inteligente y guapo.



## Actividad 9: Mandatos de la masculinidad: privilegios y costos<sup>4</sup>

<b>Tema:</b>		Género y masculinidades.
<b>Objetivos:</b>		<p>1. Visibilizar los mandatos tradicionales de la masculinidad en la sociedad.</p> <p>2. Sensibilizar sobre los privilegios que se ejercen como hombres y los costos que implica, tanto para sus vidas, como para las vidas de las mujeres y la población LGBTQ+.</p>
<b>Nº de personas:</b>		de 15 a 20 máximo.
<b>Duración:</b>		1 hora y 30 minutos.
<b>Materiales:</b>		<p>Video, proyector y sonido, computadora, copias con preguntas para cada grupo, hojas blancas y lapiceros.</p> <p>Opcional: un instrumento musical o un pito.</p>

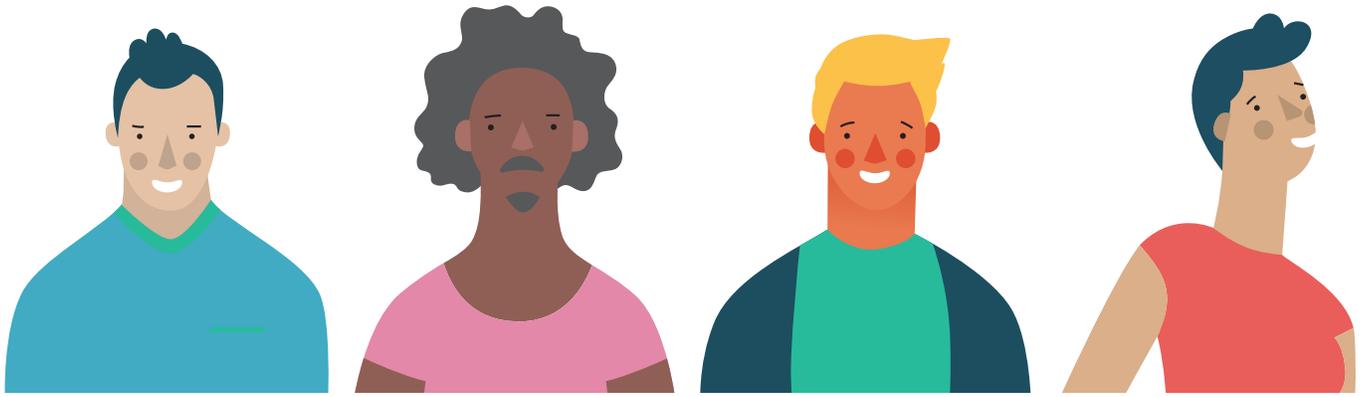
### DESCRIPCIÓN

#### Parte 1.

- 20 minutos

Las personas participantes caminan a lo largo y ancho del espacio disponible, buscando encontrarse con la mirada de quienes se vayan cruzando. Cuando la persona facilitadora aplauda (o haga un sonido con algún instrumento) todas las personas deben detenerse y ponerse en parejas con quien tengan enfrente en ese momento.

4 Actividad tomada y adaptada de: Instituto de Masculinidades y Cambio Social MASCS (2019) Varones y masculinidad(es). Herramientas pedagógicas para facilitar talleres con adolescentes y jóvenes.



Cuando todas las personas se detienen, la persona facilitadora dirá en voz alta una consigna a partir de la cual deberán conversar con su pareja. Dialogarán por un minuto siguiendo la consigna, hasta que la persona facilitadora aplaudirá (o tocará el instrumento) nuevamente para indicar que finalizó el minuto y deberán volver a caminar por el espacio hasta el próximo sonido, que hará que se encuentren con alguien diferente y dialoguen a partir de una nueva consigna.

- **Consigna 1:** contarle a mi pareja cuál era mi juguete preferido en la infancia.
- **Consigna 2:** contarle a mi pareja con qué género me identifico y por qué.
- **Consigna 3:** contarle a mi pareja lo que más me gusta del género con el que me identifico.
- **Consigna 4:** contarle a mi pareja lo que menos me gusta de mi género.

- **Consigna 5:** contarle a mi pareja si alguna vez dejé de hacer algo que me gustaba o quería porque “no correspondía” con mi identidad de género.
- **Consigna 6:** contarle a mi pareja si creo que mi género me otorga alguna ventaja o privilegio.

Al finalizar la última consigna, siguen caminando unos segundos más por el espacio y se les pide que formen un círculo. Quien facilita hace las siguientes preguntas al grupo: ¿Qué les pareció más fácil y difícil responder y por qué? ¿Costó encontrar cosas que no les gusten de ser hombre? ¿Resultó más sencillo encontrar lo que sí les gusta de ser hombre? ¿Aparece rápidamente el reconocimiento de algún privilegio o cuesta identificarlo?

## Parte II.

- 15 minutos

Se proyecta el video sobre “Los mandatos tradicionales de la masculinidad y sus privilegios”.

<https://www.youtube.com/watch?v=h2xmLQyXV9c&list=PLInX-2Be6686ny85AeYAUX06OFoBclFH0o&index=2>

Una vez finalizado el video se conversa con el grupo qué les pareció.

## Parte III.

- 40 minutos

Se indica a las personas participantes que se enumeren del uno al tres, para dividirse en tres grupos. A cada grupo se le entrega una copia con las siguientes preguntas, así como hojas blancas y lapiceros para que registren sus respuestas.

### Grupo 1

- a) Pensar y hacer una lista de situaciones donde los hombres ejercen privilegios ligados a la libertad sexual.

*Históricamente los hombres han tenido privilegios a los que las mujeres no pueden acceder.*

- b) ¿Pueden identificar algún costo para los hombres vinculado a esa libertad sexual?
- c) ¿Pueden identificar algún costo para las mujeres vinculado al ejercicio de este privilegio por parte de los hombres?

### Grupo 2

- a) Pensar y hacer una lista de situaciones donde los hombres ejercen privilegios ligados a la libertad de movimiento.
- b) ¿Pueden identificar algún costo para los hombres vinculado a esa libertad de movimiento?
- c) ¿Pueden identificar algún costo para las mujeres vinculado al ejercicio de este privilegio por parte de los hombres?



### Grupo 3

- a) Pensar y hacer una lista de situaciones donde los hombres ejercen privilegios ligados a la libertad de decisión.
- b) ¿Pueden identificar algún costo para los hombres vinculado a esa libertad de decisión?
- c) ¿Pueden identificar algún costo para las mujeres vinculado al ejercicio de este privilegio por parte de los hombres?

### Parte IV.

- 15 minutos

Cada grupo presenta una síntesis de sus respuestas, y entre todo el grupo, pueden agregar situaciones a la lista. Se les pregunta si les resultó fácil o difícil reconocer esas situaciones y se abre plenaria a partir de las siguientes preguntas:

- ¿Por qué son privilegios?
- ¿Respecto a quienes se tiene privilegios?
- ¿Está a nuestro alcance hacer algo para cambiar esas situaciones?
- ¿Qué podríamos hacer?

### Apuntes para la reflexión:

Los privilegios consisten en una serie de beneficios especiales, ventajas sociales de un grupo respecto a otros. En este caso, hablamos de privilegios de los hombres a los que las otras identidades de género no acceden, o no lo hacen en la misma medida ni con la misma facilidad.

La mayor dificultad de este ejercicio es que los privilegios son generalmente irreconocibles para los privilegiados, y que hay muchas resistencias a reconocerlos como tales, ya que asumirlos implica identificar que muchas de las ventajas con las que se cuenta a diario como hombres, constituyen injusticias y desigualdades.

### Observaciones para la facilitación:

Esta es una actividad de profundización en el tema de masculinidades, es importante haber trabajado roles y estereotipos de género previo a la misma.

Está dirigida a hombres, aunque puede ser trabajada con grupos mixtos, tomando en cuenta que el objetivo es reflexionar sobre los privilegios de la masculinidad, profundizando en la asignación de roles de género y no solo diferenciando entre roles.

Se debe asegurar contar con un espacio físico lo suficientemente amplio para que las personas del grupo puedan desplazarse libremente sin chocar con objetos o entre sí fácilmente. Además, la persona facilitadora debe liberar el espacio físico de manera que no haya objetos en el medio mientras las personas se desplazan y se mueven.

## Actividad 10: Rally de derechos humanos

<b>Tema:</b>		Derechos Humanos/juventudes.
<b>Objetivos:</b>		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Conocer la Declaración Universal de los Derechos Humanos y su aplicación en la vida cotidiana.</li> <li>2. Conocer la Convención Iberoamericana de Derechos de los Jóvenes.</li> </ol>
<b>Nº de personas:</b>		Hasta 30 personas.
<b>Duración:</b>		60 - 90 minutos.
<b>Materiales:</b>		Declaración Universal de los Derechos Humanos impresa, tarjetas de color, impresos de preguntas (Ver anexos), sobres de papel rotulados con cinco colores y una pelota pequeña o mediana.

\*En las variantes adicionales se incluyen algunos derechos sexuales y derechos reproductivos, así como algunos artículos de la Convención Iberoamericana de Derechos de los Jóvenes.

## DESCRIPCIÓN

### Parte I.

#### Preparación previa

Con antelación a la actividad se debe preparar cinco sobres de papel, identificar cada sobre con un color diferente.

La persona facilitadora debe recortar con antelación el anexo 1 que trae un artículo de la Declaración Universal de los Derechos Humanos, una pregunta que permite comprender mejor cada derecho y un reto (Ver anexo 1). Cada artículo, reto y pregunta van juntos y traen una marca para recortar. Puede imprimirlo y usarlo o hacer tarjetas, de un lado vendrá el derecho, en la parte de atrás el reto y la pregunta. Se deberá marcar cada papel con el color correspondiente a cada grupo, tratando siempre de incluir el mismo número de tarjetas o papeles para cada grupo.

Sin que el grupo lo note, se distribuyen los papeles recortados en el espacio donde se facilita la actividad. Se deben colocar las preguntas en lugares relativamente visibles y de fácil acceso.

## Parte II.

### Formación de Equipos y realización del Rally

- 30 minutos
- 1. Se debe dividir al grupo en cinco subgrupos y asignar a cada grupo un color, de inmediato se debe entregar el sobre vacío con la marca de color.
- 2. Indique a cada grupo que deberán buscar pistas (papeles) con la marca del color de su sobre, allí habrá preguntas y retos.

3. Deberán leer el derecho, realizar el reto y contestar la pregunta antes de pasar a la siguiente pregunta.
4. Señale que no podrán esconder o responder las preguntas de otro equipo si las encuentran.
5. Se realiza el rally. El grupo que encuentre más rápido sus pistas, responda a las preguntas y realice los retos, tendrá que avisar a la persona facilitadora.

## Parte III.

### Cierre de la actividad

- 30 minutos

Al término de la búsqueda, los subgrupos se juntarán en un solo grupo y compartirán la información que encontraron; de esa forma, todos los grupos conocerán la Declaración Universal de los Derechos Humanos y las reflexiones a las que llegaron en su recorrido.

#### Apuntes para la reflexión:

Toda persona tiene derechos simplemente por el hecho de ser humano. Es importante conocer los derechos, para ejercerlos en la vida cotidiana. Muchas veces hablamos sobre los derechos humanos, o en general sobre los derechos, pero no los conocemos realmente, los vemos como algo abstracto o lejano, siendo así, debemos conocer también los mecanismos de protección de los derechos humanos y los mecanismos de denuncia para cuando estos son violentados.

La Declaración Universal de los Derechos Humanos es el documento del cual se desprenden otros instrumentos tales como las Declaraciones, las Convenciones, los Pactos o los Tratados, que establecen más específicamente cuales son las garantías que los Estados deben de asegurar a todas las personas, de acuerdo con sus especificidades, por ejemplo, los derechos sexuales

y reproductivos, los derechos de las personas jóvenes, los derechos de las niñas y los niños, entre otras.

### **Observación para la facilitación:**

Las variantes que se plantea, consiste en adecuar la actividad para trabajar la Convención Iberoamericana de Derechos de los Jóvenes. (Ver Anexo 2).

Anexo 1:	Declaración Universal de los Derechos Humanos
<b>Artículo 1: Todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos.</b>	
Pregunta: Describan con sus propias palabras qué es para ustedes igualdad y dignidad.	
RETO: Todo el grupo hace una estatua grupal usando sus cuerpos para representar este derecho.	
<b>Artículo 2: Toda persona tiene los derechos y libertades proclamados en esta Declaración, sin distinción alguna.</b>	
Pregunta: Mencione dos distinciones que podrían hacerse a alguna persona, donde se estaría violentando este derecho.	
RETO: Todo el grupo hace una coreografía improvisada mientras canta una canción de moda. Luego pueden pasar a la siguiente pista.	
<b>Artículo 3: Todo individuo tiene derecho a la vida, a la libertad y a la seguridad de su persona.</b>	
Pregunta: ¿Cuáles son algunas libertades que tenemos los seres humanos?	
RETO: Escojan a un representante que diga en voz alta tres veces “corre pollo renco”. Hasta que lo digan correctamente pueden pasar a la siguiente pista.	

**Artículo 4: Nadie estará sometido a esclavitud ni a servidumbre.**

Pregunta: Expliquen qué entienden por esclavitud.

RETO: El grupo deberá plantearle una adivinanza a alguien de otro grupo, solamente cuando dé la respuesta correcta, podrán avanzar hacia la siguiente pista.

**Artículo 5: Nadie será sometido a torturas, ni a penas o tratos crueles, inhumanos o degradantes.**

Pregunta: Comenten ¿cuál sería un ejemplo de un trato inhumano, cruel o degradante en la actualidad?

RETO: Lograr que en cinco segundos una pelota pase por las dos manos de todas las personas del grupo. Deben ponerse de acuerdo para resolver.

**Artículo 9: Nadie podrá ser arbitrariamente detenido, preso ni desterrado.**

Pregunta: ¿Conocen algún caso reciente en el que se haya detenido a personas injustamente?

RETO: Todo el grupo debe frotarse el estómago y darse palmaditas en la cabeza al menos tres veces. Si una persona se equivoca ¡Vuelvan a intentarlo!

**Artículo 11: Toda persona acusada de delito tiene derecho a que se presuma su inocencia mientras no se pruebe su culpabilidad.**

Pregunta: ¿Qué es para ustedes la justicia?

RETO: Busque en el grupo al menos cuatro llaves diferentes.

**Artículo 12: Nadie será objeto de injerencias arbitrarias en su vida privada.**

Pregunta: ¿Qué tipo de acciones podrían lesionar este derecho?

RETO: Todo el grupo se dará un saludo con una parte del cuerpo no habitual. Por ejemplo: saludo de oreja, saludo de rodilla, saludo de codo, saludo de cabeza, etc.

**Artículo 13: Toda persona tiene derecho a circular libremente y a elegir su residencia en el territorio de un Estado.**

Pregunta: A este tipo de libertad se le conoce como Libertad de...

RETO: Escriban tres nombres que empiecen con la letra E.

**Artículo 14: En caso de persecución, toda persona tiene derecho a buscar asilo y a disfrutar de él en cualquier país.**

Pregunta: ¿Conocen alguna persona que se encuentre fuera de su propio país? ¿Saben cuál es la diferencia entre una persona refugiada o solicitante de asilo y una persona migrante?

RETO: Todo el grupo intercambiará una prenda entre sí (no tiene que ser la ropa y los zapatos, pueden ser objetos, etc.).

**Artículo 15: Toda persona tiene derecho a una nacionalidad.**

Pregunta: Mencione las cinco nacionalidades de las personas nacidas en Centroamérica.

RETO: Todo el grupo mencionará al menos una comida típica de un país diferente del que nació.

**Artículo 18: Toda persona tiene derecho a la libertad de pensamiento, de conciencia y de religión.**

Pregunta: “No hay barrera, cerradura ni cerrojo que puedas imponer a la libertad de mi mente”, Virginia Woolf. ¿Pueden explicar qué significa para ustedes esta frase?

RETO: Formen un verso o una frase que mencione la palabra “Libertad”.

**Artículo 19: Todo individuo tiene derecho a la libertad de opinión y de expresión.**

Pregunta: ¿Consideran que la libertad de expresión es ilimitada?

RETO: Cada persona dirá en su grupo una cosa que le gusta y una cosa que no le gusta.

**Artículo 20: Toda persona tiene derecho a la libertad de reunión y de asociación pacíficas.**

Pregunta: Mencionen al menos tres lugares donde las personas se reúnen.

RETO: Canten el coro de una canción infantil que aprendieron en su infancia.

**Artículo 24: Toda persona tiene derecho al descanso y al disfrute del tiempo libre.**

Pregunta: En grupo comenten cuál es su pasatiempo favorito.

RETO: Tendrán que buscar dentro del salón tres objetos de color azul.

**Artículo 25: Toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado que le asegure, así como a su familia, la salud y el bienestar, y en especial la alimentación, el vestido, la vivienda, la asistencia médica y los servicios sociales necesarios.**

Pregunta: ¿Cuál puede ser una razón por la que las personas no pueden disfrutar de estas condiciones?

RETO: Busque tres objetos de color rojo dentro del salón.

**Artículo 26: Toda persona tiene derecho a la educación.**

Pregunta: ¿Hasta qué edad las personas pueden acceder a la educación?

RETO: Todas las personas del grupo compartirán cuál fue la última cosa nueva que aprendieron.

**Artículo 27: Toda persona tiene derecho a tomar parte libremente en la vida cultural de la comunidad.**

Pregunta: Hay alguna actividad relacionada con arte y cultura de la que les guste participar. Cuente al grupo cuál es su favorita.

RETO: Mencione el nombre de algún artista o artesano de su país y cuente lo que hace.

**Artículo 29: Toda persona tiene deberes respecto a la comunidad.**

Pregunta: Mencionen tres deberes que tenemos las ciudadanas y los ciudadanos.

RETO: Busque a alguien que ande una prenda de color negro en los otros grupos y pídale que silbe.

**Anexo 2:**

**Rally de derechos Convención Iberoamericana de Derechos de los Jóvenes**

**Artículo 6: Derecho a la igualdad de género.**

Pregunta: Describan con sus propias palabras qué es para ustedes igualdad y género.

RETO: Todo el grupo hace una estatua grupal usando sus cuerpos para representar este derecho.

**Artículo 13: Derecho a la justicia.**

Pregunta: Mencione dos situaciones donde se estaría violentando este derecho.

RETO: Todo el grupo hace una coreografía improvisada mientras canta una canción de moda. Luego pueden pasar a la siguiente pista.

**Artículo 10: Derecho a la integridad personal**

Pregunta: ¿Qué significa para ustedes integridad personal?

RETO: Escojan a un representante que diga en voz alta tres veces “corre pollo renco”. Hasta que lo digan correctamente pueden pasar a la siguiente pista.

**Artículo 11: Derecho a la protección contra los abusos sexuales.**

Pregunta: ¿Qué medidas se pueden tomar para denunciar los abusos sexuales?

RETO: El grupo deberá plantearle una adivinanza a alguien de otro grupo, solamente cuando dé la respuesta correcta, podrán avanzar hacia la siguiente pista.

**Artículo 16: Derecho a la libertad y seguridad personal.**

Pregunta: Comenten ¿cuál sería un ejemplo de libertad?

RETO: Lograr que en cinco segundos una pelota pase por las dos manos de todas las personas del grupo.

**Artículo 17: Libertad de pensamiento, conciencia y religión.**

Pregunta: ¿Conocen algún caso reciente en el que se haya violentado este derecho?

RETO: Todo el grupo debe frotarse el estómago y darse palmaditas en la cabeza al menos tres veces. Si una persona se equivoca ¡Vuelvan a intentarlo!

**Artículo 18: Libertad de expresión, reunión y asociación.**

Pregunta: ¿Consideran que la libertad de expresión es ilimitada? Mencionen al menos tres lugares donde las personas se reúnen.

RETO: Escriban tres nombres que empiecen con la letra E.

**Artículo 19: Derecho a formar parte de una familia.**

Pregunta: Mencionen dos situaciones donde no se respeta este derecho.

RETO: Todo el grupo intercambiará una prenda entre sí (no tiene que ser la ropa y los zapatos, pueden ser objetos, etc.).

### **Artículo 21: Participación de los jóvenes.**

Pregunta: Mencione al menos tres espacios de decisión donde deben y pueden participar jóvenes

RETO: Todo el grupo mencionará al menos una comida típica de un país diferente del que nació.

### **Artículo 22: Derecho a la educación**

Pregunta: ¿Hasta qué edad las personas pueden acceder a la educación?

RETO: Formen un verso o una frase que mencione la palabra “Aprendizaje”.

### **Artículo 23: Derecho a la educación sexual.**

Pregunta: ¿Qué contempla la educación sexual y qué instituciones deben brindarla?

RETO: Cada persona dirá en su grupo una cosa que le gusta y una cosa que no le gusta.

### **Artículo 24: Derecho a la cultura y al arte.**

Pregunta: Hay alguna actividad relacionada con arte y cultura de la que les guste participar. Cuenten al grupo cuál es su favorita.

RETO: Tendrán que buscar dentro del salón tres objetos de color azul.

### **Artículo 25: Derecho a la salud**

Pregunta: ¿Los centros de salud tienen medidas de atención diferentes para las y los jóvenes?

RETO: Busque tres objetos de color rojo dentro del salón.

### **Artículo 26: Derecho al trabajo**

Pregunta: ¿Sabían a qué edad es posible comenzar a trabajar y en qué condiciones?

RETO: Busque a alguien que ande una prenda de color negro en los otros grupos y pídale que silbe.

Actividad 11: Manifestaciones adultistas	
<b>Tema:</b>	 Enfoque de juventudes.
<b>Objetivos:</b>	 Identificar las distintas formas en las que se manifiesta el adultocentrismo, tanto en las actitudes, como en expresiones verbales.
<b>Nº de personas:</b>	 Indefinido.
<b>Duración:</b>	 60 minutos.
<b>Materiales:</b>	 Fichas con frases y manifestaciones adultistas.

## DESCRIPCIÓN

### Parte I.

#### Preparación del espacio

Previo al ingreso de las y los participantes al salón, se colocan las sillas en dos filas (una silla detrás de la otra), de tal manera que los participantes solo puedan mirar al frente y no puedan mirarse la cara.

### Parte II.

#### Desarrollo de la actividad

Con tono autoritario, la persona facilitadora indica a las personas participantes que deben sentarse en silencio absoluto. Para poner más intensidad al tono autoritario, puede incluso pedirles a participantes específicos que se cambien de lugar. Es importante que quien facilite la actividad sostenga consistentemente el papel de “figura autoritaria”, para que la técnica tenga éxito. Una vez que las personas participantes se encuentren

sentadas, se les indica que deben poner mucha atención y seguir las indicaciones que se van dando. De este modo, se les pide en primera instancia que cierren sus ojos y que sigan las siguientes instrucciones:

Sin abrir sus ojos, pónganse de pie aquellas personas que, durante su niñez, adolescencia y juventud, han escuchado de personas adultas decirle algunas de las siguientes frases:

- *Ahora no. No tengo tiempo.*
- *Usted es demasiado chiquita(o) para entender.*
- *De eso hablamos más tarde.*
- *Váyase para su cuarto.*
- *No hasta que termine su tarea.*
- *Siga comiendo hasta que deje el plato limpio.*
- *Con lo que me mato trabajando por usted.*
- *Espérese a tener hijos para que vea.*
- *Espere a que llegue su papá y va a ver...*
- *Cuando yo tenía su edad las cosas si eran difíciles.*
- *Haga lo que yo digo.*
- *No. En esta casa no.*
- *Porque lo digo yo y punto.*
- *Enderécese. Siéntese bien.*
- *No me conteste de esa manera.*
- *¿Eso es lo mejor que usted puede hacer?*
- *Usted es solo un(a) mocoso(a).*
- *Póngame atención cuando le estoy hablando.*
- *¡Qué estúpido(a)!*
- *Cállese ya.*
- *Más respeto conmigo.*
- *Esto me duele a mí más que a usted.*
- *A su mamá ni una palabra de esto.*
- *Vaya a su cuarto y se pone ropa decente.*
- *Apague esa condenada televisión.*
- *Salga inmediatamente de aquí.*
- *Ahora sí. Tenga lo que ha estado buscando.*
- *Qué va a saber usted de eso... usted no tiene experiencia.*
- *Son demasiado inmaduros.*
- *Claro como a los jóvenes no les importa nada.*
- *Estamos hablando de cosas serias...tenga más respeto.*

Después de que se han leído de forma vehemente las frases anteriores y las(os) participantes se han ido poniendo en pie, se les pide que abran sus ojos y que, sin decir una sola palabra, miren a su alrededor. Se dan unos 15 segundos para que las personas participantes miren a su alrededor.

Pídales que vuelvan a cerrar sus ojos para seguir las siguientes instrucciones:

Sin abrir sus ojos, sírvanse sentarse aquellas personas que recuerdan...

- *...haber sido llamadas con un apodo por una persona de más edad.*
- *...que su ropa o apariencia fue alguna vez criticada por una persona adulta o de mayor edad.*
- *...que alguna vez fue llamada(o) estúpida(o) o hecho sentir menos inteligente que otras personas, por una persona adulta o de mayor edad.*
- *...haber sido ignorada(o), atendida(o) de última(o) o vigilada(o) con desconfianza en una tienda.*
- *...haber sido advertida(o) de ser muy joven para entender de lo que se hablaba.*
- *...haber visto invadida su privacidad personal de alguna forma por una persona adulta o de mayor edad.*
- *...haber recibido mentiras de parte de una persona adulta o de mayor edad.*
- *...haber sido engañada(o) o entrampada(o) en asuntos de plata por una persona adulta o de mayor edad.*
- *...haber recibido menos paga que una persona adulta o de mayor edad por hacer el mismo trabajo.*
- *...haber sido regañado por consumir alcohol o fumar por una persona adulta o mayor que también lo ha hecho.*
- *...que una persona adulta o de mayor edad se negó o evitó abrazarla(o), acogerla(o) o mostrarle afecto cuando usted lo necesitó.*
- *...haber sido sujeta(o) o acorralada(o) físicamente por una persona adulta o de mayor edad.*
- *...haber recibido gritos por parte de una persona adulta o de mayor edad.*
- *...haber sido amenazada(o) físicamente por una persona adulta o de mayor edad.*
- *...haber sido golpeada(o) o agredida(o) por una persona adulta o de mayor edad.*
- *...haber sido ignorada(o) o ridiculizada(o) por una persona adulta o de mayor edad al dar su opinión o sus ideas respecto de algún asunto.*

## Parte III.

### Primera Reflexión

Después de que se han leído las frases anteriores y las personas participantes se han ido sentando, se les pide que, nuevamente, abran sus ojos y se acerquen a la persona que tienen a su lado para compartir lo que la técnica les ha hecho sentir. Debe enfatizarse que compartan los sentimientos, afectos, emociones, recuerdos que la técnica movilizó en ellas y ellos.

Para esto se les brinda unos 10 minutos de tiempo.

## Parte IV.

### Reflexión Grupal

Posteriormente se le pide al grupo que se sienten en un círculo totalmente cerrado (que nadie quede fuera, que todas las personas puedan verse la cara y que los asientos estén uno al lado del otro sin que exista demasiada distancia entre ellos); y se facilita un espacio en el que, en primera instancia, las y los participantes puedan compartir las conclusiones obtenidas en el trabajo en pareja.

Es importante procurar que el grupo se mantenga primero en el compartir de re-vivencias y recuerdos,

así como de afectos, emociones y sentimientos vinculados. Luego es importante reconstruir con el grupo lo acontecido en la técnica para poder visibilizar y reflexionar sobre las “dinámicas del poder” presentes en ella, y su relación con las actitudes que las personas adultas asumen frente a niñas, niños y personas adolescentes.

Desde esta perspectiva, es importante plantear en la discusión grupal el tema del **adultocentrismo** y sus **manifestaciones adultistas** en la vida cotidiana y en las relaciones que se establecen entre las personas adultas y las personas jóvenes.

## Parte V.

### Adultocentrismo internalizado

También es importante llevar al grupo a reflexionar sobre el “adultocentrismo internalizado”, esto es las prácticas adultistas que las y los jóvenes desarrollan con otras(os) jóvenes menores.

Esta última reflexión puede generarse en el grupo de discusión, pero si no apareciera podría desarrollarse una tercera parte del ejercicio pidiéndoles que vuelvan a cerrar sus ojos y repetir la siguiente instrucción:

*Sin abrir sus ojos, sírvanse ponerse de pie aquellas personas que recuerdan alguna vez...*

- ...haber llamado con un apodo a una persona de menor edad.
- ...haber criticado la ropa, apariencia o gustos musicales de una persona de menor de edad.
- ...haber llamado estúpida(o) o hecho sentir menos inteligente que otras personas a una persona de menor edad.
- ...haber ignorado, atendido de última(o) o vigilado con desconfianza a una persona de menor edad en una tienda u otro lugar.
- ...haber advertido a una persona de menor edad de ser muy joven para entender de lo que se hablaba.
- ...haber invadido de alguna forma la privacidad personal de una persona de menor edad.
- ...haber mentido a una persona de menor edad.
- ...haber engañado o entrampado en asuntos de plata a una persona de menor edad.
- ...haber pagado menos dinero a una persona de menor edad por hacer el mismo trabajo que una persona adulta o mayor.
- ...haber regañado a una persona de menor edad por hacer algo que usted también ha hecho.
- ...haberse negado o haber evitado abrazar, acoger o mostrar afecto a una persona

de menor edad sabiendo que lo necesitaba.

- ...haber sujetado o acorralado físicamente a una persona de menor edad.
- ...haber gritado a una persona de menor edad.
- ...haber amenazado físicamente a una persona de menor edad.
- ...haber golpeado o agredido a una persona de menor edad.
- ...haber ignorado o ridiculizado a una persona de menor edad que dio su opinión o sus ideas respecto de algún asunto.

### Apuntes para la reflexión:

El **adultocentrismo** es una manifestación de las relaciones de poder asimétricas, que se instaura a partir de las jerarquías sociales. Tener más edad equivale a tener mayor jerarquía, por tanto, las niñas, niños, adolescentes y jóvenes están en una posición de subordinación e inferioridad. Lo que sostiene esta situación es la idea de que la adultez es la cúspide del desarrollo, la persona adulta se presenta, como el ideal superior, mientras que la adolescencia es minimizada como una etapa de crisis y de transformación.

Algunos de sus mecanismos son la descalificación, la humillación y la anulación de las capacidades de las personas menores de edad o jóvenes, así como la subvaloración de sus aportes.

*A la voz de las personas adultas se les da más importancia que a la de las personas menores de edad, adolescentes y jóvenes.*



El adultismo, es el conjunto de conductas que sostienen esta desigualdad. Este se puede ver reflejado en diversos espacios: en las familias, a través de las relaciones padre/madre -hijas/hijos, en los espacios académicos en la relación docente-estudiante, en las instituciones mediante la relación funcionaria/o-usuaria(o), y en otro tipo de relaciones, donde a partir de una diferencia de edad, la persona adulta ejerce un poder opresivo sobre la persona de menor edad. Cuando las personas adolescentes internalizan estos mensajes

negativos o estereotipos que construyen y usan las y los adultos, es muy posible que comiencen a utilizarlos con otras personas menores de edad como niñas y niños.

El enfoque de juventudes reconoce a las personas adolescentes y jóvenes como seres humanos que recorren una etapa del ciclo vital de suma importancia. Visibiliza de manera positiva e integral a las personas jóvenes, reconociendo sus diferencias, derriba mitos y estereotipos y promueve su protagonismo.

 <b>Actividad 12: El bosque de sonidos rituales<sup>5</sup></b>	
<b>Tema:</b>	 <p style="text-align: center;">Interculturalidad.</p>
<b>Objetivos:</b>	 <p style="text-align: center;">1. Potenciar el reconocimiento de las diversidades culturales en los espacios cotidianos. 2. Promover el respeto de la diversidad cultural.</p>
<b>Nº de personas:</b>	 <p style="text-align: center;">Indefinido*</p>
<b>Duración:</b>	 <p style="text-align: center;">20-30 minutos.</p>
<b>Materiales:</b>	 <p style="text-align: center;">N/A.</p>
<p>* Se recomienda valorar la definición de un número reducido de integrantes para esta actividad, ya que se requiere un nivel importante de espontaneidad por parte de las personas participantes, quienes se pueden sentir inhibidas en un grupo muy grande</p>	

<sup>5</sup> Tomada y adaptada de: Juegos para actores y no actores, Augusto Bual.

## DESCRIPCIÓN

El grupo se divide en dos partes iguales y se colocan de frente entre sí (no necesariamente en línea, puede ser como asemejando un cardumen, eso depende de la cantidad de personas y el espacio físico en el que se trabaja). Se invita a pensar que están en un bosque, o podría proponerse algún otro ambiente que resulte más cercano o familiar para las personas participantes, y que se caracterice por su diversidad de elementos. Ej. *El muelle, la playa, la montaña.*

Una persona de alguno de los dos grupos emite con su voz un sonido determinado asociado a ese ambiente. Ej. *El sonido de un animal del bosque o el sonido del viento.* El resto de participantes en su grupo imitan ese sonido al mismo tiempo, repetidas veces; e inmediatamente, una persona del otro grupo responderá espontáneamente con una imagen en movimiento relacionada con dicho sonido. El resto de personas de su grupo repetirán ese movimiento, mientras el otro grupo continúa haciendo su sonido. Se busca que se repita el sonido simultáneamente del movimiento dos o tres veces.

Continuando con el ejemplo del viento, un movimiento podría ser levantar sus manos sobre su cuerpo y ondearlas de izquierda a derecha, una y otra vez. Pero también podría ser subir y bajar sus brazos extendidos simulando el movimiento de un ave. Aquí pueden echar su imaginación a volar, no hay sonidos ni movimientos “buenos” o “malos”, se trata de un ejercicio de espontaneidad y de asociar libremente sonidos con movimientos, eso sí, inspirados en un determinado ambiente o lugar.

A la señal de una palmada de la persona facilitadora, alguien del grupo que estaba haciendo un movimiento va a proponer un sonido, mientras que alguien del grupo que estaba haciendo un sonido va a proponer un movimiento, luego se repite. Después de ver varias propuestas (de tres a cinco propuestas), se repite el ejercicio, pero esta vez los sonidos estarán inspirados en un ritual en particular de la vida cotidiana (despertarse por la mañana, ir al trabajo o al colegio, volver del trabajo o del colegio, etc., también pueden echar la imaginación a volar).

### **Apuntes para la reflexión:**

Después de que varias personas hayan participado, y ver de unas tres a cinco propuestas más, en círculo o a manera de plenaria, se propone generar una reflexión a partir de las siguientes preguntas:

- A las personas que propusieron algún sonido o movimiento: ¿En qué se basaron para generar los sonidos e imágenes que fueron propuestas? Ej. *Lo vi o escuché en una película, lo vi o escuché estando en un lugar como ese, lo imaginé, etc.* (Las imágenes que generamos a partir de un estímulo están asociadas a nuestras experiencias, a lo que escuchamos o nos enseñaron en la casa, en el barrio, o la escuela. Por lo tanto, están asociadas a la cultura en la que crecemos).
- ¿Pueden pensar en diferentes movimientos de los propuestos para cada sonido? (La intención de esta pregunta es visibilizar que las imágenes están asociadas a imaginarios sociales y culturales, pero no se limitan a estos, no existen imágenes fijas para un sonido ni para una persona, grupo de personas o cultura. Los estereotipos en cambio son una negación de esta diversidad y, por lo tanto, propone imágenes fijas para representar a una persona o grupo de personas o cultura).
- ¿Qué entendemos por interculturalidad y qué tiene que ver con este ejercicio? (No se trata únicamente de encuentros entre culturas, sino de poder respetar mutuamente las diferencias que existen entre los puntos de vista, y desde una visión de derechos humanos, entender los límites en el respeto de la dignidad de las otras personas).

Frente a un sonido puede haber infinidad de posibilidades de imágenes, y viceversa, así como en muchos aspectos de la vida; sin embargo, muchas veces, en las sociedades generamos imágenes prefijadas acerca de una persona o un grupo de personas o una cultura y negamos otras posibilidades. ¡Demos espacio a la expresión de la diversidad! Recordemos que esta nos enriquece.

#### **Observaciones para la facilitación:**

Usar un lenguaje apropiado para cada grupo, dar las indicaciones despacio y poner ejemplos. Idealmente, se sugiere realizar el ejercicio en un espacio cerrado o tranquilo donde no haya muchos sonidos.

**Nota: Se sugiere realizar una actividad de calentamiento previa a este ejercicio, de manera que la improvisación de sonidos e imágenes sea más fluida entre las personas participantes.**

 <b>Actividad 13: Línea de interseccionalidades</b>		
<b>Tema:</b>		<b>Enfoques de género, derechos humanos, juventudes, diversidades, interseccionalidad.</b>
<b>Objetivos:</b>		<b>Analizar a partir de situaciones cotidianas, las múltiples exclusiones y discriminaciones a las que se enfrentan las personas.</b>
<b>Nº de personas:</b>		<b>De 10 en adelante.</b>
<b>Duración:</b>		<b>45 minutos.</b>
<b>Materiales:</b>		<b>Cinta adhesiva, carteles con los roles para cada persona, listado de situaciones cotidianas.</b>

## DESCRIPCIÓN

### Parte I.

#### Preparación del espacio y el grupo

Con cinta adhesiva se debe marcar dos líneas horizontales continuas en el piso, una será la línea de salida y otra la línea de llegada.

Entregue a cada persona un papel que representa una identidad/rol dentro de la sociedad (Ver anexo: Roles), dé un tiempo prudente para que las personas puedan leer su personaje e interiorizar cómo es esa persona, pídale que traten de conocer su personaje, de imaginar cómo viven, qué hacen, cómo es su familia, entre otros.

Posteriormente, se debe solicitar que se coloquen de manera horizontal a lo largo de la línea de salida.

Se irán leyendo situaciones cotidianas y solo aquellas personas quienes creen que su personaje pueda realizar dicha situación o actividad, darán un paso.

## VARIACIÓN:

Utilice pañuelos o tiras de tela para tapar los ojos de las personas participantes, pídeles que se tomen de la mano, tomando en cuenta que no debe dejar de dar pasos si su personaje se lo permite, si fuera necesario, debe soltar la mano de las personas que tengan a la par y que no les permita avanzar.

Las situaciones serán las siguientes:

- ¿Puede usted donar sangre?
- ¿Es considerada una persona que representa una amenaza para los demás?
- ¿Puede caminar de la mano con su pareja en vía pública?
- ¿Puede acceder a un trabajo fácilmente?
- ¿Puede acceder fácilmente a una carrera profesional?
- ¿Puede acceder a educación?
- ¿La mayoría de sus parientes le quieren y aceptan por lo que usted es?
- ¿Puede usted casarse, formar una familia y ser aceptado socialmente por eso?
- ¿Puede acceder fácilmente a los servicios de salud en Costa Rica?
- ¿Puede adoptar un hijo o una hija?
- ¿Se siente usted en condiciones de igualdad con respecto a sus compañeros de trabajo o estudio?
- ¿Vive usted en un vecindario seguro?
- ¿Se siente segura/o de caminar por calles oscuras?
- ¿Confía en ser tratada/o con justicia por la policía?
- ¿Confía en que le respeten a usted y a su cuerpo sin temor al acoso?
- ¿Puede usted llegar a ser una persona líder en su comunidad y que se le respete y reconozca como tal?
- ¿Puede hablar abiertamente acerca de su trabajo?
- ¿Si su pareja muere podría usted ser reconocido como su pariente más cercano sin reservas?
- ¿Espera usted recibir una buena atención en los servicios públicos?
- ¿La mayoría de las personas reconocen sus capacidades?
- ¿Tiene posibilidades de sacar una carrera universitaria?
- ¿Recibe el mismo salario que otra persona con sus mismas calificaciones profesionales?
- ¿Puede solventar sus gastos y pagar sus cuentas?
- ¿Puede ser sujeta(o) de un crédito bancario?
- ¿Sus opiniones son escuchadas y respetadas?

Cuando ya se han hecho la mayoría de preguntas, se le pide al grupo que desde el lugar en que está observe a su alrededor.

Uno a uno vaya preguntando al grupo qué personaje era.

Cuando todas las personas han dicho su personaje, invíteles a sentarse y abra la plenaria a partir de las siguientes reflexiones:

### **Preguntas generadoras:**

- ¿Qué personajes llegaron primero a la meta?
- ¿Quiénes se quedaron a mitad de camino?
- ¿Quiénes avanzaron menos?
- ¿Cuáles son las razones por las que unas personas pueden avanzar más rápido que las otras?
- ¿Qué podemos hacer para que todas las personas pudieran avanzar de la misma manera?
- ¿Qué sintieron al ver que avanzaban sin sus compañeros y compañeras?

Si se aplica la variante agregar estas dos preguntas:

- ¿Qué sintieron al tener que caminar sin la compañía de otra persona?
- ¿Cómo interpretar el hecho de tener que soltar la mano de la persona que tenían a la par?

### **Apuntes para la reflexión:**

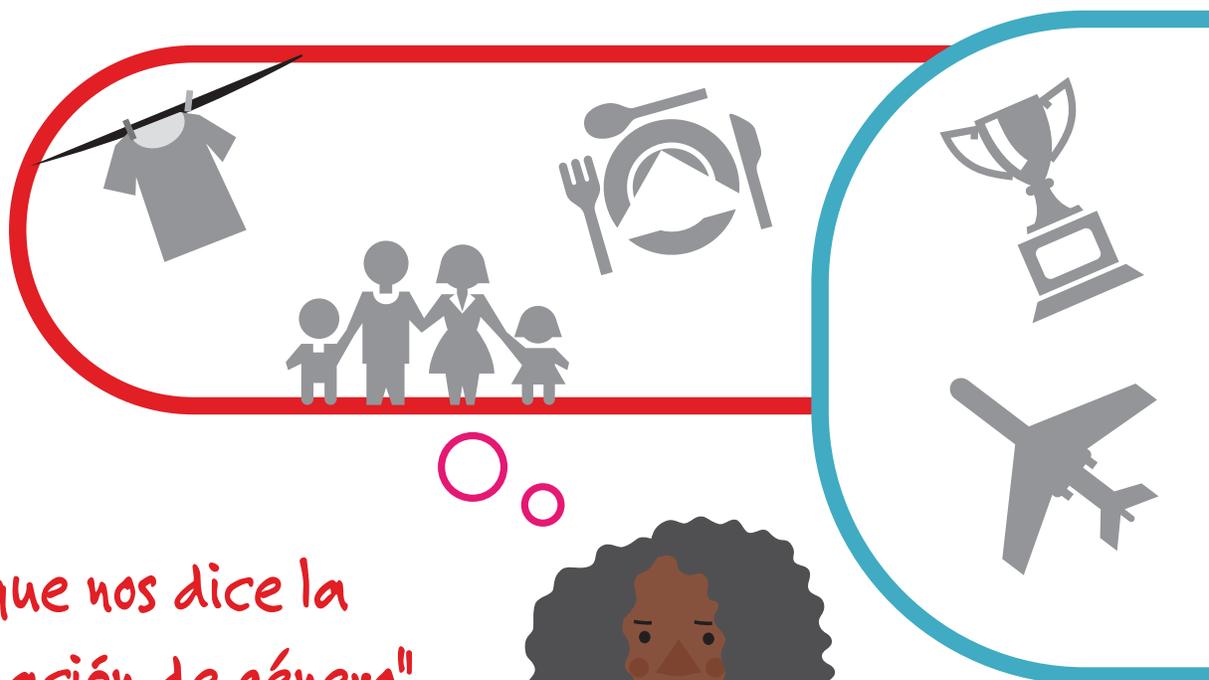
Los enfoques nos ayudan a mirar en profundidad un tema en particular, al tiempo que nos dan perspectiva para analizar cómo se conjugan diferentes factores en un mismo caso. Si miramos desde los diferentes enfoques como género, diversidad, inclusión, interculturalidad, e incluso sobre el enfoque de derechos humanos, podemos comprender que las relaciones de poder están presentes, muchas de ellas han sido legitimadas al punto de concebir las desigualdades y los mecanismos de opresión como normales o naturales. Estas desigualdades y opresiones pueden agravarse por razones de género, etnia, lugar de procedencia o clase social.

### **Observaciones para la facilitación:**

Es recomendable que durante la dinámica la persona facilitadora profundice sobre algunas de las discriminaciones que viven las personas por razones de género, orientación sexual, discapacidad, nacionalidad, origen étnico, situación socioeconómica, entre otras; y cómo estas se cruzan creando condiciones de mayor vulnerabilidad y violencia para algunas personas.

## Anexo: ROLES

Mujer sorda	Persona usuaria de silla de ruedas	Madre soltera de tres hijos	Hombre desempleado
Mujer trabajadora sexual	Mujer afrodescendiente	Persona adulta mayor	Jugadora de fútbol
Mujer lesbiana	Hombre abogado	Persona con VIH	Persona refugiada
Político con alta calidad de vida	Persona con discapacidad visual	Juez de la República	Jugador de fútbol
Hombre refugiado	Hombre heterosexual	Adolescente madre de 14 años	Persona ex privada de libertad
Hombre de 40 años gerente de tecnologías de información	Mujer trabajadora doméstica	Músico famoso	Hombre bailarín de ballet
Adolescente gay	Padre soltero	Mujer migrante	Persona indigente de 40 años
Hombre adolescente de 14 años que vive en zona urbano marginal	Mujer sobreviviente de violencia que depende económicamente de su pareja	Mujer indígena que trabaja en una bananera	Hombre pescador de 40 años



"Lo que nos dice la socialización de género"

 <b>Actividad 14: ¿Los otros y nosotros?</b>		
<b>Tema:</b>		Enfoque de diversidades e interseccionalidad.
<b>Objetivos:</b>		Analizar las múltiples exclusiones y discriminaciones a las que se enfrentan distintos grupos de personas según género, origen étnico o condición socioeconómica.
<b>Nº de personas:</b>		Indefinido.
<b>Duración:</b>		35 minutos.
<b>Materiales:</b>		Imágenes impresas o en formato digital, proyector.



"Lo que nos dice la socialización de género"



## DESCRIPCIÓN

A partir de una serie de imágenes de personas, se exploran colectivamente los imaginarios sociales que existen alrededor de estas y su relación con las distintas opresiones y formas de violencias a las que se enfrentan.

Si hay personas no videntes, la persona facilitadora debe describir la imagen mostrada, procurando no emitir juicios ni opiniones, solo describir detalladamente.

### Parte I.

Se presentan las series de imágenes sugeridas que estarán divididas en dos series (Ver Anexo). Al final de la presentación para cada serie, se invita a las personas participantes a comentar lo primero que piensan sobre las personas de las imágenes, en este punto la persona facilitadora no interfiere con las impresiones del grupo, no emite juicios ni comentarios, solamente escucha lo que libremente digan lo que piensan sobre esas personas.

En un segundo momento, después de escuchar algunas impresiones (para cada serie de imágenes), se invita al grupo a seguir profundizando en los imaginarios que

evocan las imágenes, guiándose con las preguntas propuestas a continuación:

El orden propuesto sería:

#### SERIE A

- Presentación de serie de imágenes A
- Impresiones del grupo
- Preguntas

#### SERIE B

- Presentación de serie de imágenes B
- Impresiones del grupo
- Preguntas

#### Preguntas para ambos grupos:

- ¿A qué se dedican estas personas posiblemente?
- ¿Dónde viven estas personas? (país, ciudad, o región).
- ¿Si se topan a esta persona en la calle, podría ser considerada que representa una amenaza para las demás?
- ¿Puede acceder a un trabajo fácilmente?
- ¿Puede acceder fácilmente a educación o una carrera profesional?
- ¿Podría ser tratada/o con justicia por la policía?
- ¿Puede solventar sus gastos y pagar sus cuentas?
- ¿Puede ser sujeta(o) de un crédito bancario?

- ¿Sus opiniones son escuchadas y respetadas?
- ¿Cuáles podrían ser algunas de sus preocupaciones?
- ¿Cuáles podrían ser algunos de sus miedos?

## Parte II.

Cuando ya se ha hecho el ejercicio para cada serie de imágenes, sin necesidad de decirlo para el resto del grupo (aunque si alguien quiere compartirlo puede hacerlo y será muy enriquecedor para la reflexión), se invita a las personas participantes que piensen con cuáles de esos grupos se identifican.

Enseguida se invita al grupo a reflexionar a partir de las siguientes preguntas:

- **¿Cuáles podrían ser los factores determinantes que generan desigualdad entre las personas de las primeras imágenes y las otras?** (Por ejemplo, su color de piel, su condición socioeconómica, su género, su edad, etcétera.)
- **¿Qué relación tiene esto con los tipos de violencia a los que se enfrentan estas personas? ¿Son las mismas formas de violencia para todas y todos? ¿Por qué sí o por qué no?**

Al final de la reflexión se revela que las imágenes seleccionadas para la serie A, son el resultado de una búsqueda simple en un buscador de internet, escribiendo las palabras

“mujeres exitosas” y “hombres exitosos”; mientras que las imágenes seleccionadas para la serie B, son el resultado de la búsqueda con las palabras “mujeres del tercer mundo” y “hombres del tercer mundo”.

### Apuntes para la reflexión:

Los enfoques de diversidad e interseccionalidad nos ayudan a mirar en profundidad un tema en particular, al tiempo que nos dan perspectiva para analizar cómo se conjugan diferentes factores en un mismo caso; a su vez, permiten comprender que las relaciones de poder están presentes en la vida cotidiana de todas las personas, pero se expresan de formas muy diferentes, generando experiencias de opresión y violencia diferentes.

Es importante resaltar cómo a partir de instituciones como la familia, escuela, los medios de comunicación y el Estado, se construyen y se reproducen una serie de imaginarios sociales sobre las personas (imágenes fijas de cómo deben ser y comportarse) de acuerdo con su género, corporalidad, nacionalidad, condición socioeconómica, orientación sexual, etcétera. Estos imaginarios pueden llegar a determinar las experiencias de vida y las posibilidades de acceso a derechos de las personas; constituyendo a las personas pobres y racializadas, generalmente, como “los otros”, aquello que no queremos llegar a ser o convertirnos en; o en dado caso, lo que debemos dejar de ser para poder ser como el ideal de éxito y belleza dominante.

## Observaciones para la facilitación:

Es recomendable que durante la dinámica la persona facilitadora aborde sobre algunas de las discriminaciones que viven las personas por razones de género, orientación sexual, discapacidad, nacionalidad, origen étnico, situación socioeconómica, entre otras; y cómo estas se cruzan creando condiciones de mayor vulnerabilidad y violencia para algunas personas.

### Anexos - SERIE A



## Anexos - SÉRIE A



## Anexos - SERIE B



## Anexos - SÉRIE B



# BIBLIOGRAFÍA

## Módulo Enfoques

ACNUDH (2006) *Preguntas frecuentes sobre el enfoque de derechos humanos en la cooperación para el desarrollo.*

<https://www.ohchr.org/Documents/Publications/FAQsp.pdf>

Caja Costarricense de Seguro Social CCSS. (2014). *Propuesta de manual técnico y de procedimientos para la atención integral de las personas adolescentes con énfasis en salud sexual y reproductiva.* San José Costa Rica.

Campos, A. (2007). *Así aprendimos a ser hombres. "Pautas para facilitadores de talleres de masculinidad en América Central".* San José, Costa Rica.

[https://www.ina.ac.cr/APIEG/Masculinidad/Asi\\_aprendimos\\_a\\_ser\\_hombres.pdf](https://www.ina.ac.cr/APIEG/Masculinidad/Asi_aprendimos_a_ser_hombres.pdf)

Consejo Nacional de Política Pública la Persona Joven. (2010). *El Enfoque de Juventudes: Hacia la visibilización positiva de las personas jóvenes.* CPJ, UNFPA. (1ª Edición). San José, Costa Rica.

Corte Interamericana de Derechos Humanos. (2017). *Opinión consultiva OC-24/17 del 24 de noviembre del 2017. Obligaciones estatales en relación con el cambio de nombre, la identidad de género, y los derechos derivados de un vínculo entre parejas del mismo sexo (Interpretación y alcance de los artículos 1.1, 3, 7, 11.2, 13, 17, 18 y 24, en relación con el Artículo 1 de la Convención Americana sobre Derechos Humanos).*

[https://www.corteidh.or.cr/docs/opiniones/seriea\\_24\\_esp.pdf](https://www.corteidh.or.cr/docs/opiniones/seriea_24_esp.pdf)

Duranti, R. (2011). *Diversidad sexual: Conceptos para pensar y trabajar en salud.* Ministerio de Salud de la Nación. Argentina.

[http://pmi.salta.gov.ar/Campanal2013/Contenidos/salud\\_sexual/2.%20Atenci%C3%B3n%20seg%C3%BAn%20poblaciones/3.%20Personas%20LGTB/Diversidad%20Sexual%20-%20Conceptos%20para%20pensar%20y%20trabajar%20en%20salud.pdf](http://pmi.salta.gov.ar/Campanal2013/Contenidos/salud_sexual/2.%20Atenci%C3%B3n%20seg%C3%BAn%20poblaciones/3.%20Personas%20LGTB/Diversidad%20Sexual%20-%20Conceptos%20para%20pensar%20y%20trabajar%20en%20salud.pdf)

EMAKUNDE Instituto Vasco de la mujer (2008). *Los hombres, la igualdad y las nuevas masculinidades.* Vitoria-Gasteiz. Comunidad autónoma del País Vasco.

[https://www.emakunde.euskadi.eus/contenidos/informacion/gizonduz\\_kanpainak/es\\_def/adjuntos/guia\\_masculinidad\\_cas.pdf](https://www.emakunde.euskadi.eus/contenidos/informacion/gizonduz_kanpainak/es_def/adjuntos/guia_masculinidad_cas.pdf)

Entreculturas. (2009). *Interculturalidad: claves para entendernos.*

[https://www.entreculturas.org/sites/default/files/interculturalidad\\_claves\\_para\\_entendernos.pdf](https://www.entreculturas.org/sites/default/files/interculturalidad_claves_para_entendernos.pdf)

Fondo de Población de las Naciones Unidas UNFPA. (2018). *Ley de autonomía personal: por el derecho a decidir mi proyecto de vida.* Fondo de Población de las Naciones Unidas, Consejo Nacional de Personas con Discapacidad (CONAPDIS). Costa Rica.

<https://costarica.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/cuaderno%20autonomi%CC%81a-baja.pdf>

Fondo de Población de las Naciones Unidas UNFPA. (2019a). *Visibilizar, incluir, participar. Estrategia VIP. Orientaciones para promover los derechos de las personas con discapacidad en el trabajo del Fondo de Población de las Naciones Unidas en América Latina y el Caribe.*

<https://lac.unfpa.org/es/publications/visibilizar-incluir-participar-estrategia-vip-orientaciones-para-promover-los-derechos>

Fundación SURT. (2012). *Maleta pedagógica. Un equipaje para la interculturalidad. Módulo 1: equidad de género.*

[http://www.surt.org/maletaintercultural/pdf/M1\\_Texto\\_de\\_apoyo.pdf](http://www.surt.org/maletaintercultural/pdf/M1_Texto_de_apoyo.pdf)

MASCS Instituto de Masculinidades y Cambio Social. (2019). *Varones y masculinidad(es). Herramientas pedagógicas para facilitar talleres con adolescentes y jóvenes.*

<http://www.codajic.org/node/4259>

Organización Internacional para las Migraciones OIM. (2016). *Migración y Poblaciones Lesbianas, Gais, Bisexuales, Trans e Intersexuales (LGBTIQ+) Módulo de sensibilización y capacitación de instituciones públicas, organizaciones sociales, colectivos y activistas LGBTI en la región mesoamericana.*

<https://publications.iom.int/books/migracion-y-poblaciones-lesbianas-gays-bisexuales-trans-e-intersexuales-lgbti>

Organización Internacional para las Migraciones OIM. (2017). *Migraciones e interculturalidad: guía para el desarrollo y fortalecimiento de habilidades en comunicación intercultural.*

[https://publications.iom.int/es/system/files/pdf/guia\\_migraciones.pdf](https://publications.iom.int/es/system/files/pdf/guia_migraciones.pdf)



Edificio A - Sigma, Piso I  
Costado oeste del Mall San Pedro,  
Montes de Oca, San José, Costa Rica  
Teléfono: 2527-8401 • Fax: 2253-8123  
Correo electrónico: [info@inamu.go.cr](mailto:info@inamu.go.cr) • [www.inamu.go.cr](http://www.inamu.go.cr)



Fondo de Población  
de las Naciones Unidas

Correo electrónico:  
[costarica.office@unfpa.org](mailto:costarica.office@unfpa.org)  
Teléfono: 2296-1265  
<https://costarica.unfpa.org>

UNFPA Costa Rica

