



LIBRES DE SER QUIENES SOMOS

Manual para educadores, facilitadores y coordinadores de voluntaries



A los autores y el Servicio Civil Internacional (SCI) les gustaría expresar sus agradecimientos a las organizaciones, grupos e individuos por sus contribuciones al desarrollo de este manual.

Por su duro trabajo en dar vida a las conversaciones que hicieron posible este libro: *SCI Germany, SCI Austria, SCI Hellas y PVN Albania*.

Por su edición, asesoramiento, contribución, conocimiento experto y compromiso en este tema: *Valerie Weidinger, Thomas Schallhart, Esther Wawerda, Melina Kalfanti, Tanja Michalczyk, Sonja Barac, Kerry Hargadon, Shirin Hodzheva, Nicolai Rosier, Oltiana Rama*.

Por el diseño: *Izabela Markova*

Por la puesta en papel de la versión en español: *Sol Tovar*

Por la traducción y adaptación al español: *Aran García Vidal, Laura Elías Casas, Laura Ramos Tomás, Sofía Antonellini y Sol Tovar*

La traducción de este manual al español es el fruto de una colaboración continua, que nos ha permitido reflexionar sobre la diversidad en varios aspectos de la lengua española. Abrazamos esa diversidad y es por ello que tomamos la decisión de escribir este texto de manera no-binaria, optando por los pronombres «elle» y «elles», los artículos «le» y «les», y el morfema de género «-e». De esta forma intentamos incluir a todas las personas y todos los géneros.

Celebramos la diversidad en todos los aspectos de la lengua y, si bien hemos procurado escribir de una manera neutra, para que este texto pueda ser entendido y utilizado en todos los países de habla hispana, puede ser que el vocabulario o las expresiones que hemos usado varíen en el texto, dejando entrever que es producto de varios colaboradores de orígenes diferentes. Consideramos que esto no es algo negativo sino todo lo contrario; demuestra que los hablantes del español tenemos la capacidad de entender a los otros, aunque sea distinto a nosotros”

Por dirigir la atención del SCI hasta el tema del género y coordinar el desarrollo de este manual: *the Gender Blenders Working Group*.

Por sus contribuciones en los debates en Atenas, Berlín, Kötschach-Mauthen, Tirana y otros: *Albert Gual-Cibeira, Ale Láke, Alexandra Day, Alexia Marcou, Alexia Marcou, Anamarija Gjorgova, Angelica Radicchi, Anita Kararaj, Anna Domínguez Serrano, Anna Sparynska, Barbora Nechanicka, Cam Lyttle, Carolina Priego Sanchez, Cesilia Masati, Christina Klisari, Despina Kochova, Dora Stilin, Elena Trajkovska, Eliane Preiswerk, Filip Vurnik, Florida Gashi, Greta Mészáros, Irdi Ismaili, Iva van Hoek, Julia Badrenas Gorchs, Keeva Carroll, Kevin Lehne, Krystyna Lewinksa, Lamy Hennache, Loretta Scherler, Magda Wdowczyk, Magdalena Wernik, Malin Frey, Marcy Vonarburg, Margit Burna, Marzia Marras, Mateja Jakšić, Matilda Zizolli, Mauro Zavattini, Mile Krstev, Mireia Josefa, Mirna Cipek, Muhammad Khoiril Huda, Nicla Meraviglia, Nikola Viktorinová, Nina Haag, Noah Christopoulou, Noah Marschner, Olivia Lange, Orestis Lydakís, Oscar Holzwart, Pajtesa Duraku, Paulina Andruszkiewicz, Petra*

Bárány, Pilar Díaz Clemente, Priya Koch, Reka Ecsér, Romane Picard, Samantha Huynh, Sara Moreno, Sergei Lutchenko, Sergio Dahdouh, Simon Jakob, Tereza Dychka, Tina Ugarkovic, Viviana Scozzaro, Yasmina Yasenova Ivanova, Yoana Ivanova, Zsófia Huszár.

Por su participación activa, también agradecemos a: *Transgender Equality Network Ireland, Fabryka Równości, Ljubljana Pride Association, Boramosa.*

Este manual ha sido desarrollado con el apoyo de la Fundación Europea de la Juventud del Consejo de Europa, bajo del proyecto *'Gendered Realities'*, y el Programa de Participación de la UNESCO. Los contenidos de este manual se basan en las consultas que tuvieron lugar durante la Sesión Internacional de Estudio sobre el Género organizada por el SCI (Tirana, Albania, 12-17 de febrero, 2019), así como en los debates de tres actividades previas financiadas por el Programa Erasmus+ perteneciente a la Unión Europea.

SCI Internacional opera con el apoyo del programa Europa para Ciudadanos de la Unión Europea.

Co-funded by the
Europe for Citizens Programme
of the European Union



La única responsabilidad por el contenido de este documento recae en sus autores. No refleja necesariamente la posición oficial del Consejo de Europa o de la UNESCO.

Publicado por *The Association of Service Civil International ivzw* | Belgijëlei 37, 2018, Antwerp, Belgium. Primera edición: 2019.

Este manual es un Recurso Educativo Abierto. Sean libres de usar y modificar los métodos en el espíritu del mensaje y el objetivo del grupo de trabajo del SCI *Gender Blender*, pero atribuyan (*SCI Internacional*) y compartan por igual (*share alike, SA*).

Tabla de Contenidos

Introducción

— PARTE I

1. Terminología básica
2. Crear un espacio seguro
3. Desafíos para el espacio seguro
4. Educación no formal (ENF)

— PARTE II

5. Técnicas y métodos de educación no formal
 - 5.1. Juegos: para romper el hielo y estimular
 - 5.1.1. Ensalada de frutas
 - 5.1.2. Bingo
 - 5.1.3. La historia de mi nombre
 - 5.1.4. Retratos
 - 5.1.5. Descripción de “nuestro espacio seguro”
 - 5.2. Terminología básica
 - 5.2.1. La Persona JenGénero
 - 5.2.2. Una actividad de género
 - 5.2.3. Lluvia de ideas, agrupación y definición de terminología básica

- 5.3. Reflexión: historias personales y estructuras de poder
 - 5.3.1. Introspección de género
 - 5.3.2. He hecho - no he hecho
 - 5.3.3. En un futuro ficticio antidemocrático
 - 5.3.4. ¿Qué es normal?
 - 5.3.5. La carrera del privilegio
 - 5.3.6. La Flor del Poder - The Power Flower
 - 5.3.7. Biblioteca viviente
 - 5.3.8. La silueta del amor
- 5.4. Mundo(s) moldeado(s) por el género
 - 5.4.1. Igualdad de género y derechos humanos
 - 5.4.2. Cuestionario sobre la igualdad de género
 - 5.4.3. Siguiendo las huellas
 - 5.4.4. Espacios y normativas de género
 - 5.4.5. Lecciones de género en cuentos de hadas
 - 5.4.6. La rueda de preguntas
 - 5.4.7. Teatro del/le oprime
 - 5.4.8. La agricultura, la comida y el género
- 5.5. La Violencia

- 5.5.1. Levántate si...
- 5.5.2. Barómetro de la Violencia
- 5.5.3. Un extraño día normal
- 5.5.4. Intervención microagresiones
- 5.5.5. Discusión silenciosa
- 5.6. LGBTQIA+
 - 5.6.1. Un sombrero lleno de preguntas
 - 5.6.3. Psicólogo de escuela
 - 5.6.4. ¡Destruyendo el género al bailar!: escena queer, cultura drag y cómo organizar un evento seguro e inclusivo

— PARTE III

- 6. Enlaces sugeridos
 - 6.1. Videos
 - 6.2. Películas
 - 6.3. Libros y artículos
- 7. Diccionario

INTRODUCCIÓN

Antecedentes al Manual

El “Free to be you and me” manual ha sido desarrollado por el grupo de trabajo del SCI Gender Blenders y SCI Internacional. Está basado en el trabajo de jóvenes y trabajadores juveniles que participaron en una serie de actividades del SCI Internacional sobre el tópico de género.

Tres actividades internacionales fueron sufragadas por el Programa Erasmus+ de la Unión Europea, coordinadas por SCI Germany (acogidas por SCI Germany y SCI Hellas) y SCI Austria, entre 2015 y 2018: “Picture Perfect? Breaking dangerous stereotypes based on Gender and Sexuality”, “Free to be you and me: Courage and tools to create peace and safety for young people of all genders and sexualities” y “Gender Utopia – who cares?”. La última sesión de estudio, parte del proyecto “Gendered Realities”, fue acogida por PVN Albania en febrero del 2019. En ella, se recogieron los últimos aportes y se recopilieron y juntaron todas las ideas. La sesión, del mismo modo que el diseño, la impresión y la distribución de este manual fue financiada mediante el plan de trabajo de la Fundación Europea para la Juventud y el programa de participación de la UNESCO.

Género y SCI

El SCI ha trabajado para promover la paz, la no-violencia, los derechos humanos, la justicia social y el acuerdo internacional como alternativa a la guerra desde el 1920. Las desigualdades de género surgen del diferente modo de tratar a una persona en acorde a su género y orientación sexual. Estas diferencias se reconocen en instituciones económicas, sociales y políticas que sistemáticamente refuerzan roles, derechos y oportunidades desiguales. En la mayoría de sociedades, las desigualdades estructurales comportan la marginación y la discriminación de personas con género y/u orientación sexual no-binaria desde su infancia. La conexión entre estereotipos y prejuicios influyen en las experiencias de la vida cotidiana, que a menudo conducen a la exclusión. El SCI considera este hecho como violencia y, por lo tanto, trata de abordar este problema.

El papel de este manual

Este manual tiene como objetivo apoyar a los formadores en la educación no formal (ENF), trabajadores juveniles y a los coordinadores de proyectos, campamentos e intercambios de

voluntarios internacionales para abordar el Género y la Sexualidad en su trabajo. El contenido y los talleres fueron seleccionados para ser realizables en campamentos con voluntarios internacionales, la preparación de voluntarios para tales proyectos, intercambios juveniles, trabajo juvenil en general y con otros grupos de edad.

Este manual intenta proporcionar amplia información en género y sexualidad junto con procedimientos detallados paso a paso y herramientas fáciles de usar e implementar para proporcionar a los educadores los métodos y procedimientos más acertados al educar a jóvenes y/u otros grupos. Las definiciones y los conceptos en este manual se basan en las experiencias y los debates entre los participantes en los proyectos. Son el resultado de los debates mantenidos durante las formaciones y seminarios o, en caso contrario, se mencionan las fuentes.

En este manual vamos a usar el término LGBTQIA+. Este significa **Lesbianas, Gays, Bisexuales, Transgénero, Cuir, Intersexuales y Asexuales**. El + representa a esas individuos que no se identifican directamente con ningún término mencionado en la lista previa pero sienten que pertenecen a la comunidad. Ésta incluye una infinita variedad de identidades y se incluyen sendas definiciones para cada término usado en este acrónimo en la sección de diccionario al final de este documento. Reconocemos que hay mucho debate sobre cuáles letras deberían incluirse, o no, en este acrónimo, pero creemos que, tal y como están las cosas, este ofrece el mayor equilibrio entre inclusión y conveniencia. Sean libres para añadir más letras.

¿Interesades en colaborar con el SCI?

Para todos aquellos que estén interesades, hay muchas maneras diferentes de participar con el SCI y experimentar y desarrollar actividades en la ENF. El SCI está formada por 42 filiales locales y coopera con una amplia red de 96 socios y contactos globales. A nivel local, pueden colaborar como activistas o hacer servicios de voluntariado en campamentos internacionales o en proyectos a mediano y largo plazo. Para obtener más información sobre cómo funciona el SCI y las formas de participar activamente, el manual “SCI – Moving Forward” (en inglés) ofrece una buena guía: <https://sci.ngo/get-inspired/publications>.

PARTE I

1. TERMINOLOGÍA BÁSICA

(Para más términos, buscar en el Diccionario, Parte III)

El sexo asignado al nacer se puede definir como las características físicas de un individuo que, a menudo, le llevarán a ser asignado como macho o hembra al nacer. En la mayoría de casos, esto se decide en función de los genitales externos que posee una persona cuando nace, que tradicionalmente se clasifican como partes masculinas y femeninas. Un criterio más completo y científico sobre qué define el sexo biológico serían los cromosomas, los genitales, las gónadas, las hormonas y las características sexuales secundarias. Debido a que todas estas características no siempre se tienen en cuenta cuando se asigna el sexo a una persona, este también puede considerarse como una construcción social. En realidad, aproximadamente <2% de la población mundial no posee todas las características que se consideran tradicionalmente masculinas o femeninas al nacer y son definidos como intersexuales. Además, algunas personas que son transgénero se someten a medidas para cambiar físicamente estas características y, por lo tanto, su sexo (que también incluye definiciones no binarias de sexo), para garantizar que sus cuerpos físicos se alineen mejor con su género. Sin embargo, es importante tener en cuenta que las características que tradicionalmente se perciben como masculinas (como el pene de una mujer transgénero, por ejemplo) han sido reclamadas (por individuos y comunidades) y, por lo tanto, pueden definirse como características sexuales que también pueden ser femeninas debido a su estatus socialmente construido.

Les sugerimos ver el vídeo (en inglés): «Trans women are not 'biologically male'».

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

El género a menudo se combina con el sexo pero en realidad es un componente separado, pero indispensable, de lo que define a un individuo y su papel dentro de la sociedad y cómo se identifica, define y expresa. El género se ha tratado en el contexto del activismo, de las organizaciones políticas o de las relaciones interpersonales, así como también en el ambiente académico. Los estudios de género tienen su origen principalmente en los

programas académicos de estudios de mujeres y actualmente están desarrollando y expandiendo la definición de qué significa género bastante rápido. Sin embargo, una suposición central en este campo se basa en que el concepto de género es una construcción social. Este hecho generalmente significa que los roles y comportamientos de género considerados aceptables para una persona de cualquier género no tienen correlación con el sexo biológico de esta persona, sino que son el resultado de las normas de la sociedad en la que vive.

También es importante tener en cuenta que el género no solo se enmarca dentro de las definiciones tradicionalmente occidentales y binarias de hombre y mujer, sino que también incorpora géneros reconocidos en otras sociedades como la hijra, que se encuentra en muchas sociedades del sur de Asia, o los dos espíritus, que existen en distintas culturas indioamericanas. En el contexto occidental, las identidades de género no binarias que se encuentran entre los géneros de hombre/mujer, como agénero o de género fluido, también son válidas y cada vez más reconocidas.

Les sugerimos leer el siguiente libro/la siguiente guía (en inglés) para obtener más información: “What is Gender? This guide is sure to deepen your analysis” de West Anderson

<https://everydayfeminism.com/2016/05/guide-to-gender-identity/>.

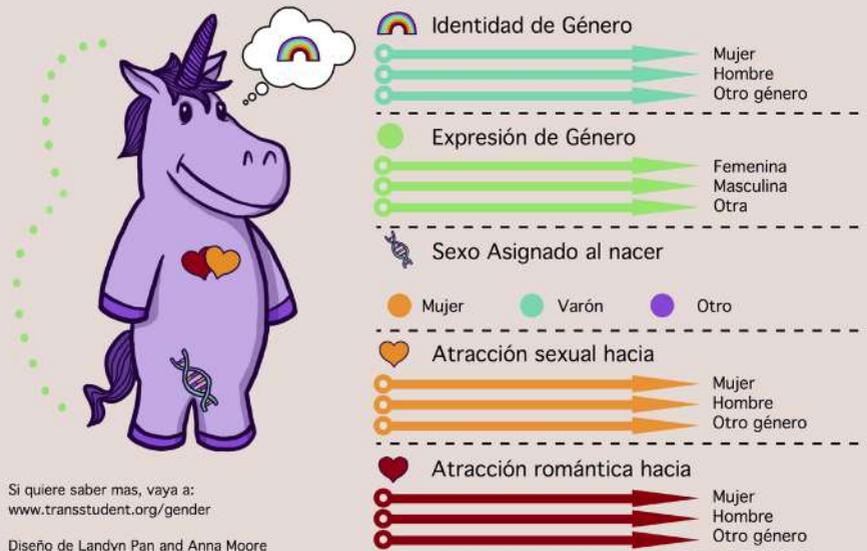
La sexualidad es lo que una persona siente y desea experimentar para disfrutar en términos de interés sexual, comportamiento e intimidad consigo mismo y con los demás, así como la satisfacción sexual personal. Hay tantas combinaciones posibles de estos factores como gente en el mundo, e incluye todo, desde lo que una persona encuentra excitante hasta otros factores como los fetiches que pueden, o no, contribuir a la satisfacción general de una.

La orientación sexual se puede definir como los diversos elementos de atracción que las personas pueden poseer, o no, hacia otras personas. Las etiquetas que ponemos en estas distintas orientaciones vienen determinadas y definidas por el individuo y también por las sociedades y culturas en las que se mueven.

Para comprender mejor los términos y reflexionar sobre cómo se refieren a ustedes, les recomendamos que echen un vistazo al unicornio de género en la siguiente página.

El Unicornio del Género

Gráfico de
TSER
Trans Student Educational Resources



Si quiere saber más, vaya a:
www.transstudent.org/gender

Diseño de Landyn Pan and Anna Moore

¿Dónde se encuentran en los distintos aspectos?

Se conoce cómo **normatividad** al conjunto de normas (reglas sociales) que determinan qué acciones y resultados son morales, deseables o aceptables versus inmorales, indeseables e inaceptables (Darwall Stephen, 2001). Las normas pueden ser universales a escala global, pueden restringirse a pequeños grupos y también pueden diferenciarse dentro de un grupo dependiendo de las identidades sociales (por ejemplo, el género asignado). Los **roles de género** se basan en normas que definen comportamientos adecuados e inadecuados dependiendo del sexo asignado a la persona, o, que sexo percibe la sociedad en la que esta vive. La heteronormatividad se puede describir como un conjunto universal de normas en las que la heterosexualidad es considerada como adecuada, y se supone que todas las personas son heterosexuales a menos que demuestren lo contrario. La **heteronormatividad** crea una jerarquía (“Thinking Sex: Notes for a Radical Theory of the Politics of Sexuality”, Rubin G., 1992; <https://tinyurl.com/yy2advcc>, en inglés) en la que otras sexualidades del espectro sexual son etiquetadas como tolerables en el mejor caso, y punibles en el peor, hecho que puede conducir a la persecución y criminalización de estas últimas.

El **estereotipo** es el equivalente a una imagen preconcebida y segregada de un grupo de personas y su carácter sin tener en

cuenta su individualidad (“Stereotypes”, Simply Psychology 2015; <https://www.simplypsychology.org/katz-braly.html>, en inglés). Los estereotipos se basan en prejuicios y reducen un grupo de personas individualmente únicas a unos pocos atributos que pueden ser desde molestos o desagradables hasta estructuralmente dañinos o sistémicamente opresivos. Los estereotipos pueden referirse a roles de género y suposiciones sobre las características de uno (por ejemplo, apariencia, comportamiento, habilidades, etc.) en función del sexo asignado o del género con el que se identifica una persona (“Stereotypes and Stereotyping: A Moral Analysis”, Blum L., 2004; en inglés, <https://philpapers.org/archive/LAWSAS-2.pdf>). Por ejemplo, el estereotipo de una persona originaria de Suecia como tímida y reservada tiene consecuencias muy diferentes en comparación con el estereotipo de una persona negra, que se considera menos civilizada o agresiva.

Aunque existen también estereotipos “positivos” (por ejemplo: “los japoneses son inteligentes y diligentes” o “los homosexuales son desenfundados/extrovertidos y divertidos”), éstos también pueden ser perjudiciales en distintos grados ya que vienen definidos por personas externas al colectivo. Discutir los estereotipos existentes y el proceso en que se crean es importante para ser más conscientes de nuestros inevitables prejuicios y para encontrar soluciones sobre cómo dismantelar los procesos y estructuras opresivos (ver también: internalización).

El **coraje civil** es un acto de valentía que una persona o grupo pueden hacer para ayudar o defender a alguien que está siendo tratado injustamente, de manera discriminatoria o hiriente. Normalmente es un acto espontáneo de levantarse y decir (literal o figurativamente) “Esto no está bien”. A menudo, la persona que realiza un acto de coraje civil actúa inicialmente sola, por ejemplo, si alguien está siendo insultado en la calle y nadie a su alrededor reacciona, solo la persona que actúa con coraje es quien lo hace. El objetivo de un acto de coraje civil es defender la democracia, la integridad y los derechos humanos. La diferencia entre coraje civil y solidaridad es que el primero ocurre en un contexto específico: normalmente en público, cuando un conflicto o ataque está dirigido específicamente a una persona o grupo y, a menudo, hay un desequilibrio de fuerzas (“Le Concept de Courage Social/ Civil”, en francés, <https://bit.ly/2K6b9zE>).

Hay muchas formas de realizar un acto de coraje civil. Por lo general, los eventos suceden tan rápido en las situaciones que no es posible pensarlo bien antes de actuar. Sin embargo, es importante tener presentes algunos elementos tanto como sea posible:

- La seguridad (la suya y la de las personas que les rodean) es lo más importante. No se pongan en peligro físico, por ejemplo, interviniendo directamente en una pelea. Si creen que una situación puede volverse crítica, no duden en llamar a la policía y/o pedir ayuda.
- Si nombran y señalan a una persona específica de su entorno (“¡Tú, ahí, con la camisa naranja! ¡Llama a la policía!”), tienen más posibilidades de obtener ayuda que si no se lo piden a nadie o si gritan una llamada general de socorro. Este fenómeno se llama “Difusión de responsabilidad” o “Efecto espectador”. Si quieres saber más visita (en inglés) <https://www.psychologytoday.com/basics/bystander-effect>.

Les incentivamos a que se atrevan a hacer o decir algo cuando puedan, de manera cuidadosa, ya que sentirte ridículo es sin duda un problema menor que las graves consecuencias (físicas, psicológicas, etc.) que ciertos actos de violencia (implícita o explícita) pueden tener en las víctimas.

Al abordar estos temas en relación con la paz con jóvenes, tengan en cuenta las **violencias estructurales, culturales y conductuales** (físicas o emocionales) como contextos del trabajo que están haciendo y también como acciones y comportamientos concretos que puedes encontrarte durante los talleres. Para evitar esto último, les ofrecemos algunas recomendaciones a continuación para crear un espacio seguro.

La violencia conductual describe la violencia que ocurre entre dos o más personas directamente en una interacción de abuso físico, verbal o emocional, la violencia sexual es una versión de ésta. La violencia cultural, por otro lado, es aquella que sucede cuando una cultura legitima la violencia hacia grupos con identidades concretas, por ejemplo, el patriarcado se puede ver como un sistema que legitima culturalmente la violencia hacia las mujeres. Cuando estas violencias se añaden al sistema legal o la estructura social de una sociedad, se puede hablar de violencia estructural. Un ejemplo es el reconocimiento desigual de las parejas del mismo sexo en el sistema legal de muchos países, así como las operaciones en bebés intersexuales para asignarles el sexo masculino o femenino.

Otro ejemplo de violencia experimentada es el *Pinkwashing*. Este término se usa habitualmente para describir cómo corporaciones, gobiernos e instituciones estatales aparentan apoyar a la comunidad LGBTQIA+ con el propósito de mejorar su imagen, a menudo para cubrir aspectos de sí mismos que están perjudicando directa o indirectamente. Para obtener más información, puedes consultar

(en inglés): “Gay Pride & Capitalism: What is Pinkwashing?” <https://www.youtube.com/watch?v=J4LP0z493oY>. En el pasado, les activistas de género del SCI también abordaron un problema similar desde el punto de vista feminista en una campaña llamada “I don’t buy sexism” («No compro sexismo», en inglés) - <https://www.facebook.com/idontbuysexism/>.

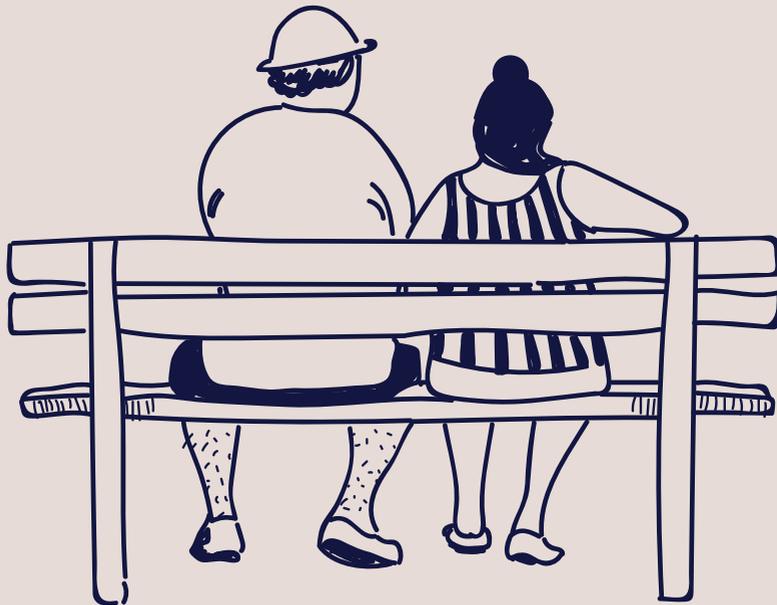
«El **patriarcado** es un sistema político-social que insiste en que los hombres son inherentemente dominantes, superiores a todo aquello considerado débil, especialmente las mujeres, con derecho a dominar y gobernar y mantener ese dominio mediante diversas formas de terrorismo y violencia psicológicas» - Bell Hooks (“Challenging patriarchy in political organizing”, en inglés, <https://bit.ly/2q5UUXx>).

La **interseccionalidad** es un enfoque para explorar la dinámica entre identidades sociales coexistentes y como las diferentes formas de discriminación interactúan y se fortalecen mutuamente. Las personas pueden estar sujetas a múltiples formas de opresión y discriminación debido a que pertenecen, o se supone que, a más de un grupo marginado. Imaginen esto: una mujer inmigrante podría experimentar la femineidad de manera distinta en comparación con una mujer local que no se enfrentaría al racismo combinado con el sexismo. En estas intersecciones sociales donde interactúan múltiples sistemas de opresión que se empoderan entre sí, el resultado final es un sistema complejo y específico que no es la mera suma de cada estructura opresora. Tener una perspectiva interseccional es mantener un enfoque inclusivo y una comprensión de la diversidad de los antecedentes y experiencias de cada persona, y no generalizar u homogeneizar las luchas sociales. Para obtener más información, les recomendamos (en inglés): TED Talk “The Urgency of Intersectionality”, por Kimberle Crenshaw <https://bit.ly/2FRHITc>.

Al utilizar el manual, les incentivamos a mantener un enfoque sexo-positivo. La positividad sexual se refiere a una visión desvergonzada del sexo y a tener una relación saludable con él. Depende de cada individuo definir por sí mismo qué es el sexo y qué es saludable (por ejemplo, con qué frecuencia, con quién, de qué maneras, etc). Tener muchas relaciones sexuales y no tener ninguna en absoluto es igualmente saludable, del mismo modo que tener relaciones sexuales de forma individual o con otras personas. La imagen de cómo se ve una persona sexualmente activa (joven, en forma y sin disfunciones) debe ser desmantelada y cuestionada. Deberían mantenerse alejados de las suposiciones que reproducen la normatividad o el estigma

y abordarlas al ser detectadas. Cualquier actividad sexual a la que todas las partes incluidas den su consentimiento se considera saludable.

El **consentimiento** se refiere a un acuerdo entre individuos que están en posiciones de darlo y recuperarlo en cualquier momento. Se puede aplicar a todos los contextos, pero cobra especial importancia en relación con las actividades sexuales. Tú puedes dar tu consentimiento a alguien para que tome prestada tu bicicleta hoy, pero tal vez no mañana, así como puedes dar tu consentimiento para tener sexo hoy, pero no mañana. El siguiente vídeo usa el té como una analogía para explicar el sexo consentido (en inglés): “Consentimiento – simple cómo el té”, <https://www.youtube.com/watch?v=E4WTnJCMrH8>. Lo que el vídeo no prueba claramente es que no se debe responsabilizar a las personas para que demuestren su falta de consentimiento, ya que decir “No” no es necesariamente fácil, posible o seguro. Más bien, la responsabilidad debería recaer en cada persona para asegurarse de que tengan el consentimiento de aquellos con quién participan en actividades sexuales. ¡La falta de un claro “Sí” significa “No”! El consentimiento supuesto es un problema en la jurisdicción que se ocupa de violaciones y agresiones sexuales. Mucha gente acusada de estos motivos no es condenada, en parte debido a la falta de definición de consentimiento sexual. Infórmense de la definición de consentimiento en su país.



2. CREAR UN ESPACIO SEGURO

Crear un espacio seguro, especialmente cuando se trata de formaciones, seminarios, campos de voluntarios, etc. relacionados con el género y la sexualidad, debe tener un gran cuidado en respetar el género de las personas y tener cuidado de no asumir el género de otros en función de su apariencia física ni el ideal de cómo se ven un hombre o una mujer. Con el fin de crear un espacio en su formación o taller donde esto sea respetado, las sesiones de conocimiento pueden incluir una parte donde se espera que los participantes expresen sus **pronombres preferidos**, que se refiere a la forma en que ellos desearían que otras personas se dirijan a ellas. Los pronombres tienen género: “él” y “ella” son los dominantes, que se derivan de los dos géneros binarios: masculino y femenino. Haciendo esta actividad, deja las opciones abiertas para pronunciar pronombres no binarios.

Pedir el **pronombre** de una persona es una forma de entender que una persona que tú puedes considerar como hombre puede identificarse como mujer, y viceversa, pero es mucho más que eso. El género, según los acuerdos en los que se basa este manual, es más que binario; es un espectro. Por lo tanto, el lenguaje tradicional no da espacio a las personas que no se conforman con el género binario: personas no binarias, gendercuir, de género fluido, agénero, etc. Muchas personas que se identifican con cualquiera de estos géneros intentan superar el binarismo del lenguaje mediante el uso de “elles” como su pronombre elegido. Los facilitadores tienen esta gran responsabilidad de crear un espacio seguro desde el comienzo de un proyecto, incluyendo el estilo de preguntas del formulario de solicitud y la hoja de información. El lenguaje inclusivo es necesario, así como **respuestas abiertas en el género**, en caso de que elijan preguntarlo a los futuros participantes. Una vez que hayan llegado, es crucial tomarse el tiempo para llegar a un acuerdo grupal y asegurarse de que todos sean escuchados. Prestar atención a la forma en que trabajan juntas para llegar al acuerdo final, por ejemplo: el lenguaje utilizado y si es inclusivo o no.

Una idea a discutir entre todos puede ser compartir los límites individuales de los espacios de comodidad, pánico y desafío. Generalmente, ustedes pueden crear métodos de comunicación o señales que permitan indicar rápidamente cuándo se alcanza una zona de pánico y alguien no está cómodo, así como establecer redes de seguridad y estructuras de apoyo. De manera similar, a lo largo de las actividades e incluso una vez terminadas, los mediadores tienen la responsabilidad de estar al tanto de las emociones de los participantes. ¡Nunca se sabe lo que puede desencadenar una sesión!

Por este motivo, recuerden siempre: ¡las emociones importan! En las sesiones de evaluación y reflexión, asegúrense de evaluar y analizar no sólo las actividades y el contenido, sino también las emociones.

La creación de este espacio seguro marca la diferencia entre la inclusión consciente y la sensibilidad de género en comparación con la tolerancia a la diversidad.

Definición de espacio seguro en un proyecto o durante un taller:

- espacio donde les participantes sienten que no serán juzgados por quienes son o por partes de su identidad
- espacio donde no se enfrentarán a (micro)agresiones basadas en la falta de conocimiento o comprensión
- espacio donde se sientan libres de compartir sus emociones y expresarse ellos mismos (si lo desean)

Tal espacio no ocurre por sí mismo, sino que debe ser creado y sostenido. Es crucial hacer que todes les participantes se sientan libres de ser ellos mismos y compartir sus experiencias. El grupo del proyecto *Gender Utopia* les ofrece su apoyo a ustedes y a su organización en la creación de espacios seguros en todos vuestros proyectos. Por esta razón, hemos creado algunas *checklists* basadas en nuestra experiencia en los seminarios y debates.

Checklist de preparación

- piensen en cómo pueden crear un espacio seguro
- creen y presenten pautas sobre el lenguaje inclusivo: “la persona de la izquierda” en vez de “la chica de la izquierda”, “¿tienes pareja?” en vez de “¿tienes novio?”, diríjense al grupo con “gente” y no con “chicos”
- asegúrense de que nadie es forzado a hacer una actividad: verifiquen sus actividades, confirmen que todos los espacios para compartir sean completamente opcionales y recuerden al grupo que tienen derecho a guardarse información personal para sí mismos; declaren al comienzo de las actividades “tened en cuenta que esto podría suceder”
- tengan en cuenta las diferentes capacidades físicas de les participantes: no asuman que todes serán capaces (considera la accesibilidad para sillas de ruedas) o piensen si las actividades pueden ser realizadas por personas con diferentes capacidades (correr, saltar..)
- el alojamiento: necesitan saber esto de antemano para poder dar

información en el formulario de solicitud (transparencia al respecto), sobre baños, tamaños de habitaciones, etc.

- creen una actividad en la que se realicen etiquetas individuales para les participantes donde deban escribir también su pronombre y asegúrense de que en esta actividad se explique la importancia de éstos

Formulario de aplicación

- pregunten si hay necesidades en general que deben considerarse, no solo sobre alergias, sino también sobre accesibilidad física, etc.; dejen esta pregunta abierta en el formulario de inscripción para que todes puedan escribir lo que necesiten
- no soliciten la identidad de género en el formulario; si es necesario, formulen una pregunta abierta (sin cuadraditos para marcar) y dejen la opción de no decirlo; expliquen por qué motivo/s la preguntan
- dejen claro si necesitan los nombres de los documentos (para registrarse) o el nombre personal de una voluntarie; declaren que no compartirán los datos de los documentos y asegúrense de esta confidencialidad
- espacios comunes: asegúrense de que la casa/el alojamiento no tenga espacios binarios (si los hay, coloquen adhesivos de género neutro encima)
- incluyan en el formulario que los espacios en el alojamiento no están divididos por género. Dejen la pregunta abierta para que si alguien tiene preferencias con respecto a esto (preferiría quedarse en una habitación con personas de su propio género) lo indique
- privacidad: asegúrense de que haya espacios para cambiarse de ropa y baños donde exista la posibilidad de que haya una sola persona adentro; si esto no es posible, indíquenlo en la info sheet

Acuerdos grupales

Al principio del proyecto hay tres cosas principales para discutir, acordar y hacer:

- Reglas del alojamiento
- Romper el hielo: empezar a conocerse y aprender a confiar el uno en el otro
- Acuerdo/s de grupo

Este/os acuerdo/s de grupo se debe/n acordar al comienzo del proyecto, o tan pronto como sea posible. Les proponemos las siguientes técnicas para conseguir un buen acuerdo de grupo:

- bola de nieve (primero que discutan en parejas y luego en grupo)
- preguntas de orientación: ¿Qué necesito? ¿Qué me hace sentir seguro? ¿Cuándo me siento seguro?
- lluvia de ideas (primero en grupos pequeños e ir creciendo)
- en post-its: cada participante escribe por separado y le facilitadore lo clasifica en una cartolina
- preparar un acuerdo de grupo más pequeño al principio (cosas incuestionables: levantar la mano, reglas de la casa, respeto a los demás, etc.) y un acuerdo posterior más general (turnos de cocina y limpieza, restricciones culturales, etc.)
- sugerencias de los facilitadores (por ejemplo la regla de “Las Vegas”, una palabra segura a utilizar cuando alguien no entiende algún concepto, por ejemplo, “patata dorada”, etc.)

Persona de emergencia

- una persona de la organización que está formada en el género y capacitada para ser la persona de emergencia, presente en el campo/proyecto o disponible en todo momento por teléfono
- se le puede contactar y pedir consejo en caso de comentarios, acciones o situaciones homofóbicas, sexistas y/u opresivas
- si nadie de los presentes ni en la asociación organizadora cumple estos requisitos, pónganse en contacto con organizaciones que se centran en este tema y hagan una lista de números de teléfono útiles en caso de cualquier tipo de emergencia (homo/bi/transfobia, aunque también tengan en cuenta otros problemas). Como coordinadores, comprendan en qué momento no pueden gestionar una situación y acepten que pueden necesitar ayuda o un plan B.
- persona segura: persona adicional (generalmente a cargo de la logística) disponible para brindar asesoramiento en caso de emociones intensas que les participantes deseen compartir de manera confidencial; también puede ser un enlace entre los participantes y el equipo de preparación, pero generalmente no comparten nada personal
- asegúrense de que los participantes pueden acudir a cualquier persona en caso de que lo necesiten
- hacer una caja de seguridad con reglas muy claras (espacio para guardar objetos de valor)

- verificar regularmente las estructuras de poder en el grupo; crear conciencia sobre los privilegios experimentados por algunos participantes, así como sobre los problemas que surjan de las suposiciones; tómense el tiempo para guiar a los participantes a través de estas reflexiones, incluyan temas de género en grupos de reflexión, tómense un tiempo para debatirlos

Espacios de curas en el seminario/formación/campo de voluntariado/intercambio

- propiciar una autoorganización de las tareas de los participantes no basada en el género, sino en la voluntad de hacerlo y la capacidad física, que ellos definan las tareas y se inscriban donde prefieran
- realicen una actividad sobre la importancia de los espacios de curas: ¿por qué son necesarios? ¿por qué y cómo se asocian a roles de género?
- especifiquen qué tipos de tareas hay dependiendo de la ubicación/contexto de los proyectos (cocinar, limpiar, control del tiempo, cuidarse unos de otros, ...) y definir las en detalle (por ejemplo, limpiar la mesa por encima y debajo de ella):
 - de este modo, los participantes sabrán lo que se espera de ellos
 - asignen las tareas lo antes posible para evitar la difusión de la responsabilidad
 - creen un sistema para que las personas rindan cuentas
 - clarifiquen y sean precisos explicando las tareas
 - incluyan espacios de curas en el horario; planifiquen con anticipación para asegurarse de que sean visibles; si hay un hotel con su propio personal, denles visibilidad y asegúrense de que el grupo les respeta (ofrezcan espacio al personal para que se exprese)

Formación para los coordinadores

- al hacer un proyecto sobre género/sexualidad, consideren formarse previamente
- consideren hacer dicha formación también si el proyecto no se enfoca en el tema en sí mismo, para no excluir a nadie en esos proyectos
- asegúrense de que los coordinadores de los campos lleven a cabo un proceso de autorreflexión para que tomen conciencia de los conceptos normativos que puedan tener, sus propios privilegios, etc
- los coordinadores y el personal pueden realizar la formación y transmitir el conocimiento a los demás mediante la realización

conjunta de talleres

Espacio físico seguro (habitación segura)

- en el caso de que el alojamiento lo permita, tener una habitación segura (cómoda y silenciosa) puede ayudar al grupo en muchas situaciones
- en esta sala, les participantes se pueden retirar si necesitan estar solos, tener tranquilidad y paz
- regla para la sala: solicitar permiso para entrar si ya hay alguien dentro (se puede discutir en el acuerdo grupal)



3. Desafíos para el espacio seguro

Mediante los debates mantenidos en las sesiones de estudio, así como en investigaciones con nuestras filiales, socias y voluntarias, identificamos un conjunto de desafíos comunes para un espacio seguro basado en ejemplos de campos y otros proyectos de movilidad internacional. Todos los ejemplos están relacionados con comentarios, interacciones y comportamientos de género.

Estos ejemplos se pueden agrupar en:

Reparto de tareas

Diferentes tareas para “chicos” y “chicas” (construcción o transporte de cargas para ellos; limpieza y/u organización para ellas); en un campo de trabajo, el edificio era exclusivamente para hombres y el único trabajo asignado a las mujeres era la limpieza. “Porque sabían cómo hacerlo y de ese modo sería más rápido”; en otro, el anfitrión prohibió a las mujeres cargar cosas pesadas debido a que “podía poner en peligro sus posibilidades de tener bebés sanos”; se les pidió específicamente a los “hombres” (o personas que fueron percibidas como hombres) que ayudaran a mover cosas “demasiado pesadas” para “mujeres” como sillas o mesas.

Divisiones

Éramos 10 voluntarias (7 mujeres cis y 3 hombres cis). Se asignó a las mujeres una gran carpa con colchones y una pequeña tienda sin colchones a los hombres. No había suficientes para todos, de modo que el coordinador decidió hacerlo de esa manera sin preguntar; dos habitaciones separadas (para mujeres y hombres). Una persona trans también vino al grupo y no se sentía segura en ninguna de las dos habitaciones, de modo que el coordinador le puso en una habitación aparte. Esto le hizo sentir separada.

Comentarios/Microagresiones basados en el género y el sexismo

“¿Tus labios son reales?”; “¿Qué hace tu marido cuándo viajas tanto? ¿Quién cocina? ¡De este modo no podéis tener hijos!”; “¿Pero no quieres formar una familia antes de solicitar un trabajo? ¡¿Quiero decir, eres una mujer de 32 años?!”; “¿Cuántos años tienes? Deberías empezar a pensar en casarte”; “Suenas enojada, debes tener el período”; “¿Por qué no hay escultoras, científicas o cocineras súper famosas? Porque los hombres son mejores en todo”; “Eres demasiado violenta para ser una mujer. Con esa sierra me das miedo”; “Boxeas pero eres muy femenina”; “Deberías terminar tu trabajo de mujer”;

“¿qué vas tú a saber, eres una mujer?”; “¿Cómo sabes tanto sobre fútbol si eres una chica?”; “¿Estás enferma?” (al ir sin maquillaje)

Comentarios/Microagresiones basados en la (supuesta) sexualidad u homo/bi u otras fobias

“¿Alguna vez has tenido sexo con un pene?”; “Los homosexuales conducirán a la extinción humana”; “¡Oh! ¿todavía no te has decidido?”, cuándo la gente descubre que soy bisexual; “El amarillo te queda bien, pero es de maricas”; “Conectas muy bien con las mujeres... ¿eres gay?”; “Eres demasiado femenino” (refiriéndose a un hombre); “Eres muy fuerte para ser una mujer”; “Los hombres no se besan en las mejillas”; “¿Por qué siempre hablas sobre la LGBTQIA+? ¿Eres gay?”; “Pero, ¿qué eres realmente? ¿Una mujer o un hombre?”; “Estoy bien con los homosexuales. ¡Incluso tengo amigos que lo son! Pero no quisiera compartir la habitación con uno de ellos”.

Comentarios/Microagresiones interseccionales

“No tenemos homosexuales en mi país. No es un problema”; “¡Estoy seguro de que no decidiste libremente ponerte el hijab! Hay un hombre detrás de esto”; “¿Puedo ver tu cabello? ¡Es muy largo!”; se asume que personas con distintos contextos culturales pueden tener problemas con personas que se identifican como LGBTQIA+.

Juicio de otros basado en estereotipos y normatividades

“Necesitamos un equilibrio de género, ¿cómo vamos a tener parejas de campo si no?; “Las formaciones de género son sólo para chicas”; tratar como pedófilo a un hombre mayor en un campamento con niños por el simple hecho de ser mayor.

Comportamiento de género

Comportamiento grosero en las discusiones: interrupciones, acaparar espacio, hacerse cargo; personas bien intencionadas (en su mayoría hombres) que se ofrecen para ayudar a cargar/levantar cosas. A menudo, alentados por los coordinadores que han pedido que “hombres fuertes” ayuden; le coordinador dando las llaves del coche a su colega (aunque éste no conduce); situaciones en que los hombres tiene que dar discursos en público debido a la importancia del tema; jugando al “yo nunca”, 4 chicos cis heterosexuales, riéndose por mencionar el sexo anal; “bromas” de chicos a chicas, algunas realmente ofensivas, invasivas e irreflexivas; no aceptar la autoridad de una coordinadora.

Comportamientos o comentarios sexuales

“Todos los ucranianos están muy buenos, sabes a lo que me refiero”; uno de los participantes diciendo a una de las chicas que siempre la recordará por su hermosa sonrisa y sus grandes pechos; “me atraen mucho las mujeres de Europa del Este”; un joven y una joven saliendo juntos de una habitación y alguien diciendo “¿Cómo está tu coño?”; “Ella es la fácil”; un participante entrando borracho en la habitación de otra persona por la que ha expresado interés, generando un sentimiento de inseguridad en ésta.

Como coordinadores del campo, es importante estar al tanto de cualquiera de estas cosas que ocurra, así como generar suficiente confianza con los participantes para que siempre se sientan libres de compartir con ustedes en caso de que sientan que algo de lo anterior está sucediendo. Lo mismo se aplica a cualquier coordinador de formaciones, seminarios, sesiones de estudio, talleres u otros proyectos juveniles. Estos son solo ejemplos para crear conciencia sobre lo que puede suceder en vuestros campos y otros proyectos. Desafortunadamente, muchas de las microagresiones y comentarios esmentados ni siquiera son percibidos por los coordinadores y pueden ser bastante ofensivos para las personas a las que se dirigen.

Aquí algunas recomendaciones para reaccionar:

Eviten las divisiones binarias en todo momento del proyecto. Si sucede tal cosa, por ejemplo en la cocina, empiecen una reflexión sobre ello en un espacio seguro. Asegúrense de que nadie sea culpado o percibido como culpable.

Las reacciones a microagresiones y comentarios mencionados anteriormente deben variar y ser específicas para la situación que están gestionando en ese momento.

Primero de todo, sin importar el comentario, necesitarán tener una conversación privada con esa persona, haciéndole entender activamente las razones por las que este comportamiento puede ser considerado inaceptable, puede dañar u ofender y los estereotipos que puede cubrir y estar reproduciendo. Dependiendo de cómo se hicieron, no culpen a la persona por ello. Pueden empezar con: “Sabemos que este comentario no significó nada para ti, pero ...”. Por supuesto, esto es diferente si ha seguido haciendo el comentario a pesar de que se le ha dicho que no lo haga, y/o si se puede observar que la persona tenía la intención de ofender o herir.

En segundo lugar, no importa cuál sea la situación, asegúrense de **abordarla en privado poco después del incidente con la/s**

persona/s que fue/ron afectada/s por el comentario. Averigüen su estado de ánimo y si pueden hacer algo por elle/s.

Si se hace un comentario con otros participantes presentes, también deben abordarlo con el grupo entero, ya sea inmediatamente o en un taller o comentario posterior. Los métodos para esto se encuentran en la parte II de este manual. En el glosario de la parte III pueden encontrar ayuda para identificar qué sucedió exactamente.

Si sienten que algunos participantes siguen haciendo comentarios,

sin importar el trabajo que se haya hecho para remediarlos, pueden optar por **añadir modificaciones al acuerdo grupal**. Este puede ser una simple especificación de no hacer tales comentarios o microagresiones, pero también la introducción de una nueva regla, cómo que cada vez que se escuche un comentario sexista o fóbico decir la frase “patata dorada” (cualquier palabra es posible, pero que sea neutral). Creando esta regla, están dando la oportunidad a les participantes más tímides de señalar que algo les hace sentir incómodos sin tener que encontrar las palabras y el coraje para expresarlo.

¡Ningún comentario sexista o fóbico es aceptable! Cuando coordinen un proyecto, tengan en cuenta que cualquier comentario sexista o fóbico puede desencadenar emociones y sentimientos de inseguridad en el grupo. Incluso las personas a las que el comentario no iba dirigido pueden escucharlo y decidir no confiar ni en la persona que lo hizo, ni en ustedes como coordinadores porque no intervinieron ni reaccionaron en el caso de violencia o acoso sexual, de los que no encontramos ningún ejemplo concreto, pero que sabemos que suceden, **¡nunca esperan a intervenir!** ¡Si una participante toca a otro participante de una manera que éste se siente incómodo, le presiona para que realice alguna acción sexual (comenzando con besos), se aprovecha de alguien en estado de ebriedad (tocamientos ya cuentan), muestra a otra persona partes de su cuerpo de manera sexual sin ser invitada, ¡nunca esperen! Tomen medidas de inmediato, señalen lo que no está bien y asegúrense de detener la violencia o el acoso. Después de esta primera intervención, pueden pensar cómo continuar trabajándola, pero el primer paso debe hacerse inmediatamente.

Luego, dependiendo de la gravedad del incidente, pueden considerar excluir a alguien del proyecto (a ser posible, como decisión grupal) o realizar un taller con el grupo entero para debatir sobre el incidente y reflexionar sobre él. Cualquier acción que tomen debe estar bien para la persona que recibió la violencia o el acoso.

Reflexionen sobre su normatividad y privilegios antes y durante el proyecto. Viven en esta sociedad binaria y normativa, igual que los demás en su campo. ¿Qué normatividades tienen en ustedes que podrían influir en cómo de bien identifican los desafíos comentados? ¿Podrían incluso crear situaciones como estas ustedes mismos? ¿Qué privilegios tienen? ¿Cómo influye eso en cómo (inter)actúan y cómo les perciben los demás? En cualquier paso del proyecto, tengan en cuenta esto.



4. EDUCACIÓN NO FORMAL (ENF)

El SCI ha estado trabajando con la ENF durante décadas y cree en los beneficios del proceso de aprendizaje de jóvenes y adultos al usar este enfoque. En todas las actividades (seminarios, formaciones, sesiones de estudio, etc.) en las que se ideó y trabajó este manual se promovió y utilizó este método. Las siguientes actividades en este manual, y la educación de género en el SCI en general, ya sea en proyectos de voluntariado, en preparación de voluntarios o en otros contextos seguirán el método de la ENF.

Basándonos en el hecho de que la ENF es ampliamente conocida en el SCI y hay muchos manuales dentro y fuera de la entidad que la explican muy bien, escogimos no “reinventar la rueda” aquí, y en su lugar les remitimos a estas definiciones del Consejo de Europa (en inglés), <https://www.coe.int/en/web/european-youth-foundation/definitions>, o a descubrir videos.

Las siguientes herramientas se han preparado en formato de talleres que los educadores pueden realizar. Las descripciones dan información sobre los destinatarios, los materiales, el programa, los objetivos, etc. Al empezar a preparar un taller, decidan qué medio van a utilizar o cómo combinarlos, basándose en las siguientes preguntas:

- ¿Cuál es mi objetivo? ¿Cuáles deberían ser los resultados de aprendizaje para los participantes?
- ¿Cuál es el contexto del taller? (ubicación, espacio, dinámica de grupo)
- ¿Cuántas personas asistirán?
- ¿Qué edad tienen? ¿Cuáles son sus intereses?

PARTE II

5. TÉCNICAS Y MÉTODOS DE EDUCACIÓN NO FORMAL

5.1. JUEGOS: PARA ROMPER EL HIELO Y ESTIMULAR

5.1.1. Ensalada de frutas

Tema: Valor civil, roles de género y estereotipos

Objetivo: Conocer a los participantes. Hacerse una idea de qué entienden los participantes de los tópicos de Género, Sexualidad y Coraje civil

Destinatarios: Se puede hacer en campos de voluntariado, seminarios, formaciones, campos de formación de coordinadores, formaciones previas a la salida, etc., así como en colegios u otros grupos interesados.

Tamaño del grupo: Mínimo 8 personas

Tiempo asignado: 10 – 30 min

Metodología: juego

Material necesario: una silla para todos los participantes

Introducción: 2 min

Crean un círculo perfecto donde todos se puedan ver a todos. Asegúrense de que no haya bebidas u objetos de valor en el suelo y que nadie tenga nada en sus manos. Le facilitadore saca su silla del círculo, y se pone en el medio para empezar la explicación.

Actividad principal: 5 – 10 min

Expliquen a los participantes que siempre habrá una persona en el medio que dirá una frase que se refiera a sí mismo de la siguiente manera: “Todos les que ...”. Hagan un ejemplo, como “Todos les que jugaron con muñecas cuando eran niños”, “Todos les que les gusta la

serie “La casa de papel”, “Todes les que hayan visitado ...”. Cuando la persona en el medio diga esa oración, todes en el círculo a quienes se aplica, deben cambiar de lugar. Sean rápidos porque también la persona del medio tratará de sentarse para que otra se quede en pie y el juego se repita.

Háganles saber a les participantes que si surge un tema que se aplica a elles, pero no se sienten cómodos compartiendo eso con el grupo, también pueden quedarse sentades y omitir esa frase.

Pueden dejar que les participantes comiencen a jugar con ejemplos básicos, como “Todes les que sean rubies/lleven camiseta negra”. Pero después de 2 o 3 minutos díganles que sus ejemplos deben estar relacionados con el tema del seminario/formación/taller, como el ejemplo con muñecas que dijeron al principio.

Conclusión: 0 – 20 min

Esta es una actividad de calentamiento, por lo que no necesita mucha información (ya que a menudo se conecta a un taller posterior), pero si lo desean, pueden incentivar una reflexión comenzando con las siguientes preguntas:

- ¿Cómo fue eso? ¿Fue fácil encontrar ejemplos?
- ¿Les sorprendieron algunos de los ejemplos? ¿Por qué?
- ¿Qué observaron sobre las distintas reacciones y quién “defendió” la frase en cuestión?
- ¿Qué representaron estos ejemplos?
- ¿Cuáles fueron los roles de género o los estereotipos que pudieron verse en estas declaraciones?

Para esta última pregunta pueden recopilar las impresiones de les participantes en una cartulina para resumir la discusión. Esta recopilación les puede servir más tarde en un seminario/formación/taller.

5.1.2. Bingo

Tema: Valor civil

Objetivo: Introducir una reflexión del activismo/valor civil que une posee. Esta actividad debería seguir con una actividad o definición de “valor civil”. Juego de conocimiento para les participantes

Destinataries: Se puede hacer en campos de voluntariado, seminarios, formaciones, campos de formación de coordinadores, formaciones

previas a la salida, etc., así como en colegios u otros grupos interesados.

Tamaño del grupo: Mínimo 15 personas (para menos gente, se puede hacer una hoja de bingo más pequeña)

Tiempo asignado: 15 min

Metodología: Quiz sobre les participantes

Material necesario: Una copia impresa de la hoja bingo para cada participante. Un bolígrafo para cada participante

Nota: No todas las casillas están relacionadas con el valor civil, puesto que es sólo una actividad inicial en el tema y una oportunidad para que les participantes se conozcan. Se pueden utilizar otros ejemplos para rellenar las casillas. Sugerimos no incluir nada demasiado personal, p. ej. “...ha sido acosado sexualmente”, ya que puede resultar difícil contar una experiencia así varias veces durante el juego.

Introducción: 5 min

Preguntar a les participantes si conocen el juego “bingo”. Definir conjuntamente que el juego consiste en que cada participante rellene cierto número de casillas en cierto orden, y la primera persona en conseguir ese objetivo canta “bingo” y gana.

Actividad principal: 10 min

Repartir las hojas de bingo entre todes les participantes, así como un bolígrafo. Explicar que en este caso, tienen que encontrar para cada casilla una persona en la habitación cuya descripción corresponde con lo que pone en una casilla, y apuntar su nombre. Cada nombre puede ser utilizado sólo una vez. La persona que consiga completar cada casilla con un nombre distinto, canta “bingo” y gana.

Cuando esto pase, se reúne el grupo de nuevo y se comprueba que cada casilla se haya completado correctamente, preguntando a cada persona para verificar. Se pueden explicar las historias detrás de cada casilla, dar una definición, etc. Si hay algún error, se continúa con el juego hasta que otra persona gane, y se vuelve a comprobar. Se puede elegir un premio final, pero no es necesario.

Continuar directamente con la actividad para la cual este juego sirve de introducción.

Encuentra a alguien que... ..

... ha vivido en el extranjero	... ha intervenido en un caso de acoso sexual	... tiene 2 o más hermanes
... se ha alzado en defensa de alguien que estaba siendo discriminado	... habla 3 o más idiomas	... puede definir "valor civil"
... tiene una o más mascotas	... ha observado comportamientos racistas o sexistas en la calle	... ha hecho un voluntariado
... ha participado en una manifestación	... toca un instrumento	... ha asistido a clases de defensa personal

5.1.3. La historia de mi nombre

Tema: Relación con el nombre de cada uno, pronombres

Objetivo: Conocerse. Dar la oportunidad a los participantes para que aclaren con qué pronombre se identifican y quieren que los demás usen cuando se refieran a ellos

Destinatarios: Se puede hacer en campos de voluntariado, seminarios, formaciones, campos de formación de coordinadores, formaciones previas a la salida, etc., así como en colegios u otros grupos interesados.

Tiempo asignado: 30-45 min

Metodología: Compartir

Material necesario: Póster con preguntas

Introducción: 5 min (Juego del nombre)

Actividad principal: 30-40 min

Colgar un póster en la pared con las preguntas siguientes:

Historia de mi nombre:

- ¿Qué experiencias asocias con tu nombre?
- ¿La gente puede pronunciar tu nombre correctamente?
- ¿Cuál es el significado de tu nombre?
- ¿Qué pronombre deberíamos utilizar para referirnos a ti?
- ¿Se puede traducir tu nombre a otro idioma?
- ¿Te gusta tu nombre?
- ¿Tienes algún apodo?

Puedes elegir eliminar 2/3 preguntas de las anteriores si lo deseas.

Nota: A menudo, este juego incluye preguntas como "¿Quién eligió tu nombre y por qué?" / "¿Alguna vez te has cambiado el nombre?". Recomendamos no utilizar estas preguntas, puesto que alguien (p. ej. transexuales) se puede sentir en la incómoda posición de mentir o tener que sacar a la luz su historia, cuando quizá no le apetezca.

Explicar a los participantes que ahora pueden compartir sus historias y experiencias respecto a su nombre, contestando las preguntas

del póster. Dependiendo del tamaño del grupo, se puede elegir si se comparten las historias en grupos reducidos de 3 o 4 personas, o si se comparten en común. Si hay más de 8 participantes, recomendamos hacerlo en grupos reducidos, puesto que puede tomar demasiado tiempo.

Si se hace la actividad en grupos reducidos, se realiza una ronda final en común en la que los participantes pueden compartir una respuesta de cada persona.

Puesto que es una actividad de conocimiento, no hace falta explicación previa. De todos modos, asegúrate de señalar la importancia de respetar y usar los pronombres con los que cada persona se sienta representada. La actividad se puede combinar con un taller sobre la empatía y el respeto en un espacio seguro, ya que se centra en las experiencias personales y la escucha.

5.1.4. Retratos

Tema: Conocerse unos a otros

Destinatarios: Se puede hacer en todas partes, con grupos que se acaban de conocer

Tamaño del grupo: Mínimo 8 personas

Tiempo asignado: 25 min

Metodología: Dibujo

Material necesario: Una hoja de papel por persona y bolígrafos o lápices de colores. Una silla o cojín por participante.

Introducción: 5 min

Los participantes se sentarán en parejas, una enfrente de otra creando un círculo (mitad del grupo están mirando hacia fuera y la otra mitad miran hacia dentro). Se reparte un papel y un bolígrafo a cada participante y se pide a cada participante que escriba en la parte superior del papel el nombre de la persona que tiene enfrente.

Actividad principal: 15 min

Se pide a los participantes que dibujen la forma de la cara de la persona que tienen enfrente. Después, se les pide que intercambien el papel con su compañera (de modo que cada participante recibe

el suyo), y el grupo del exterior del círculo se mueve un asiento a la derecha.

Se pide que intercambien el papel de nuevo con su nueva compañera y se les pide que dibujen los ojos. Se intercambian los papeles otra vez. Después de que se dibuje cada parte, los participantes se devuelven los papeles y el grupo del interior del círculo se mueve un asiento a la derecha. Se dibujarán las siguientes características:

- Nariz
- Boca
- Orejas
- Cabello
- Aquello que consideren que falta

Puesta en común: 5 min

Se pueden utilizar los papeles para pegarlos en la pared y escribir los pronombres con los que cada persona se identifica.

5.1.5. Descripción de “nuestro espacio seguro”

Tema: Espacio seguro

Objetivo: Acordar un espacio seguro en el proyecto

Adquirir conciencia sobre las necesidades personales de los demás

Entender mejor las necesidades de uno mismo

Destinatarios: Seminarios/formaciones/campos de voluntariado el primer o segundo día del proyecto

Tiempo asignado: 45- 60 min

Metodología: Lluvia de ideas y puesta en común

Material necesario: Una cartulina con las preguntas preparadas

Bolígrafos de colores

Introducción: 5 min

Asegúrate de que todos los miembros del grupo se sientan cómodos con los demás y de que hay un ambiente relajado. Explícales que el proyecto está justo empezando, y es importante para todos

les participantes y para ti que se sientan seguras, cómodas y que pueden ser ellas mismas sin ninguna preocupación. Para ello, es importante que todas entendamos qué significa que todas nos sintamos seguras.

Divide a la gente en dos grupos. Si los grupos tienen más de 5 personas, divídelos en 4 grupos y que cada pregunta de las que hay a continuación la contesten 2 grupos distintos, no sólo uno.

Explícales que cada grupo recibirá una cartulina con una pregunta, y que tendrán 20 minutos para contestar la pregunta, de manera colectiva e individual. Tienen que escribir la información con bolígrafos de colores en una cartulina.

Actividad principal: 35-40 min

En los grupos, los participantes trabajarán en sus cartulinas durante 20 minutos y tomarán apuntes sobre todos los temas que vayan saliendo.

- Una cartulina dice: “¿Qué hace que te sientas inseguro?”
- La otra, dice: “¿Qué necesitas para sentirte seguro?”

Después de esta puesta en común, cada grupo la presenta con los demás – primero el que haya definido qué necesitan para conseguir un “espacio seguro”, luego el que haya respondido sobre los espacios inseguros. A continuación, al segundo grupo se le pedirá que sugieran al primero qué añadirían a su póster, convirtiendo su recopilación negativa en algo positivo. El póster con “¿Qué necesitas para sentirte seguro?” contendrá, así pues, las necesidades de todo el grupo y se colgará en la pared a modo de recordatorio durante todo el proyecto.

Puesta en común: 0-10 min

Si ya se ha hecho el acuerdo de grupo, deben asegurarse de actualizarlo con aquellos aspectos tratados en esta actividad.

Conclusión: 5 min

Es muy importante que todas respeten las necesidades expresadas en esta dinámica, tanto individuales como colectivas, y que se comuniquen cuando estas expectativas no se cumplen, así como cuando algún miembro se sienta incómodo por ello.

Tengan siempre consciencia de sus acciones, así como las reacciones que estas puedan provocar.

5.2. TERMINOLOGÍA BÁSICA

5.2.1. La Persona JenGénero

Fuente: <https://www.genderbread.org/>

Tema: Introducción a la terminología básica

Objetivo: Entender diversos términos relacionados con el género y la sexualidad. Habilidad para explicar estos términos de forma coherente e interconectada

Destinataries: Participantes con poca o ninguna experiencia y noción sobre temas de género y sexualidad.

Personas formadoras y líderes del campo de voluntariado que necesiten una herramienta básica para presentar estos términos a los demás.

Taller introductorio, se puede hacer en las primeras fases de una formación, incluso cuando todavía no se ha construido una relación de confianza en el grupo. En este caso, debes asegurarte que se trabaja en grupos de conocimiento mutuo y que sólo deben compartir aquello con lo que se sientan cómodas.

Tiempo asignado: 45- 60 min

Metodología: Presentación, compartir en grupos

Material necesario: Proyector o cartulina. Copias impresas de la Persona JenGénero para cada participante

Introducción: 5 min

Rompehielos o juego de confianza

Actividad principal: 30 min

La Persona JenGénero es una herramienta visual que trata de combinar diferentes términos importantes en temas de género y sexualidad, en una sola herramienta. Para realizar esta actividad, debes ir a la página web de GenderBread Person y leer las explicaciones de los términos y orientaciones.

Empieza repartiendo las copias impresas de la imagen de la Persona JenGénero, y enséñalo a su vez proyectado en la pantalla o en tu

propio dibujo de la cartulina.

Presenta las diferentes categorías bajo las cuales se agrupan los términos: "identidad de género", "expresión de género", "sexo biológico", "atracción romántica" y "atracción sexual". Anima a los participantes a explicar los términos agrupados bajo estas categorías ellos mismos. Completa aquello que no se haya explicado y/o mejora aquello que no se haya explicado o se hayan dejado.

Pide a los participantes que se agrupen en parejas o grupos de 3. Deberían compartir con su compañere y hablar sobre sus experiencias personales, identidad y expresión relacionadas con la identidad de género, expresión de género, sexo biológico, y atracción romántica y sexual. Pídeles que puntúen en el papel. Señala que tienen que puntuar cada línea, no sólo una línea por categoría. Pueden elegir si en la línea se ven a ellos mismos, y no hace falta añadir los porcentajes.

Antes de facilitar la actividad, reflexiona sobre dónde te ves a ti mismo en estas líneas.

Puesta en común: 15 min

Cuando vuelvan al pleno, facilita un debate con las siguientes preguntas:

- ¿Cómo te has sentido haciendo esto?
- ¿Ha sido fácil/difícil? ¿Por qué?
- ¿Qué has aprendido?
- ¿Qué te ha sorprendido?

Remarca que no hace falta que compartan sus experiencias personales ni información en el grupo grande.

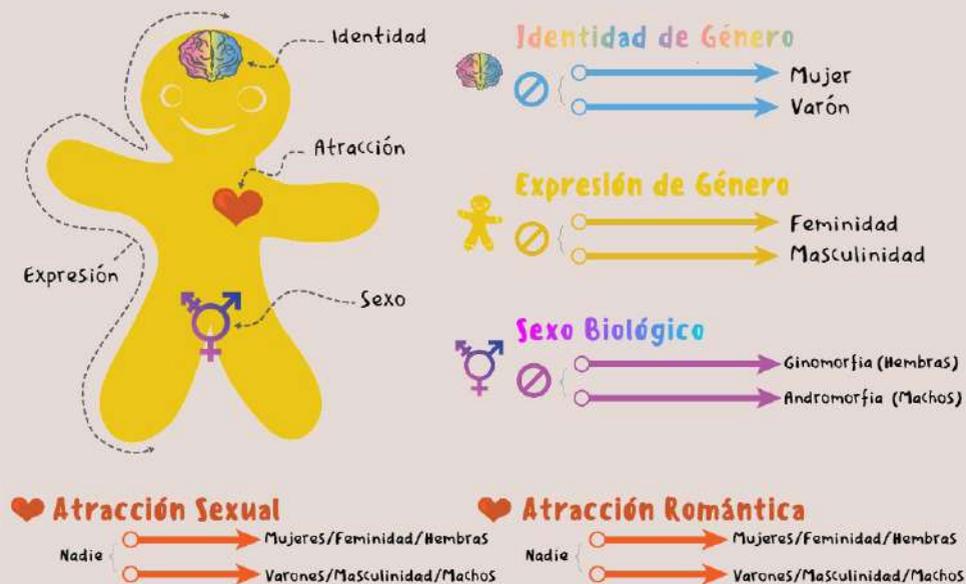
Conclusión: 5-10 min

Señala cómo es de importante que no se mezclen términos, especialmente en relación a estereotipos y estigmas. Pide algunos ejemplos.

Finalmente, si lo deseas, puedes crear un debate en el grupo sobre el concepto binario de género y sexo en nuestra sociedad. Esto depende de los participantes.

La Persona JenGénero v3.2

its pronounced **MEI**ROsexual
Versión en Español por Sol Toivar para STI



El Unicornio del Género

Gráfico de **TSER**
Trans Student Educational Resources



Si quiere saber mas, vaya a:
www.transstudent.org/gender

Diseño de Landyn Pan and Anna Moore

A continuación (y en la terminología y explicaciones ya vistas) también se menciona el Gender Unicorn. Dependiendo de los conocimientos e intereses de tu grupo, sugerimos que utilices esta imagen con tal de hacer la actividad más inclusiva y menos binaria. Si utilizas la Persona JenGénero porque trabajas con un grupo sin conocimientos previos y consideras que será más fácil para los participantes, por lo menos puedes enseñar esta otra versión como mensaje de que hay otras opciones más allá de “macho” y “hembra”.

5.2.2. Una actividad de género

Fuente: Las funciones de juego según el famoso juego de mesa “Activity”

Tema: Terminología básica sobre género y educación sexual

Objetivo: Introducir términos sobre género y/o educación sexual de forma entretenida

Destinatarios: Se puede hacer en campos de voluntariado, formaciones, seminarios, etc. así como en colegios u otros grupos interesados.

Se necesitan por lo menos 8 personas

Tiempo asignado: 15–30 min

Metodología: Explicación de los términos mediante palabras, señas o dibujos

Material necesario: Trozos pequeños de papel, algunos en blanco y algunos con los términos ya escritos

Un dado para decidir si el método de explicación será mediante señas, dibujos o hablando (1, 2, pueden ser dibujar, 3 y 4 señas, 5 y 6 hablar)

Una cartulina en la pared para dibujar que todos puedan ver

Introducción: 5–10 min

Dispone los participantes en grupos de 3–5 personas.

Explica a los participantes que jugarán a un juego para aprender sobre género y sexo. Explica los 3 métodos para presentar algo:

- Dibujo
- Señas – sólo con el cuerpo, no se vale hacer ruidos, decidan si se puede señalar o no.
- Hablar – no se puede utilizar ninguna de las palabras en el papel

Sólo los miembros de un mismo grupo pueden adivinar el término. Tienen un minuto por grupo en cada ronda para adivinar tantos términos como puedan y recoger los papeles. El grupo ganador será el que haya recogido más papeles,

Pueden tener los papeles con la terminología listos.

Algunos ejemplos sobre educación sexual pueden ser: trío, condón, vibrador, fetiche, coito, embarazo, sex shop, consentimiento, bukakke, gangbang, amor, relación, romance, etc. (para inspiración, busca en folletos sobre educación sexual o piensa sobre tu propia educación sexual y qué te hubiera gustado que te explicaran, adáptalo específicamente a tu grupo y al contexto del taller).

Algunos ejemplos sobre educación de género pueden ser: cisgénero, baños por género, estereotipos, trabajo social, hombre, mujer, no binario, fobia, poliamor, etc. (échale un vistazo al glosario del final del manual, o considera los términos que sean más afines al grupo y los objetivos).

También puedes no tener los términos preparados y que en su lugar, los participantes escriban los términos. En este caso, reparte 5 papeles o más y un bolígrafo para cada uno. Deja que escriban 5 términos relacionados con la educación sexual o de género en el papel. Recógelos en un sombrero, plato o tarro.

Actividad principal: 10–15 min

Cada grupo dispone de 1 minuto por ronda. Una persona se levanta y hace la explicación al resto, mientras ellos intentan adivinar de qué término se trata. La persona debe cambiar a cada ronda. Al principio del minuto, da el dado a la persona elegida para decidir qué método de explicación emplear en esta ronda. Luego que cojan un papel con un término. Cuando los demás hayan acertado la palabra, que se queden el papel y elijan otro.

El juego continúa hasta que acaba el tiempo o hasta que se acaban todos los papeles.

Puesta en común: 5 min

Si lo deseas, puedes facilitar un debate corto con las siguientes preguntas guiadas:

- ¿Qué te ha resultado nuevo?
- ¿Qué te ha sorprendido?
- ¿Hay algún término que requiera aclaración?

Si hay algún término que se ha dejado de lado porque no se entiende, podemos discutirlos o explicarlos ahora.

5.2.3. Lluvia de ideas, agrupación y definición de terminología básica

Tema: Terminología básica de la educación de género

Objetivo: Obtener un conocimiento básico común de la terminología relacionada con la educación de género para ayudarnos a entender y comunicar en relación al género.

Destinataries: Participantes en seminarios, formaciones, campos de voluntariado

Esta metodología es especialmente valiosa cuando tengan un proyecto enfocado al género y les participantes tengan niveles distintos de experiencia con el tema

Tiempo asignado: 70-90 minutos

Metodología: Lluvia de ideas, agrupación, búsqueda de definiciones

Material necesario: Por lo menos 50 tarjetas de moderación, se recomiendan 100.

Introducción: 5 min

Haz saber a tu grupo que en la siguiente sesión entenderán la envergadura y las conexiones respecto al tema del género, y que la información saldrá del grupo, de ellos mismos. Recuérdales que hacer las preguntas indicadas es igual de importante que añadir contribuciones o comentarios. Las preguntas ayudan al grupo a entender y compartir sus conocimientos.

Actividad principal:

Parte 1 – Lluvia de ideas: 20-30 min

Toma la pila de tarjetas de moderación, pide a les participantes que

te digan un término relacionado con el género tras otro y anótalos. Si no están familiarizadas con la educación no formal, puedes escribir dos o tres ejemplos como “patriarcado”, “slut-shaming” o “interseccionalidad”.

Mientras vayan diciendo los términos, sigue anotándolos en las tarjetas, uno por tarjeta. Colócalas aleatoriamente delante tuyo en el suelo, sin ningún orden todavía.

De vez en cuando, recuérdales que cuando alguien diga un término que no conocen, pueden pedir una respuesta rápida de una frase para adquirir conocimiento sobre lo que es.

Tómate el tiempo que necesites para esta actividad, y utilízalo como lluvia de ideas, de modo que cualquier aportación sea válida.

Parte 2 – Agrupación: 10 min

Deja que les participantes, como parte de un grupo entero de proyecto, agrupen los términos de una forma que tenga sentido para ellos. Asegúrate de que todos les participantes se involucran en la conversación sobre cómo agrupar. Cuando la agrupación esté hecha, que se sienten de nuevo en un círculo y que te expliquen las agrupaciones que se les hayan ocurrido.

Parte 3 – Definición: 30-50min

Agrupar a les participantes en grupos equitativos, cada grupo será responsable de una agrupación. Tomarán una tarjeta de moderación del grupo y tendrán 20 minutos para descubrir:

- la definición de los 2 términos más complicados del grupo (que la escriban en la tarjeta con el término), y
- los efectos que tienen estos conceptos en la vida diaria de las personas.

Esto último tendrá un sentido amplio, y no puede hacerse con cada término individual.

A continuación, deja que vuelvan al plenario y presenten el resultado de su trabajo.

Conclusión: 5 min

Hazles saber que colgarás las agrupaciones de tarjetas en la pared. Durante el proyecto, podrán añadir términos que vayan saliendo y que todavía no se hayan tratado. Si aún no se entienden, diles que te lo hagan saber y se los explicarás (válido para el período entero del proyecto).

5.3. REFLEXIÓN: HISTORIAS PERSONALES Y ESTRUCTURAS DE PODER

5.3.1. Introspección de género

Tema: Experiencias personales relacionadas con el género, los roles de género, “hacer” género y el género en proyectos de juventud.

Objetivo: Crear conciencia sobre las diferentes experiencias relacionadas con el género; reflexionar sobre cómo una misma trata con los roles de género; reflexionar sobre cómo se actúa en los seminarios en relación a tareas de género.

Destinataries: Se puede hacer en campos de voluntariado, seminarios, formaciones, formaciones de coordinadores de campos, talleres introductorios, etc. así como en colegios u otros grupos interesados.

En este caso, el tamaño del grupo no importa.

Tiempo asignado: 60–75 min.

Metodología: Introspección, intercambio.

Material necesario: Cuestionarios de introspección impresos, suficiente espacio para que todes tengan privacidad.

A tener en cuenta: El grupo debería conocerse un poco y todes deberían tener por lo menos una persona con la que se sientan a gusto compartiendo historias personales. La metodología podría forzar gente a hacer pública su sexualidad con la persona con la que estén hablando. La metodología puede poner sobre la mesa recuerdos delicados, por lo que debe haber espacio y tiempo para que les participantes tengan tiempo a solas al terminar.

Introducción: 5 min

La persona facilitadora introduce la introspección. Se explica a les participantes que se juntarán en parejas con alguien con quien se sientan cómodos. Es importante destacar que les participantes deberán mantener en privado aquello que les cuente su pareja. La persona facilitadora les repartirá los cuestionarios de introspección.

Actividad principal: 40–60 min

Les participantes pueden ir donde quieran para pensar las preguntas

e intercambiar respuestas. Se les pedirá que vuelvan al cabo de cierto tiempo. (Puedes utilizar todas o sólo algunas preguntas del cuestionario mencionado a continuación).

Puesta en común: 10 min

El grupo vuelve al plenario de nuevo. La persona facilitadora les pregunta cómo les fue la introspección y cómo se sintieron después. Asegúrate de que les participantes no comparten demasiada información de sus conversaciones, y que nadie se sienta presionado a compartir si no quiere.

Conclusión: 5 min

Asegúrate de que les participantes sepan que estarás ahí durante un tiempo por si alguien quiere compartir algo contigo o necesita tu apoyo.

Introspección – El género y yo

Júntate con otra persona del grupo con quien te sientas a gusto. Puede resultar muy interesante charlar sobre diversidad de género.

1. El género y yo (20 min)

Tómate unos minutos para contestar las siguientes preguntas individualmente. A continuación, tomaos un tiempo para compartir vuestras respuestas. Cuanto quieras compartir con tu compañere, depende exclusivamente de ti.

- ¿Qué significa para ti ser hombre*, mujer*, no-binarie*, ...?
- ¿Qué imagen de ser una mujer o ser un hombre te acompaña durante tu vida diaria?
- ¿Qué ventajas o desventajas tienes por tu género asignado?
- ¿Sientes que debes actuar de cierto modo por tu género?
- ¿Qué pasa cuando no actúas de este modo?
- ¿Qué te molesta del comportamiento de les demás sobre el género?

2. Haciendo género en la vida diaria (20 min)

El objetivo no es contestar todas las preguntas o muchas de ellas. Elige 2 o 4 sobre las que te gustaría hablar. Tómate algunos minutos para reflexionar sobre cada pregunta individualmente, y a continuación compártelo con tu compañere.

- ¿Cómo hablas sobre hombres*/mujeres*? ¿Hasta qué extremo juzgas a la gente por su aspecto, sus éxitos, su fuerza, sus parejas sexuales, su inteligencia...?
- ¿Sobre qué temas hablas con tus amigos del mismo género? ¿Sobre cuáles con amigos de otros géneros?
- ¿Alguna vez le has dicho a una persona de otro género que podías/deberías hacer una tarea en su lugar? ¿Cómo reaccionó la otra persona? ¿Qué tareas del hogar consideras importantes? ¿Cuáles son menos importantes? ¿Cuáles asumes normalmente? ¿Qué tareas haces saber a les demás que haces/has hecho?
- ¿Reflexionas sobre si puedes dormir con diferentes parejas y qué piensan les demás sobre ello? ¿Alguna vez has escuchado a gente juzgar esta situación? ¿Cuál era el “problema”?
- ¿Alguna vez te sientes juzgado por tu ropa? ¿En qué situaciones piensas qué ropa ponerte antes? ¿Por qué?

3. Haciendo género en campos (20 min)

El objetivo no es contestar todas las preguntas o muchas de ellas. Elige 2 o 4 sobre las que te gustaría hablar. Tómate algunos minutos para reflexionar sobre cada pregunta individualmente, y a continuación compártelo con tu compañere.

- ¿Qué tareas haces cuando formas parte de un seminario? ¿Moderar discusiones, diseñar cartulinas, escribir protocolos, lavar los platos, tablas de turnos...?
- ¿Cuánto participas en las discusiones de grupo? ¿Tienes siempre la oportunidad de hablar cuando lo deseas?
- ¿Qué categoría de género utilizas en ejemplos, historias, explicaciones...?

5.3.2. He hecho – no he hecho

Tema: Reflexión, el género en la sociedad, experiencias

Objetivo: Adentrarse en el tema; compartir experiencias; reflexionar sobre la influencia que tiene el género en nosotres y en la sociedad.

Destinataries: Se puede hacer en campos de voluntariado, seminarios, formaciones, formaciones de coordinadores de campos, talleres introductorios, etc. así como en colegios u otros grupos interesados.

Tiempo asignado: 30–50 min.

Metodología: Posicionamiento y discusión.

Material necesario: Cinta adhesiva; una habitación lo suficientemente grande para que quepan todes les participantes en una hilera.

A tener en cuenta: Puede desarrollar sentimientos y experiencias personales; la gente no debería comentar las contribuciones de les demás; puede ser de ayuda tener un espacio seguro creado de antemano.

Introducción: 5 min

Habrà una línea en el suelo marcada con cinta adhesiva. Les participantes estarán de pie en hilera sobre esta línea. En la parte izquierda hay el área de “lo he hecho”, en la derecha, el área de “no lo he hecho”. Explica que leerás algunas frases y elles se tendrán que posicionar. Aclara que si a alguien no le apetece compartir la respuesta a alguna de las frases, puede simplemente quedarse donde están y no elegir ningún lado.

Actividad principal: 20–35 min

Las frases se irán leyendo en voz alta, gradualmente. Cada persona contestará posicionándose en la parte de “lo he hecho” o “no lo he hecho”. Puedes variar la intensidad.

Cosas importantes a destacar en la explicación: se permite mentir; que nadie se ría o comente el posicionamiento de otra persona.

Después de cada frase, se puede ver la alineación como grupo. Puedes decir o que no está permitido hablar, o que pueden hablar sobre la frase voluntariamente. Si permites hablar, deberías clarificar que reírse o comentar directamente los posicionamientos de les demás no está permitido.

Las frases pueden estar relacionadas con el tema de tu proyecto. Utiliza al menos 10–12 frases, aunque pueden ser más. Aquí tienes algunos ejemplos:

- He mandado una foto mía desnuda a través de internet para atraer atención.
- He participado en actividades sexuales con las que no me sentía 100% a gusto.
- He ido a una manifestación feminista.
- He estado en un grupo de auto-ayuda para personas con tendencia violenta.

- He hecho voluntariado en un refugio de mujeres.
- ...

Como ves, los temas pueden ser muy diversos. Depende de los objetivos de la sesión y del proyecto.

Puesta en común: 5-10 min

Después de leer todas las frases, dedica un tiempo de reflexión sobre la actividad.

- ¿Cómo fue estar solo en un lado?
- ¿Cómo fue estar en un lado siendo un grupo grande?
- ¿De qué se han dado cuenta en particular?
- ¿Qué les ha sorprendido?
- ¿Han tenido todas las preguntas el mismo significado en sus vidas?
- ¿Hay alguna diferencia entre las clasificaciones individuales y las colectivas de las diferentes posiciones?

Conclusión: 5 min

Hay diferentes experiencias. Nuestra sociedad es muy binaria y está heteronormativamente organizada. Resume la discusión de los participantes.

5.3.3. En un futuro ficticio antidemocrático

Tema: Tendencias antidemocráticas y noticias falsas

Objetivo: Consumo crítico de noticias e información; reflexión sobre la ciudadanía y la participación activa

Destinatarios: Gente de 13 a 20 años, pueden ser también mayores

Tiempo asignado: 2 horas

Metodología: Juego de rol, manualidades y debate

Material necesario: Cartulinas, rotuladores y bolígrafos de diferentes colores para cada grupo (3 grupos), habitación suficientemente grande para que los tres grupos puedan trabajar sin interrupciones.

A tener en cuenta: Es importante no hacer este taller si no hay tiempo suficiente para debatir los temas con los participantes. En el mejor de los casos, se realiza en un contexto de diversas sesiones

con otras actividades, activando la confianza entre los participantes. Si no, hay riesgo de crear tensiones en el grupo. Si se usa, por ejemplo, en un colegio sin seguimiento suficiente, hay riesgo de que los participantes no tengan la oportunidad de progresar los temas de forma constructiva.

Introducción: 20 min

El taller está organizado alrededor de un evento ficticio con partes interactivas. Después de un rompehielos (sin especificar), es importante destacar a los participantes que las actuaciones y los pensamientos articulados en el taller no tienen que ser personales, sino formar parte del juego de rol. Es importante clarificar esto de antemano y señalar que si alguien no se siente cómodo, pueden abandonar el taller.

El evento consiste en: “Vivimos en un país democrático ficticio, y en las elecciones celebradas ayer, un partido antidemocrático toma el poder con mayoría absoluta en el Parlamento. En relación con la revelación de los resultados de las elecciones, un grupo con las mismas ideas políticas que el partido ganador convoca una manifestación, y no está claro si son miembros del partido o no. La manifestación escala en violentas revueltas y se ataca a gente cuir e inmigrantes. Dos personas mueren, cinco resultan heridas y se destrozan las ventanas del centro local por los derechos cuir”.

Actividad principal: 60 min

Todos los participantes deben pensar un nombre para el país. A continuación, los participantes se dividen en tres grupos: el primero es el partido que ha tomado el poder y ha creado el nuevo gobierno a partir de las elecciones del día anterior; el segundo es la oficina editorial de un periódico liberal; el tercero es la organización local por los derechos cuir. Se da una tarea a cada uno de los grupos, que deberán hacer en los próximos 15 minutos:

- Oficina editorial: informar de los acontecimientos de forma neutral y haciéndolo portada del periódico.
- Partido/Gobierno: escribir una declaración oficial sobre las revueltas. Intentar describir los acontecimientos de forma que beneficie al partido.
- ONG: redactar un correo interno sobre los acontecimientos: qué pasó, qué significa para las personas cuir, ¿cómo debería reaccionar la ONG?

Al cabo de 15 minutos, se pide a los participantes que presenten brevemente sus creaciones (unos 5 minutos cada grupo). Segunda

parte: se da una tarea secreta a cada grupo en forma de nota que sólo leerán los miembros del grupo.

- Oficina editorial: Prepárense para hacer una entrevista crítica al gobierno. Céntrense en las revueltas de ayer y específicamente en la declaración oficial del gobierno (parte 1).
- Partido/Gobierno: Utilicen el estado de caos en el país para introducir cambios políticos siguiendo la agenda del partido, y prepárense para presentarlo en una rueda de prensa.
- ONG: Preparen una manifestación y hagan carteles con este propósito.

Cuando hayan pasado 15 minutos, empieza la parte interactiva del taller. El primer grupo en actuar es el Gobierno. En su nota pone que darán una rueda de prensa en la que presentarán sus nuevas medidas políticas. Cuando damos paso al grupo del gobierno, informamos a les demás que pueden interrumpir siempre que lo crean oportuno, tanto para entrevistar como para manifestarse.

Cuando parezca que la parte interactiva se ha agotado, los grupos tienen la oportunidad de presentar sus resultados sin interrumpirse, si es necesario.

Se pide a les participantes que se “sacudan” sus roles con un pequeño ejercicio.

Puesta en común: 30-40 min

El objetivo del debate es pedir a les participantes que analicen su propio comportamiento en la parte interactiva, cómo han formulado sus mensajes y utilizado el lenguaje y vocabulario, su interpretación de la tarea, cómo se sintieron haciéndolo, cómo utilizaron los medios de forma privada y si pueden relacionar esta tarea con la realidad o experiencias propias. Otros temas a tener en cuenta durante el debate son: propaganda, fake news, violencia, paisaje político (histórico).

5.3.4. ¿Qué es normal?

Tema: No-existencia de la norma

Objetivo: Debatir diversas perspectivas y actitudes

Destinataries: Voluntaries y jóvenes en formaciones/campos de voluntariado/seminarios, etc. Gente joven preparándose para un proyecto internacional; se aconsejan unes 10 participantes.

Tiempo asignado: 2-30 minutos

Metodología: Debate

Es un debate sobre lo que es “normal”, basándose en preguntas triviales de la vida diaria. Puede servir como introducción a un taller.

Material necesario: Papel, bolígrafos, asientos.

Introducción: 5 min

Reparte papeles y bolígrafos. Explica que formularás preguntas y cada participante escribirá su respuesta en silencio.

Actividad principal: 5 min

Las preguntas no deberían ser sobre hechos, sino fáciles de contestar basadas en la opinión personal. No les des demasiado tiempo, deberían tan sólo escribir lo primero que les venga a la mente. Ejemplos para las preguntas:

- ¿Cuántos metros cuadrados tiene un apartamento grande?
- ¿Cuál es el sueldo de una persona que gana mucho?
- ¿A partir de qué edad una persona ya no es considerada joven?
- ¿Cuántas invitades tiene una boda pequeña?
- ¿Cada cuánto tiempo comes pescado?
- ¿Cuántas tazas de café bebes en un día normal?
- ¿Cuántos pares de zapatos son demasiados?
- ¿Qué altura tiene que tener una persona considerada alta?
- Nombra 3 cosas que nunca deberían faltar en un hogar normal.
- ...

Puesta en común: 5-15 min

Comparen las respuestas y debatan sobre:

- ¿Por qué son diferentes?
- ¿Quién define qué se considera normal como respuesta a estas preguntas?
- ¿Las respuestas serían distintas si viniéramos de entornos diferentes?
- ¿Cómo nos influyen las nociones de lo que es normal?

Conclusión: 5 min

Agradece su participación a los miembros del grupo y recuérdales que sólo porque algo es considerado “normal” no quiere decir que sea bueno para nosotros, puesto que aquello que una persona considera “normal”, puede ser distinto para otra.

5.3.5. La carrera del privilegio

Fuente: Adaptado de “Take a step forward”

http://www.eycb.coe.int/compass/en/chapter_2/2_38.asp

Tema: Género, sexualidad, pobreza, clase social, nacionalidad – privilegios interseccionales

Objetivo: Concienciar sobre los privilegios que tenemos por nuestro sexo, género, sexualidad, origen social, nacionalidad, etc.

Tomar conciencia de los estereotipos y roles que se le atribuyen a una persona debido a esos marcadores

Destinatarios: Puede realizarse en campamentos de voluntarios, seminarios, formaciones, formaciones para coordinadores de campamentos, formaciones previas a la partida, etc., así como en escuelas o con otros grupos interesados.

Tiempo asignado: 90 min

Metodología: Juego de roles

Es un debate sobre lo que es “normal”, basándose en preguntas triviales de la vida diaria. Puede servir como introducción a un taller.

Material necesario: Cartas con nombres de personajes

Introducción: 10 min

Hazle saber a los participantes que en el próximo ejercicio se les dará una tarjeta y reaccionarán de acuerdo a lo que allí diga. Estarán en silencio durante el ejercicio y no se les permitirá hablar entre sí.

Actividad principal: 15 – 20 min

Reparte las tarjetas de roles al azar. Diles que lean las cartas. Si no entienden una palabra, díales que sólo pueden pedirle a usted o a sus colegas aclaraciones. Los demás participantes no pueden saber qué rol tienen

Libres de ser quienes somos

Roles:

- Madre soltera, 25 años, inmigrante
- Padre soltero, 35 años, Austria
- Mujer transgénero, 45 años, Kenya
- Mujer transgénero, 25 años, Italia
- Hombre transgénero, 30 años, desempleado
- Ama de casa, 45 años, EE.UU.
- Banquero, casado, Reino Unido
- Hombre gay, estudiante universitario, Berlín
- Mujer lesbiana, estudiante universitaria, Rusia
- Joven o adolescente, 14, talento de béisbol
- Muchacha adolescente, 16, Ecuador
- Mujer profesional, 45, madre
- Hombre soltero, 45, pasatiempo: senderismo
- Mujer soltera, 38, con empleo
- Persona bisexual, refugiado, en periodo de capacitación
- Hombre sin empleo, 50
- Jubilado, sin hijos, a riesgo de indigencia
- Ex estrella porno, 45, en una relación
- Mujer víctima de tráfico, 25, sin empleo
- Trabajador sexual, inmigrante, 25
- Trabajador sexual con título universitario, Reino Unido

Estos roles son sugerencias – siéntete con la libertad de adaptarlas a tu taller.

Cuando repartes las cartas, deja que los participantes las lean y se imaginen la vida de ese personaje. Para apoyarles, deja que se paseen y se enfoquen en las siguientes preguntas en relación con su rol: ¿Cómo creciste? ¿Dónde te educaste? ¿Cómo era tu familia? ¿Qué aspecto tienes ahora? ¿Cómo es tu vida diaria ahora? ¿Dónde socializas? ¿Con quién pasas la mayoría de tu tiempo? ¿Qué haces por la mañana, tarde y noche? ¿Qué estilo de vida tienes? ¿Cuánto dinero ganas? ¿Qué haces en tu tiempo libre? ¿Cómo es tu hogar? ¿Con quién lo compartes? ¿Qué tan saludable eres?

(Las cartas son intencionalmente ambiguas y solo proveen un poco de información, dejando espacio para la imaginación. Al reflexionar sobre esta imaginación se creará un espacio en el cual concientizar sobre los estereotipos.)

Deja que los participantes se pongan lado a lado en una fila, mirando

Manual para educadores, facilitadores y coordinadores de voluntarios

en una dirección (en la que puedan tomar varios pasos). Tods tienen que empezar a la misma altura (línea de salida).

Le narradore empezará leyendo situaciones o momentos, y cada vez que le participante sienta que su personaje podría lidiar con la situación específica sin sufrir cualquier tipo de discriminación, tomará un paso hace adelante.

Lee cada situación de uno en uno. Pausa un momento entre cada enunciado para permitir que les participantes tomen un paso hacia adelante o hacia atrás y observen su posición con relación a les demás.

Enunciados:

- Nunca has tenido graves dificultades financieras.
- Tienes la impresión de que donde vives se respetan tu lenguaje y cultura.
- Tienes la impresión de que siempre se tiene en cuenta tu opinión.
- No tienes miedo de ser parado por la policía.
- Tienes una red de conocides que te apoyan si necesitas ayuda.
- Nunca te has sentido discriminade por tu origen.
- Nunca te has sentido discriminade por tu identidad de género o género.
- Nunca te has sentido discriminade por tu sexualidad.
- Tienes una vida interesante y eres positive sobre tu futuro.
- No tienes miedo de ser acosade por desconocidos.
- No tienes miedo de ser acosade en tu sitio de trabajo.
- Puedes estudiar y seguir la profesión de tu elección.
- No tienes miedo de mostrar tu amor por tu pareja en público.
- Eres libre de enamorarte de cualquiera, sin importar su género u origen.
- No temes por el futuro de tus hijos.
- Tus padres nunca dudaron de ti o tus elecciones en la vida.
- No tienes miedo de que pueda haber violencia en tu relación.
- Estos roles son sugerencias – siéntete con la libertad de adaptarlas a tu taller.

Al final del juego todes les participantes estarán en diferentes puntos del cuarto, formando una especie de “escala humana” desde les más privilegiades hasta les menos privilegiades (conforme sus decisiones subjetivas).

Explicación: 45 min

Ahora todes les participantes deberán describir su personaje a les demás, explicando cómo se sintieron, qué situaciones se les hicieron más difíciles, y sus propias conclusiones.

Empieza un debate con todes: ¿Estamos de acuerdo con la “escala humana” obtenido? ¿Quiere alguien decirle algo a otra persona?

Facilita la discusión con las siguientes preguntas:

- ¿Cómo te sentiste tomando un paso hacia adelante? ¿Quedándote parade?
- ¿Cuándo te podías mover? ¿Cuándo no?
- ¿A qué tipo de discriminaciones te enfrentaste?
- ¿Qué privilegios tenías?
- ¿Te sorprendieron algunos privilegios o discriminaciones?
- ¿Tienes estos privilegios en tu día a día? ¿Cuáles? ¿Cuáles no?
- ¿Qué significa tener privilegio?
- ¿Cómo te das cuenta de que tienes estos privilegios?

Conclusión: 15 min

Agradécele a les participantes la participación y cierra con una pequeña reflexión sobre la importancia de ser conscientes de los privilegios que tenemos.

5.3.6. La Flor del Poder – The Power Flower

Fuente: Basado en <http://tinyurl.com/y4dsooqq>

Tema: privilegio, discriminación, experiencia personal con el tema Género, sociedad

Objetivos: sensibilizar sobre diferentes experiencias con respecto al privilegio y la discriminación; reflexionar sobre la postura y las emociones personales sobre estos temas; reconocer propios privilegios y vulnerabilidades.

Destinataries: Se puede hacer en campos de voluntariado, seminarios, formaciones, campos de formación de coordinadores, formaciones previas a la salida, etc., así como en colegios u otros grupos interesados. El tamaño del grupo no importa.

Tiempo asignado: 60 min

Metodología: autoreflexión, intercambio

Material necesario: impresión de hoja de trabajo “Power Flower”, suficiente espacio para que todes tengan privacidad.

Consideraciones: El grupo se debería conocer un poco, y todes deberían tener al menos una persona con la que se sientan cómodos compartiendo historias personales. El método puede exponer vulnerabilidades de les participantes, y destacar privilegios que les puedan causar culpabilidad. Puede forzar a les participantes a hablar de aspectos privados y personales con la persona con quien está compartiendo la actividad, así que les participantes deberían tener suficiente espacio y tiempo para estar soles después de la actividad.

Introducción: 5 min

La “Power Flower” es una herramienta para trabajo en grupo desarrollada por educadores de transformación social canadienses, para poder identificar quienes somos (y quienes no somos) como individuos y como grupo con relación a los que tienen el poder en la sociedad.

El centro de la margarita está dividido en 16 segmentos, todos representando un aspecto o categoría de nuestra identidad social. Este centro está rodeado por dos series de pétalos, una interna y una externa. Los pétalos externos describen las identidades dominantes o poderosas en la sociedad. Los pétalos internos se rellenan por les participantes y describen la identidad social de cada individuo. El objetivo del ejercicio es establecer cómo de cerca o lejos están les participantes de la identidad dominante en la sociedad. Mientras más pétalos internos coincidan con los externos (dominantes), más poder social tiene ese participante.

Actividad principal:

1er paso: 10 min

Después de haber presentado el propósito y razonamiento de la Power Flower a les participantes, y haberles entregado las hojas de trabajo, rellenen los pétalos externos en grupo. Por ejemplo, cuando rellenen la categoría de predominancia social, no sería muy difícil concordar que “blanco” debería ir en el pétalo externo. Lo mismo puede aplicar para “Inglés” en el pétalo de idioma, y “heterosexual” en el pétalo de orientación sexual predominante.

2do paso: 30 min

Trabajando individualmente o en pares, les participantes escribirán

sus propias identidades en sus hojas de trabajo individuales. Cuando los pétalos internos y externos encajen, les participantes pueden colorear ambos pétalos, así contrastando y destacando puntos de privilegio y de vulnerabilidad. Deja que cada pareja de participantes compare sus resultados con los de sus vecines, haciendo observaciones conforme hagan las comparaciones.

Con el fin de guiar el intercambio, puedes animar a les participantes que reflexionen sobre las siguientes preguntas:

- ¿Fue difícil el saber cómo rellenar los pétalos internos?
- ¿Cuáles de las categorías de identidad consideras las más importantes para ti personalmente? ¿Con cuáles te identificas más?
- ¿Cómo te sientes sobre las etiquetas en tus pétalos internos? ¿Qué experiencias has tenido con relación a estos aspectos de tu identidad?
- ¿De qué manera han contribuido estas experiencias a que seas la persona que eres hoy?

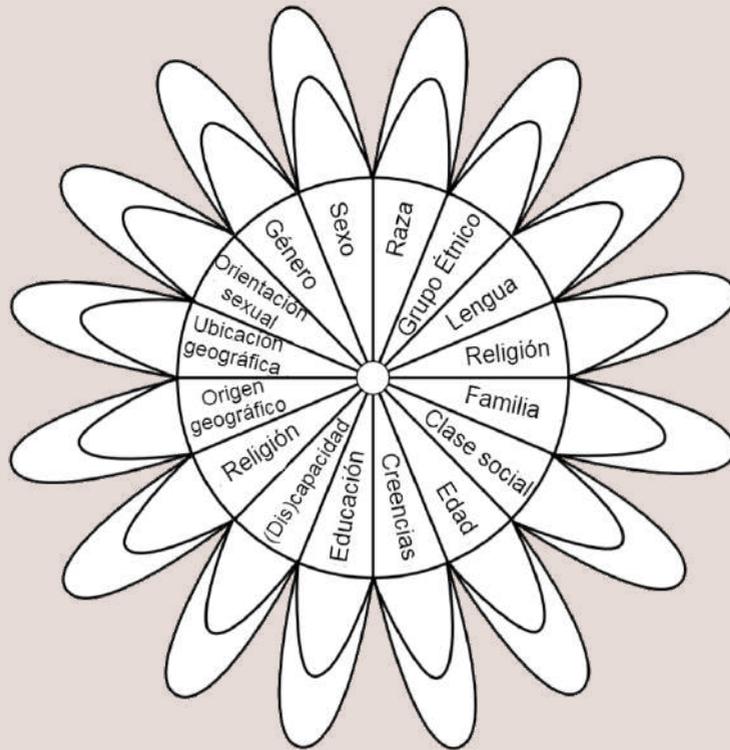
Explicación: 15 min

Cuando el grupo se vuelva a reunir, haz un pequeño resumen con ellos, para darles la oportunidad de compartir sus emociones, impresiones y reflexiones. Hazles saber que no hay obligación de compartir, porque fue una conversación privada.

Guía de preguntas:

- ¿Qué les pareció esta actividad?
- ¿Hay algo que surgió en sus conversaciones que quieran compartir?
- ¿Se percataron de estereotipos que tienen, y cómo les influye en su comportamiento? (Clarifica que no se les va a juzgar, porque todes los tenemos.)
- ¿Se percataron de cómo, en su vida diaria, ustedes y otros construyen el concepto de género?

La ilustración en la siguiente página es simplemente un ejemplo de cómo puedes preparar la Flor del Poder (“Power Flower”) y qué categorías de identidad puede llevar, como por ejemplo: raza, grupo étnico, idioma, religión, familia (¿soltero? ¿nuclear?), clase social, grupo de edad, pronombre, educación, capacidad/discapacidad, clase social de familia, región geográfica (origen), región geográfica (actual), orientación sexual, sexo.



5.3.7. Biblioteca viviente

Fuente: Experiencias del equipo Living Library (Biblioteca viviente) en Zúrich

Tema: Estereotipos, historias y experiencias personales

Objetivos: Aprender sobre la vida de otros, desafiar los estereotipos propios

Destinatarios: Todos quienes estén interesados

Límite de participantes: no más de 5-6 oyentes por “libro” (tamaño de grupo depende de la cantidad de “libros”)

Tiempo asignado: Depende de la cantidad de “libros” (véase más abajo); idealmente en un ambiente relajado y acogedor, propicio para la conversación (ej. una sesión por la tarde/noche)

Metodología: Biblioteca viviente

Material necesario: Mesas y asientos (una mesa por “libro”), campana, etiquetas para los “libros”, posiblemente identificadores con nombres para les “bibliotecaríes”

Introducción: 15 min

Antes de la llegada de los participantes, dar las instrucciones a los “libros” y dar la oportunidad de que se conozcan entre sí.

Dar la bienvenida a los participantes.

Explicar la estructura de la Biblioteca Viviente:

- Dónde están los libros, sus títulos
- Con qué frecuencia cambiarán, cómo se anunciará, cuánto tiempo tendrá cada grupo con los libros
- Cuántas personas pueden unirse a la vez a un libro

Actividad Principal: 60 – 90 min

Los “libros” se sientan a sus mesas repartidos por la sala, y les oyentes escogen un libro y escuchan su historia. Cuando suena la campana, es hora de ir al siguiente “libro”.

Los “libros” tienen libertad en cómo cuentan su historia. Algunas personas prefieren hacer una breve introducción sobre el tema en general antes de contar su historia, otras prefieren empezar directamente. Es su historia, ¡pueden contarla como quieran!

Los oyentes deben ser amables y considerados con sus preguntas. Los “libros” tienen la libertad de no responder si no quieren.

Ej. 4 rondas de 20’, con 6 libros, con pequeños descansos entre rondas para cambiar de mesa.

La duración de las rondas puede ajustarse al número de participantes/“libros” (se recomienda un mínimo de 15’, y un máximo de 30’).

Dependiendo de la duración del evento, se pueden incorporar

descansos más largos para darles a los “libros” tiempo a relajarse (contar tu historia varias veces seguidas es agotador).

Conclusión: 10 – 15 min

Agradécele a los participantes la participación.

Invítales al próximo evento e indícales dónde se encuentra el mostrador de información, si existe.

Tómate un tiempo con los “libros” para ver cómo les pareció la sesión a ellos, si surgió algo a lo que se tiene que hacer frente, y cómo se sienten.

Sugerencias:

Cómo encontrar “libros”: Se ha tenido algo de éxito pidiéndole a organizaciones pertinentes si hay alguien interesado en participar, pero es más fácil convencer a amigos de amigos.

Espacio: un café o bar, si es suficientemente tranquilo. Es aconsejable ofrecerle a los “libros” consumición gratuita.

Crear una pequeña mesa en la entrada con información sobre SCI, anotar a las personas que quieren ser informadas sobre el siguiente evento de Biblioteca Viviente (o incluso si quieren ser “libros”), y una caja para donaciones (para cubrir los gastos de consumo de los “libros”, gastos de impresión de folletos, etc.)

Etiquetas para los “libros” pueden contener nombre, un breve resumen, un título más largo, y los idiomas. Ejemplo:

- Jan Muster
- De viaje
- El autostop como un estilo de vida
- Inglés, Francés, Italiano, Polaco

Situar las etiquetas sobre la mesa del respectivo “libro”, y distribuir las a lo largo del espacio.

5.3.8. La silueta del amor

Fuente: Heartbeat – Relationships without violence (Latido de Corazón – Relaciones sin Violencia) – un manual educativo para escuelas y otros contextos de jóvenes– <http://tinyurl.com/y37dfn9>

Tema: Reflexión sobre el amor desde un punto de vista personal y social

Objetivo: Explorar y reflexionar sobre emociones de estar enamorado, sensaciones físicas, normas sociales, reconocimiento de qué emociones son cómodas e incómodas. Concientizar sobre diferentes aspectos normativos del amor y de las relaciones íntimas.

Destinatarios: Se puede hacer en campos de voluntariado, seminarios, formaciones, etc., así como en colegios con jóvenes de 12+

Tamaño de grupo: mínimo de 6 participantes para crear al menos 2 grupos de 3 cada uno. Idealmente, el número de personas en cada grupo es 5-6.

Tiempo asignado: 45-60 minutos

Metodología: Lluvia de ideas con autoreflexión creativa y enfoque socialmente crítico

Material necesario: 2 hojas de papelógrafo por grupo, cinta adhesiva, marcadores/bolígrafos/lápices de color

Consideraciones:

Intenta asegurar que los participantes no estén calificando las siluetas y opiniones de los otros.

Pueden haber diferencias basadas en la cultura, religión, experiencias románticas y sexuales – asegúrate que los que no tengan experiencias personales tengan la oportunidad de reflexionar sobre las ideas que les rodearon cuando crecían.

Cuando hables de la violencia, sé consciente de las posibles experiencias traumáticas que los participantes puedan tener – sea abuso en sus propias relaciones, o violencia en su familia. Evita acusar a la víctima o normalizar la violencia, y a su lugar, destaca la importancia del derecho a la seguridad y que el abuso nunca es un asunto personal.

Introducción: 5 min

Explica que la actividad constará en reflexionar sobre la sensación de estar enamorado, y no solo de una manera emocional sino también física. Invita a los participantes a considerar diferentes ideas, expresiones, y proverbios relacionados con el amor en la sociedad.

Los grupos deberán preparar una silueta de amor y presentársela a los otros participantes.

Actividad Principal: 20 min

Divide el grupo en pequeños grupos de 3-6 participantes. Dale a cada grupo un papel del tamaño de una persona, o dos papeles del papelógrafo que puedan juntar. En cada grupo, una persona se tumba encima del papel y los otros pintan su contorno en el papel. Los participantes de cada grupo podrán empezar a colorear y rellenar la silueta.

Mientras comentan sus ideas, pueden anotar o pintar cualquier cosa que se relacione al tema del amor y de estar enamorado (emociones, proverbios, expresiones, estereotipos). Las siguientes preguntas pueden ayudarles:

- ¿Cómo te sientes/deberías sentir cuando estás enamorado?
- ¿Qué emociones conectas a estar enamorado? Reflexiona sobre experiencias personales y expectativas sociales.
- ¿En qué partes del cuerpo sientes estas emociones?
- ¿Qué proverbios/expresiones conoces sobre el amor? ¿Hay expresiones específicas sobre el amor en tu propio idioma?

Después de rellenar la silueta, los grupos deben presentar su trabajo a los demás.

Explicación: 30 min

Reúne al grupo y facilita la discusión con las siguientes preguntas:

- ¿Cómo te sentiste haciendo la lluvia de ideas sobre este tema? ¿Hubo algo que te sorprendió? ¿Tuvieron alguna discusión sobre algo?
- ¿Creen que el amor está formado por la sociedad? ¿En qué sentido?
- ¿Tiene género el amor?
- ¿Qué crees que conecta el amor con la violencia?

Conclusión: 5 min

Agradécele a los participantes por sus reflexiones y discusiones. Puedes señalar cómo de importante puede ser el diferenciar entre emociones cómodas e incómodas, y encontrar la línea entre nuestras necesidades, las de los demás, y las expectativas que las personas tienen de nosotros.

5.4. MUNDO(S) MOLDEADO(S) POR EL GÉNERO

5.4.1. Igualdad de género y derechos humanos

Fuente: Basado en <http://www.includegender.org/wp-content/uploads/2014/02/BreakTheNorm.pdf>

Tema: derechos humanos e igualdad de género

Objetivo: Despertar la creatividad de los participantes para encontrar nuevas maneras de avanzar hacia la igualdad de género

Destinatarios: Se puede hacer en campos de voluntariado, seminarios, formaciones, campos de formación de coordinadores, formaciones previas a la salida, etc., así como en colegios u otros grupos interesados.

Tiempo asignado: 60 min

Metodología: Lluvia de ideas; discusión en grupo

Material necesario: Pizarra/papelógrafo, marcador de pizarra blanca/marcador, hojas de papel grande para grupos

Introducción: 5 min

Haz una breve presentación sobre los derechos humanos y la igualdad de género para darle contexto al ejercicio, y luego explícale a los participantes el ejercicio y divídeles en grupos más pequeños.

Actividad Principal: 25 min

Cada grupo recibe una hoja de papel grande con un título ya escrito (aspectos de igualdad de género y derechos humanos – ej. Derechos económicos, derechos reproductivos, acceso a educación, estereotipos de género). Los grupos tienen que imaginar que en 30 años, no habrá desigualdad ni discriminación en el área que están considerando. Tiene que comentar entre sí cómo funcionaría, y escribir las ideas principales en el papel.

En la segunda fase, relacionado con las ideas que reunieron en la primera fase del brainstorming (10-20 minutos), deben sugerir medidas prácticas, positivas y concretas que los individuos/

tomadores de decisiones pueden tomar (basadas en pólizas que conocen o que se imaginan, que son creativas, o que incluso parecen ser imposibles) para asegurar que esta visión que se imaginan pueda ser lograda.

Explicación: 20 min

Los grupos pequeños comparten sus ideas con el grupo completo y tienen la oportunidad de reflexionar sobre las ideas de los otros grupos.

Conclusión: 10 min

Cierre, y si hay tiempo, le facilitadore puede presentar algunos recursos, medidas existentes, e ideas adicionales.

5.4.2. Cuestionario sobre la igualdad de género

Tema: igualdad de género, el género en la sociedad

Objetivos: mostrar las desigualdades de género existentes; difundir en la sociedad conocimientos sobre temas relacionados con el género

Destinataries: Se puede hacer en campos de voluntariado, seminarios, formaciones, campos de formación de coordinadores, formaciones previas a la salida, etc., así como en colegios u otros grupos interesados. Tamaño de grupo: 10-30 personas

Tiempo asignado: 30 min

Metodología: Cuestionario (la información de este cuestionario está basada en el contexto Europeo)

Material necesario: preguntas preparadas en una PowerPoint o en papel – en cartas de tres colores para cada participante, o papeles en el suelo bien separados.

Consideraciones: Las preguntas abordan temas serios y pueden incluir mención de violencia (de género) y desigualdades fuertes. Asegúrate que el formato de quiz no trate estos temas a la ligera, o de manera 'divertida'.

Introducción: 5 min

Explícale al grupo que van a hacer un quiz sobre el género en la sociedad. Enfatiza que algunas de las preguntas abordan la violencia

de género y desigualdades fuertes, y que el formato de quiz no significa que estos temas sean divertidos.

Como facilitadore, puedes escoger cómo contestarán les participantes las preguntas: 0 les das a cada uno 3 papeles con 1, 2 y 3, de cuales deben levantar uno conforme la respuesta que consideren correcta, o marcas 1, 2 y 3 en el suelo con bien de distancia para que ellos tengan suficiente espacio para posicionarse junto al número que consideren que representa la respuesta correcta. Explícales cómo tienen que contestar las preguntas del quiz.

Actividad principal: 20 min

Lees la primera pregunta, y las posibles respuestas. Les participantes levantan la carta que corresponda a la respuesta, o se posicionan junto al número de la respuesta. Cuando todos les participantes hayan escogido la respuesta, les presentas la respuesta correcta y les das más información a caso sea necesario.

Posibles preguntas: (son solo ejemplos, puedes preparar preguntas diferentes para un tema en concreto)

- ¿Desde cuándo las mujeres pueden votar en Suiza?
 - » 1950
 - » 1971
 - » 1989
- ¿Hasta qué año fueron criminalizados actos homosexuales en Alemania?
 - » 1945
 - » 1961
 - » 1969
- ¿Qué tan grande es la brecha salarial de género en determinado país?
- ¿Qué tan grande es la brecha de género en ofertas de servicios de cuidado de niños en determinado país?
- ¿Qué porcentaje de mujeres* / la población han sido víctimas de violencia sexual?
- ¿Desde qué año las mujeres pueden graduarse de la universidad en el Reino Unido? [1948]
- ¿Qué parlamento nacional (cámara baja) tiene el porcentaje de representantes femeninas más alto? [Rwanda]
- ¿A qué tradición en Albania se refiere el término "virgen juramentada"?
- ...

Explicación: 5 min

Facilita una breve discusión en resumen, usando las siguientes preguntas de guía:

- ¿Qué les sorprendió?
- ¿Hubo alguna pregunta que les inspiró a investigar más sobre algo que no conocían?

5.4.3. Siguiendo las huellas

Tema: Héroes/ heroínas de los movimientos feministas, de los derechos humanos, y LGBTQIA+

Objetivo: Ser conscientes de todos los esfuerzos realizados para llegar a conseguir nuestros actuales derechos, conociendo el trabajo de previos activistas

Destinataries: Se puede hacer en seminarios/formaciones/campos de formación u otros grupos interesados.

Tiempo asignado: 70 minutos

Metodología: Investigación, discusión

Material necesario: En esta actividad les participantes investigarán sobre figuras históricas importantes de estos movimientos. Tienes que escoger estos (una a cada 4-5 participantes), y para cada uno preparar 2-3 artículos impresos y tu PC con un video relevante ya cargado.

Introducción: 5 min

Divide les participantes en grupos de 4-5. Ellos escogerán a la figura histórica sobre la que quieren investigar.

Actividad Principal: 40 min

Durante 30 minutos, los grupos investigarán sobre el personaje, con el objetivo de hacer apuntes sobre:

- Sus logros
- Cómo estos logros afectan nuestra vida en el presente

Luego, 3-4 participantes de cada grupo cambiarán de grupo a aprender sobre otra personal. Un miembro de cada grupo se quedará en el mismo puesto y asumirá el rol de anfitrión, para

compartir información con el grupo nuevo e contestar preguntas.

Explicación: 20 min

Cuando se reúnan todos los participantes, guía una discusión en grupo para contestar las siguientes preguntas:

- ¿Qué informaciones fueron nuevas para ustedes?
- ¿Qué les sorprendió?
- ¿En qué cuestiones estamos siendo activos en el presente? ¿Qué cambios queremos realizar para que futuras generaciones puedan vivir en una mejor sociedad?

En la última pregunta, anota las ideas principales para que todos las puedan ver.

Conclusión: 5 min

Cierra el ejercicio con un mensaje al grupo sobre cómo no solamente debemos reconocer los esfuerzos y la lucha de quienes nos precedieron, sino también el hecho de que aún queda mucho por hacer para lograr igualdad de género, respeto a la diversidad e inclusión social.

5.4.4. Espacios y normativas de género

Tema: normativas, espacios físicos, privilegios y violencia de género.

Destinataries: Se puede hacer en seminarios y formaciones con enfoque de género, pero también en campos de voluntariado y otros grupos que no estén tan familiarizados con el tema de género siempre que se adapten las preguntas a los contextos/niveles.

Tamaño de grupo: mínimo 10-12 personas.

Tiempo asignado: 90 minutos

Metodología: world cafe

Material necesario: mínimo 4 papelógrafos y salas separadas, o un espacio grande. Se necesitan al menos 4 facilitadores para hacer anotaciones en los papelógrafos (no intentes hacerlo solo).

Consideraciones: esta metodología debería utilizarse con grupos que ya estén familiarizados con el tema de género. Con grupos menos avanzados se deben adaptar las preguntas.

Preparación:

Antes de la actividad, preparar los 4 papelógrafos con las siguientes preguntas en el centro:

1. ¿Qué son las normas/normativas? ¿Cómo pueden hacer daño? ¿Qué normativas nos influyen?
2. ¿Qué son espacios no-binarios? Ejemplos? ¿Por qué existen y cómo fueron creados?
3. ¿Cómo influyen los privilegios sobre cómo vemos/percibimos el mundo? ¿Cuáles son tus privilegios?
4. ¿Cuál es la conexión entre género y violencia? ¿Pueden los estereotipos llevar a la violencia? (Terminología, lenguaje)

Cada papelógrafo va acompañado por un anfitrión que facilitará la conversación, explicando a los participantes que se comentarán concretamente los temas de las preguntas, y tomará apuntes en el papelógrafo. Para cada grupo nuevo, el anfitrión resumirá lo que los grupos previos comentaron.

Introducción: 5 min

Divide a los participantes en cuatro grupos y explícales que irán a las salas/los espacios separados para comentar un tema en concreto durante 10 minutos, haciendo apuntes en los papelógrafos.

Actividad principal: 50 min

Cada 10 minutos, los grupos se trasladarán al siguiente papelógrafo, y el anfitrión les resumirá las discusiones de grupos previos. Así se podrá expandir las conversaciones.

Puesta en común: 10 min

Después de la actividad principal, se reúne a todos los participantes y los anfitriones resumen los puntos principales de las discusiones.

5.4.5. Lecciones de género en cuentos de hadas

Tema: Estereotipos de género

Objetivos: Concienciar sobre los estereotipos de género con los que nos vemos enfrentados como niños, y reflexionar sobre cómo estos influyen a los jóvenes

Destinatarios: Se puede hacer en seminarios / formaciones / campos

de formación u otros grupos interesados.

Tiempo asignado: 60 – 90 minutos

Metodología: Análisis, reescritura de estereotipos

Material necesario: papelógrafo, bolígrafos, papel para escribir/de impresora

Introducción: 5 min

Informales a los participantes que se van a analizar cuentos de hadas de su infancia. Hagan una lista de estos en el papelógrafo. Separa los participantes en grupos de 4-5 personas y deja que los grupos escojan un cuento diferente para analizar (no más de un grupo por cuento).

Actividad Principal:

Parte 1 – Análisis: 30 – 45 min

En sus grupos, los participantes dividirán la hoja del papelógrafo en 3 columnas:

- características/ adjetivos que describen a los personajes masculinos del cuento
- características/ adjetivos que describen a los personajes femeninos del cuento
- características/ adjetivos que describen a los personajes del cuento que son no binarios, o quienes no tienen un género claramente asignado

Después de 20 minutos, reúne a los grupos de nuevo, e invítalos a presentar sus conclusiones. Reúne en otro papelógrafo las respuestas a la siguiente pregunta:

¿Cómo influyen estereotipos como estos en el desarrollo de los niños, en su autopercepción, y en la imagen que tienen de la sociedad que les rodea?

Parte 2 – Reescritura de estereotipos: 20 – 35 min

Los participantes se separan en los mismos grupos, y continúan trabajando con el mismo cuento. En papel de impresora/para escribir, los participantes pueden escribir el mismo cuento con los estereotipos intercambiados, rompiendo los estereotipos comunes.

Después de 15 minutos, se reunirán todos los participantes y compartirán los cuentos nuevos con todos.

Conclusión: 5 min

Agradécele a los participantes por sus cuentos.

5.4.6. La rueda de preguntas

Tema: Solución de problemas en grupo, habilidades de comunicación, roles de género

Objetivos: Estimular la proactividad y comunicación asertiva en grupos grandes al abordar problemas que ocurren en intercambios entre jóvenes.

Destinatarios: Se puede hacer en campos de voluntariado, seminarios, formaciones, campos de formación de coordinadores, formaciones previas a la salida, etc.

Tamaño de grupo: Apto para grupos grandes

Tiempo asignado: 65 – 80 minutos

Metodología: discusión en grupo y dramatización

Material necesario: Descripciones escritas de varios problemas comunes que pueden ocurrir en intercambios entre jóvenes.

Introducción: 5 min

Divide los participantes en grupos más pequeños (6–8 personas) y asegúrate que cada grupo tiene un facilitador para apoyar. Cada grupo recibirá una descripción breve de un problema común que ocurre en intercambios entre jóvenes – la división de tareas por género, participantes que no quieren cooperar, líderes de grupo que no son suficientemente asertivos, estereotipos de género, discriminación entre participantes, etc.

Actividad principal: 45 min

El grupo escoge una persona que se sentará en el centro de la rueda. Su función es intentar imaginar que están pasando por el problema dado – ¿Cómo se siente? ¿Qué opina sobre el problema? ¿Cómo lo pueden resolver? Etc. Después de eso, todos los miembros del grupo (excepto la persona en la “silla caliente”) hablarán sobre el problema

durante aproximadamente 10 minutos. Es importante intentar discutir por qué el problema surgió, quién es el responsable por ello, qué podría hacer el líder del grupo y los otros participantes.

Seguido, la persona en el centro del círculo intentará concentrarse lo máximo posible en su rol y posición en el problema. Mientras hace eso, los otros participantes caminarán en un círculo alrededor de la persona, haciéndole cualquier pregunta que les venga a la cabeza sobre dicho problema, y sobre las emociones y cogniciones relacionadas. Es una oportunidad para cerrar la brecha de la previa conversación e intentar conseguir toda la información que falta. De esta manera, todos los participantes tendrán un mejor entendimiento sobre el problema y las posibles soluciones. La parte de las preguntas puede continuar hasta que los participantes hayan entendido totalmente el problema.

El siguiente paso incluye tomar una decisión sobre una solución al problema basada en la discusión previa y la información reunida. Los participantes deberán pensar en una breve dramatización que demuestre el problema y la solución que proponen para presentarle a los otros grupos.

Explicación: 15 – 30 min

Cada grupo presenta su problema y la solución propuesta con su breve dramatización. Después de cada presentación, todos los participantes comentan el problema y se les invita a todos a compartir su perspectiva y recomendaciones de otras posibles soluciones.

Conclusión: 5 min

Agradécele a los participantes por su trabajo y destaca la importancia de la comunicación para la resolución de problemas.

5.4.7. Teatro del/le oprimido

Fuente: Basado en una versión simplificada de teatro del oprimido

Tema: Invasión del espacio público común, el privilegio y la micro agresión

Objetivo: Explorar la problemática de la invasión del espacio público común debida a cuestiones de género, y sugerir posibles soluciones

Destinatarios: Participantes de campos de formación de

coordinadores

Tamaño de grupo: máx 20 personas

Metodología: Teatro improvisado con espacio para intervención de todos los participantes

Tiempo asignado: 90 minutos

Material necesario: preparar pequeños cartones (uno para cada grupo) con ilustraciones o descripciones de la situación problemática

Consideraciones: asegurate que todos los participantes están cómodos con la escena

Introducción: 5 min

Divide los participantes en cuatro grupos y explícales que van a preparar una breve escena (de teatro) basado en el cartón. Explícales la manera en la que funcionará el teatro: primero, se presentarán las escenas. Después, se pausará la escena y habrá oportunidad para que los otros intervengan y tal vez cambien el curso de la escena. ¿Cómo? Reemplazando a uno de los actores y aportando su propia solución para/a la problemática.

Para saber qué cartones/escenas preparar, puedes escoger de las situaciones problemáticas descritas en “Retos al espacio seguro” que mejor encajen con tu taller.

Actividad Principal: 60 min

Durante 25 min, los cuatro grupos de participantes deben preparar una escena (de teatro improvisado) basada en las instrucciones en el cartón.

Cada grupo presentará la escena por no más de 3 minutos, y les darán a los demás la oportunidad de identificar la situación problemática que están tratando. Volverán a actuar la escena, y los otros podrán pausar la escena y ofrecer soluciones.

Explicación: 20 min

Lleva una discusión con todos sobre las siguientes preguntas:

- ¿Qué opinaron sobre las situaciones?
- ¿Cómo de fácil fue encontrarles soluciones?

- ¿Hubo alguna situación que creen que puede ocurrir en sus campos? ¿Creen que encontraron la solución correcta con este ejercicio?

Conclusión: 5 min

Reparte a cada participante una copia de los capítulos de Espacio Seguro de este manual, para que puedan estar bien preparados para su campo con la revisión de la checklist y siendo conscientes de los retos que podrían presentarse.

5.4.8. La agricultura, la comida y el género

Tema: ¿Cómo está generificada la agricultura y la comida/nutrición?

Objetivo: Que los participantes piensen en las conexiones entre los dos temas, reflexión sobre cómo el género nos influye a nosotros y nuestro sistema de alimentación.

Destinatarios: Se puede hacer en seminarios / formaciones / campos de voluntariado, especialmente si el proyecto tiene un enfoque de medioambiente.

Tiempo asignado: 2 horas

Metodología: Posicionamiento, Lluvia de ideas, Discusión en Silencio

Material necesario: Cinta adhesiva, papelógrafo, bolígrafos

Consideraciones: Puede desencadenar emociones y experiencias personales para algunos participantes; los participantes no deberían hacer comentarios sobre las contribuciones de otros durante la primera parte. Podría ser de ayuda crear un espacio seguro antes de comenzar.

Introducción: 5 min

Introduce la sesión explicando por qué están haciéndola. Es importante que los participantes entiendan que en esta sesión se tratará el tema de género de una manera muy binaria, que no refleja la realidad. Se usan las categorías de masculino* y femenino* porque las estadísticas y los estereotipos se basan en este sistema binario.

Actividad principal:

Parte 1 – Yo he/Yo no he: 30 min

Este método es apto para grupos más pequeños (aproximadamente de 10 personas). En el suelo se marca una línea con cinta adhesiva. Los participantes forman una fila encima de esa línea. A la izquierda está la zona “Yo he”, y a la derecha de la línea está la zona “Yo no he”. Se leerán unos enunciados, y los participantes tienen que indicar su respuesta moviéndose a la zona que refleje su respuesta. Pueden variar la intensidad.

Es importante explicar que pueden mentir.

Tras cada afirmación, el posicionamiento de los participantes puede ser observado juntos. Puedes decidir si no está permitido comentarlo, o si los participantes pueden hablar voluntariamente. Si permites que hablen, debes de realzar que no deben comentar ni reírse de la posición de otros, y limitar la cantidad de comentarios (ej. máx. 3).

Los enunciados podrían ser:

- Creo que la igualdad de género se ha conseguido en mi país.
- Me han dicho que no debo de hacer algo porque las chicas/los chicos no hacen cosas así
- Me siento discriminado por el género que me fue asignado
- He llevado ropa en la que no me sentí cómodo o que es perjudicial para mi salud, porque es lo que se esperaba de mí
- He ayudado a personas de otro género con algo asumiendo que necesitaban ayuda, sin que me lo pidieran
- Me he sentido limitado o excluido por el género que me fue asignado
- He tomado decisiones diarias basadas en el género que me fue asignado
- Me han pedido hacer trabajo de cuidado por el género que me fue asignado
- Una camarera me ha servido la bebida incorrecta por el género que me fue asignado
- Me han sugerido hacer una dieta
- Me han dicho que la manera en la que como no es adecuada para el género que me fue asignado
- Me han dicho que el trabajo de granja (pesado/manual) es demasiado difícil para mí
- Alguien se ha sorprendido de que puedo cocinar bien
- Conozco a granjeras* (femeninas)
- Mis padres me enseñaron a cocinar y arreglar/reparar cosas
- He propagado los estereotipos de género

- He oído hablar de temas de género en agricultura/comida
- No he dicho la verdad en respuesta a todas estas afirmaciones

Parte 2 – Lluvia de ideas: 30 min

El grupo se divide en dos grupos. Uno está haciendo una lluvia de ideas sobre la pregunta: “¿Cómo se reflejan los temas de género en la agricultura?” y el otro sobre la pregunta: “¿Cómo se reflejan los temas de género en la comida/nutrición?” Después de 15 minutos, los grupos se reunirán para presentar sus reflexiones brevemente y comentar preguntas abiertas.

Parte 3 – Discusión en silencio: 40 min

El grupo tiene 30-40 minutos para llevar una discusión en silencio en los papelógrafos preparados. Una discusión en silencio consiste en comentar por escrito acerca de preguntas, afirmaciones e informaciones que están preparadas en los papelógrafos. Los participantes deben hacer comentarios sobre los comentarios de sus colegas, de manera que se desarrolle una discusión por escrito en los papelógrafos.

Sugerimos las siguientes preguntas, afirmaciones e informaciones, pero puedes adaptarlas a tu grupo/tema/lugar de proyecto:

(*Nota – esta metodología de discusión en silencio puede ser usada para explorar cualquier tema, por lo que puedes adaptarla a tu proyecto y destinatarios)

- ¿Qué roles tiene las mujeres* y los hombres* en la agricultura? ¿Quién manda? ¿Quién se percibe/ a quien se dirige uno como le jefe?
- ¿Quién produce la comida que se come? ¿Cómo fomenta eso la sociedad y cultura rural?
- ¿Qué papel juega el trabajo de cuidado de mujeres* en el desarrollo comunitario?
- ¿Quién hace el trabajo de cuidado en los campos de voluntariado?
- Las mujeres* están más conectadas a la naturaleza – ¿de verdad?
- Gráficas:
 - » “El porcentaje de empleo de hombres* y mujeres*”, FAO. <http://tinyurl.com/y5jabbyo>
 - » “Share of female agricultural holder”, FAO. <http://tinyurl.com/y3rymd4b>
 - » “Porcentaje de gestores masculinos/femeninos por área de tierra agrícola”, FAO. <http://tinyurl.com/yyna4k8f>

- » “Consumo de carnes y salchichas en gramos/día”, Wikimedia. <http://tinyurl.com/y69qbx3q>
- » “Víctimas de desastres naturales por edad y género”, Pino Gonzalez Riancho <http://tinyurl.com/y4kbo29b> + ¿Qué otras consecuencias tienen los desastres naturales para las mujeres*?

Explicación: 15 min

Lleva una discusión con las siguientes preguntas de guía:

- ¿Qué informaciones fueron nuevas para ti?
- ¿Qué te sorprendió?
- ¿Qué preguntas quedan abiertas?
- ¿En qué grado están de acuerdo/en desacuerdo?

Conclusión: 5 min

Para cerrar esta sesión es importante recordarle al grupo que la sesión se ha basado en un sistema de género binario, pero que la realidad es aún más compleja.

5.5. La Violencia

5.5.1 Levántate si...

Fuente: Creighton, Allan/Kivel, Paul (1993): *Die Gewalt stoppen, Mühlheim an der Ruhr*

Tema: Experiencias frecuentes relacionadas con el género

Objetivo: Concienciar sobre experiencias dependientes de género frecuentes; concienciar sobre las diversas violencias de género vividas por otros e impuestas en nosotros mismos

Destinatarios: Se puede hacer en campos de voluntariado, seminarios, formaciones, campos de formación de coordinadores, formaciones previas a la salida, etc. cuando el grupo ya se conozca y se haya establecido un alto nivel de confianza

Tamaño de grupo: mínimo 8 participantes

Tiempo asignado: 40-50 min

Metodología: Reacciones y reflexiones sobre afirmaciones relacionadas a experiencias personales

Material necesario: Una silla para cada participante, todos los participantes se deben poder sentar en un círculo grande en el que vean a todos.

Introducción: 5 min

Puedes empezar este taller con un juego de confianza, pero el taller solo se puede hacer cuando el nivel de confianza entre miembros del grupo ya sea alto. Infórmales que les que no quieran participar en la actividad pueden quedarse sentados y asistir.

Actividad principal: 15 – 20 min

Todos los participantes se sientan en un círculo. Les informas que vas a leer unas afirmaciones, y que deben levantarse si les aplica. Cuando todos se sienten de nuevo, lees la siguiente afirmación.

¡No deben comentarse las afirmaciones! Pueden observar a los demás sin hablar.

Estos son las afirmaciones. Debes leerlas después de decir “Levántate si...” cada vez:

- ... te han dicho que no debes llorar.
- ... te han pegado por llorar.
- ... te has sentido como que no eres suficiente.
- ... las palabras gay o lesbiana han sido utilizadas para insultarte.
- ... te han dicho que te comportes como un hombre/una mujer.
- ... te han atacado físicamente.
- ... has intentado esconder dolor físico.
- ... jamás has observado violencia de género.
- ... has tenido miedo de enseñarle cariño a una persona de tu mismo género/sexo.
- ... has consumido drogas o alcohol para suprimir tus emociones.
- ... te has maquillado o depilado/rasurado partes de tu cuerpo porque crees que te hacen más bonita.
- ... has llevado calzado o ropa demasiado prieta, incómoda, o incluso perjudicial para tu salud.
- ... te has preocupado por no ser suficientemente guape.
- ... has sentido que no encajas en tu género.
- ... has cambiado tu dieta o has entrenado/te has ejercitado para cambiar tu cuerpo.
- ... te has sentido menos importante que personas de otro género.
- ... te has comportado como si no supieras algo para que otra persona se sintiera mejor sobre sí misma.
- ... has tenido miedo de expresar tu opinión en un grupo o te has sentido irrelevante porque otros dominaban la conversación.
- ... has sentido que tus elecciones y oportunidades profesionales estaban limitadas a raíz de tu género.
- ... has sufrido acoso verbal por otros que se han dirigido a ti inapropiadamente, te han silbado, etc.
- ... has sufrido acoso físico al ser tocado inapropiadamente.
- ... has decidido no hacer algo por tener miedo a ser violado.
- ... se te ha exigido ocuparte del uso de anticonceptivos a ti sola.
- ... le has dicho que “sí” a alguien porque tenías miedo de lo que pasaría si dijeras que “no”.

Explicación: 15 - 20 min

Invita a todos les participantes a levantarse, sacudir todas las experiencias que acaban de recordar, y volver al presente.

Hazle las siguientes preguntas:

- ¿Qué acaba de ocurrir?
- ¿Qué preguntas les sorprendieron? ¿Sobre ustedes mismos? ¿Sobre otros?

- ¿Qué preguntas no les sorprendieron? ¿Qué comprendieron sobre sí mismos?
- ¿Observaron diferencias entre los diferentes géneros en el grupo?
- ¿Cómo varían las experiencias mencionadas según el género?
- Sigue la discusión en el grupo si otros temas surgen.

¡Agradécele a los participantes por compartir!

Conclusión: 5 min

Sugiereles que investiguen organizaciones educativas en sus países y dales ejemplos de trabajo juvenil género-sensitivo en tu propio país.

5.5.2. Barómetro de la Violencia

Tema: Tipos de violencia/violencia de género

Objetivo: Reflexión y comprensión de los diferentes tipos de violencia que experimentan y practican las personas, en relación con su género y su sexualidad

Destinatarios: Puede hacerse en campamentos de voluntarios, seminarios, entrenamientos, entrenamientos para coordinadores de campamentos, entrenamientos previos al viaje, etc., así como en escuelas o con otros grupos interesados

Tiempo asignado: 50 min

Método: Discusión barómetro

Material necesario: Copias impresas de las frases (una frase por página, en grande, llenando la página)

Cinta adhesiva para crear una línea en el suelo

Espacio lo suficientemente amplio como para poder albergar al total de los participantes en una fila

Introducción: 5 min

El tema de la violencia puede desencadenar emociones muy fuertes en los participantes – asegúrate de advertirles sobre el contenido de la actividad antes de hacerlo, explicando que se discutirán ejemplos de violencia durante el taller.

Empieza con un juego que fomente la confianza, para asegurar que

el grupo se sienta cómodo discutiendo temáticas fuertes con los demás.

Actividad principal: 20 min

Preparación: Haz una línea con cinta adhesiva en el suelo, en un extremo pon el papel que dice “100% de violencia”, en el otro extremo pon el que dice “0% de violencia”.

Frases:

- Una chica es excluida de un círculo de chicas porque no usa maquillaje ni se viste como las demás.
- Un chico es excluido de un grupo de chicos porque no le gusta el fútbol y es un poco callado.
- En un conflicto con una docente se le dice a una niña que “no es una niña de verdad”.
- A un niño que empieza a llorar durante una pelea/discusión los demás le llaman “niña” o “llorón”.
- Una niña es trans y los otros estudiantes de la escuela se refieren a ella como “eso”.
- Luego de que un chico sale del armario como gay, los otros estudiantes de la escuela lo evitan.
- Alguien dice que la homosexualidad es un pecado.
- Alguien dice que las mujeres, por su biología, no son tan aptas para puestos directivos como los hombres.
- Alguien escribió en la puerta del baño, “Heidi es una puta”.
- Algunos chicos llaman a otro estudiante “cerdo gay” durante el descanso. Una docente que está pasando sacude la cabeza y sigue caminando.
- La madre de una estudiante se presenta como candidata a representante de los padres y madres, y algunas otras padres y madres van a la directora de la escuela para decir: no tenemos problemas con los padres/madres homosexuales pero una lesbiana no es adecuada para ser representante, así que la directora debería hacer algo al respecto.
- Leila quiere cambiar de escuela para ir a una mejor. Durante unas semanas, cada vez que ella levanta la mano para responder, los otros estudiantes comentan, “mira todo lo que sabes...” o “sí que eres inteligente”.
- En el patio de la escuela algunos chicos no dejan que una chica juegue al fútbol con ellos porque es una chica, aunque ella juegue en un equipo de fútbol.
- Un chico intenta convencer a su novia para que tenga sexo con él

aunque ella ya le haya dicho “no”.

- Un profesor continúa tocando a una estudiante haciéndolo parecer un accidente. Ella se siente incómoda con ello.
- Las mujeres en Alemania ganan alrededor de un 20% menos que los hombres.
- Durante un viaje de estudios ocurre una violación.

Entrega las frases impresas a los participantes e invítalos a que las coloquen en el lugar de la línea que consideren aplicable, como “porcentaje” de la violencia exhibida en los casos descritos. Explícales que pueden cambiar la ubicación de los papeles y discutir los cambios entre ellos.

Infórmales que disponen de 20 minutos para decidir la ubicación de cada papel, y cuando hayan tomado una decisión, te lo pueden hacer saber.

Puesta en común: 20 min

Invita a los participantes a sentarse en un círculo y a compartir sus sentimientos y pensamientos sobre este proceso.

Animales a expresar lo que no les gustó, cuáles son las limitaciones del método.

En caso de que la discusión sea lenta, animales a reflexionar sobre las siguientes preguntas:

- ¿Se puede medir la violencia?
- ¿Quién puede decidir qué es más y qué es menos violencia?
- ¿Son todos los tipos de violencia iguales?
- ¿Qué es una cultura de violencia de género y cómo se expresa?
- ¿Existen otros ejemplos que crees que no se incluyeron en las frases?

Conclusión: 5 min

Ponte a disposición para discutir cualquier preocupación que surja después del ejercicio.

5.5.3. Un extraño día normal

Fuente: UR (Radio Educativa) Suecia

Tema: Microagresiones

Es importante discutir las microagresiones como mecanismos sofisticados que “alterizan” (marcan como anormales) y oprimen a nivel individual, y reproducen las normas sociales y las relaciones de poder a nivel estructural.

Objetivo: Ser más conscientes de las normas existentes, las estructuras de poder y las microagresiones a las que estamos sometidos y a las que sometemos a los demás.

Tiempo asignado: 60 – 75 min

Método: película, reflexión y discusión

Material necesario: TV o proyector y PC para reproducir el video (con los cables apropiados, etc.)

Introducción: 5 min

Empieza diciendo que mostrarás una película sobre la normatividad/ las normas.

Actividad principal: 30 min

Miren la película: “En sällsynt vanlig dag” (idioma sueco con subtítulos en inglés) <https://urskola.se/Produkter/193344-En-sallsynt-vanlig-dag#start=91&stop=997>. Alternativamente, pueden ver el siguiente corto, que trata la misma temática (en español): <https://www.youtube.com/watch?v=SBLiBLb23ZA>

Dale a cada participante un papel y una lapicera. Dales 5 minutos para escribir sus sentimientos acerca del video y lo que acaban de observar.

Puesta en común: 20 – 30 min

Déjales que compartan entre todos:

- ¿Qué observaron en la película?
- ¿Qué ha pasado?
- ¿Qué te sorprendió y por qué?

Presenta esto a los participantes:

Hay normas sociales que pueden diferir de un grupo a otro o de una cultura a otra, pero hay otras que se derivan de estructuras sociales sólidas que son más o menos universales en nuestro mundo global,

aunque pueden manifestarse de manera distinta en diferentes espacios.

Lo que es normativo se hace visible sólo cuando es desafiado, con o sin la intención de desafiarlo. Cuando se rompen las normas sociales, lo más probable es que haya reacciones de quienes son normativos (y dominan). Reacciones en todos los niveles, inferiores y superiores. Nivel inferior: fijar la mirada / voltear la cara / microagresiones vs. nivel superior: abuso verbal / castigo físico / muerte.

Veremos una película en la que se producen microagresiones – pero, las tablas se giran – lo que significa que se hace mucho más visible para nosotros. Porque las microagresiones hacia las personas que rompen las normas están tan normalizadas y por lo tanto son generalmente invisibles. “Eres demasiado sensible” es una respuesta habitual y un comentario defensivo cuando alguien habla en contra de las microagresiones (con o sin usar el término).

Las microagresiones a nivel superficial pueden parecer comentarios inocentes, preguntas curiosas, bromas divertidas o incluso cumplidos agradables, pero a un nivel más profundo, pueden ser opresivos porque juegan en los sistemas de opresión como “mecanismos de lubricación” y sostienen estructuras opresivas más grandes.

Preguntas para seguir reflexionando:

¿Son tus comentarios o preguntas sobre alguien necesarios o pueden ser insensibles? Por ejemplo, “pareces gay/hétero” o “nunca hubiera adivinado que eres trans” o “¿cómo es estar en una silla de ruedas...?”

¿Qué derecho tiene una persona a meterse en el espacio o la vida personal de otra persona? (por ejemplo, es descortés decirle a alguien que no conoces “linde” cuando pasa cerca de ti en algún lugar).

Información sobre la resistencia:

La opinión de que las microagresiones no son reales, que las personas son más bien hipersensibles, sólo confirma lo sofisticados que son nuestros sistemas de opresión y lo bien que puede funcionar la discriminación. También es común que la gente haga comparaciones que no son en absoluto comparables para disminuir las discusiones sobre microagresiones y opresión (Véase también: internalización).

Ejemplo: Hay una gran diferencia entre preguntarle a alguien dónde compró sus lindos zapatos y preguntarle a alguien cuándo se “dio cuenta” de que era gay.

Nuestra sociedad injusta nos condiciona a tener prejuicios, pero recuerda ponerte a prueba para que tomes conciencia y no dejes que tus estereotipos afecten a cómo tratas a alguien... (y qué preguntas “especiales” les haces). ¡Todos somos individuos únicos!

Conclusión: 5 - 10 min

Asume la responsabilidad por tus propias lagunas en el conocimiento! No uses a la gente como libros de recetas vivientes, guías de viaje gratuitas o profesores de idiomas... (a menos que realmente lo deseen).

Haz preguntas (abiertas) cuando alguien use microagresiones, hacia ti o hacia otra persona, para cuestionar su comportamiento normalizado (sin juzgar).

La opresión es tan poderosa como “flexible”, ya que toma diferentes formas en diferentes épocas: habla sobre “las pequeñas cosas” que mantienen los grandes sistemas opresivos funcionando.

Respetar el derecho de cada persona a compartir su propia historia en su propio tiempo y a su manera.

5.5.4. Intervención microagresiones

Tema: Microagresiones

Objetivo: Reaccionar a las microagresiones en un campamento; Crear conciencia sobre las microagresiones

Destinatarios: Participantes en campamentos, seminarios, entrenamientos, etc.

Tiempo asignado: 30 minutos

Método: Presentación, reflexión

Introducción: 5 min

Hazles saber a les participantes que en esta sesión no se trata de culpar a nadie. En esta sesión no se trata de acusar a nadie de haber hecho algo malo o incorrecto. Se trata de crear conciencia sobre

nuestras propias acciones, y cómo interactuamos con les demás. A veces la forma en que nos relacionamos con les demás se basa inconscientemente en estereotipos y normatividades que hemos interiorizado al crecer o a través de la sociedad en la que vivimos.

¡Nadie es perfecto! Tampoco tú, une facilitadore.

Hazles saber que la sesión se ha vuelto necesaria porque has observado y/o has sido informado sobre microagresiones más de una vez. No des los ejemplos del campamento a fin de no señalar a les participantes. Diles que sólo echarás un vistazo a lo que está sucediendo en esta sesión y que esperas que en el resto del proyecto todes podamos ser más conscientes de lo que decimos y cómo lo decimos para tener un espacio seguro para todes.

Actividad principal: 15 min

El término microagresión podría no ser claro. No intentes definirlo, sólo muestra este vídeo: “How microaggressions are like mosquito bites” <https://www.youtube.com/watch?v=hDd3bzA7450>

A continuación, explícale a les participantes estos dos términos y dales las definiciones:

- estereotipo
- normatividad

Puedes tomar la definición de la sección “Terminología Básica” de este manual. Visualízalos poniendo dos papeles en el suelo con estas definiciones.

Tras presentarlas, deja en claro que todes crecemos con estereotipos y normatividades en nuestra sociedad y los adoptamos o los desafiamos. Por lo tanto, tenerlos no es algo inusual o problemático, pero es importante ser consciente de ellos, reflexionar sobre ellos y desafiarlos si sientes que están errados. Pídeles que den ejemplos de normatividades. Si no pueden dar un ejemplo, puedes sugerir la heterosexualidad, el cisgénero, ciertos tipos de cuerpo, pertenecer a una cierta religión en un determinado lugar, tener cabello rubio en algunas regiones, comer más en el almuerzo en lugar de la cena, la forma de saludarnos, etc.

Luego pregúntales cuál es la conexión entre las normatividades, los estereotipos y las microagresiones. Propón ejemplos junto a ellos sobre cómo las normatividades y los estereotipos conducen a las microagresiones. Por ejemplo, cuando a una persona de color en Alemania que es alemana le dicen “tu alemán es muy bueno;

¿de dónde eres realmente?”, o cuando a una persona homosexual le preguntan “¿cuándo te diste cuenta de que eras homosexual?; ¿alguna vez besaste a alguien de otro sexo?”, o cuando a una mujer le dicen “¿no es hora de tener hijos?; ya tienes más de 30 años”.

Puesta en común: 5 min

Define las reglas de cómo manejar situaciones como estas durante el resto del proyecto. Por ejemplo, señalarlas, crear una palabra para decir en el momento en que se escucha una microagresión para señalarla sin tener que explicarla, asumir las mejores intenciones, explicar bien por qué algo se experimenta como una microagresión en caso de que no esté claro para la persona que lo dice, si no se lo puedes comunicar, pídele a le coordinadore que lo gestione, etc.

Conclusión: 5 min

Asegúrate de señalar de nuevo que no todos somos perfectos y que este es un proceso de aprendizaje constante para todos nosotros, pero no podemos aprender si no estamos bien informados del hecho de que lo que decimos puede percibirse como una microagresión por alguien más.

5.5.5. Discusión silenciosa

Tema: Sexismo diario

Objetivo: Identificar los componentes del sexismo en la vida cotidiana y las estructuras subyacentes del patriarcado

Destinatarios: Puede hacerse en campamentos de voluntarios, seminarios, entrenamientos, entrenamientos para coordinadores de campamentos, entrenamientos previos al viaje, etc., así como en escuelas o con otros grupos interesados. En el mejor de los casos el grupo ya se conoce antes del taller.

Tiempo asignado: 45 – 60 min

Método: Discusión silenciosa

Material necesario: Carteles con frases. Pegatinas en rojo, verde y naranja – 8 de cada color para cada participante (listos para entregar). Una lapicera para cada participante.

Introducción: 5 min

Hazles saber a los participantes que en la siguiente actividad tendrán una discusión silenciosa. Es decir, verán carteles con acciones y tendrán que calificarlas poniendo una pegatina en cada uno de ellos:

- Rojo – Me siento muy ofendido/incómodo/agredido
- Naranja – Me siento un poco ofendido/incómodo/agredido
- Verde – Esto me parece bien.

Además de poner estas pegatinas, pídeles que argumenten su elección por escrito junto a la pegatina. También pueden responder por escrito a los argumentos de los demás, de esta forma se inicia una discusión con los papeles, sin hablar.

Actividad principal: 20 – 25 min

Pon los carteles en el piso de manera que sea posible caminar entre ellos.

Nuestras acciones sugeridas son las siguientes, pero puedes adaptarlas al grupo o al contexto de tu taller:

- “Un beso de alguien que no conoces”
- “Alguien te roza adrede en un autobús”
- “Alguien te abre una puerta”
- “Alguien insiste en llevar tus bolsas”
- “Alguien te toca en el pecho, sin permiso”
- “Alguien que no conoces te dice que eres hermosa”
- “No se presta atención a tus comentarios al cocinar, ya que se supone que no tienes ni idea”
- “Tu opinión en una reunión no se tiene en cuenta”

Invita al grupo a levantarse, caminar alrededor de los carteles, leer las acciones e iniciar las discusiones.

Puesta en común: 10 – 20 min

Pídeles que se sienten en un círculo de nuevo, con los carteles en el centro del círculo. Facilita la discusión comenzando con la siguiente pregunta:

- ¿Qué les pareció?
- ¿Hubo algo sorprendente para ustedes? ¿Cómo y por qué?
- ¿Cuál de las frases fue la más fuerte para ustedes?
- ¿Cuál de ellas fue la menos dañina para ustedes?
- ¿Cuáles son expresiones del patriarcado? ¿Hay algunas que no lo

sean?

No tienes que repasar todo de nuevo, porque ya tuvieron la discusión en los papeles y eso sólo sería repetitivo.

Conclusión: 5 min

Aporta una definición de patriarcado e invita a les participantes a ser conscientes en el futuro de sus propias acciones y las de les demás, observando que una acción, aunque tenga buenas intenciones, forma parte de un sistema en el que a las mujeres y los hombres se les atribuyen ciertos papeles que no se consideran iguales.

5.6. LGBTQIA+

5.6.1. Un sombrero lleno de preguntas

Fuente: Basado en un proyecto-visita con <http://www.abqueer.de/> en Noviembre de 2017

Tema: Autobiografías de les miembros de la comunidad LGBTQIA+

Objetivo: Entender las autobiografías del colectivo LGBTQIA+, entender las realidades del colectivo LGBTQIA+, darle la oportunidad a les participantes de hacer preguntas que aún no han sido respondidas y que tal vez sientan vergüenza de hacer

Destinataries: Puede hacerse en campamentos de voluntaries, seminarios, entrenamientos, entrenamientos para coordinadores de campamentos, entrenamientos previos al viaje, etc., así como en escuelas o con otros grupos interesados

Tamaño del grupo: mínimo 5 participantes

Tiempo asignado: 30 – 80 min

Método: Preguntas y Respuestas

Material necesario: Sombrero o caja, papелitos del mismo tamaño (unos 3 por participante), una lapicera por participante

No se necesita tecnología, a menos que se prevea una puesta en común extra a través de un video o presentación.

No intentes facilitar esto por tu cuenta, sino asegúrate de que haya dos de ustedes en caso de que las preguntas se tornen demasiado personales y necesites un descanso o apoyo.

Les dos facilitadores tienen que ser miembros de la comunidad LGBTQIA+, ya que el taller es un espacio donde les jóvenes pueden conocer a les miembros de la comunidad y hacer preguntas. Si sólo una persona es miembro de la comunidad, el taller puede resultar demasiado centrado en elle y resultar estresante. Si ninguno de les dos es miembro de la comunidad, el taller se limita a un nivel teórico.

Introducción: 10 – 15 min

Si el grupo no se conoce aún, haz un juego para romper el hielo,

como por ejemplo la ensalada de fruta (ver arriba). Es útil que se rompa el hielo haciéndose preguntas mutuamente, ya que pone en marcha el método del taller. Incluso si el grupo ya se conoce, sería útil realizar un juego de este tipo como un “energizante”.

Preséntense a los participantes. Algunos componentes interesantes para este taller son: el nombre, la sexualidad, el género. Puede que quieran darles otra información, como de dónde son, sus edades, sus estudios, etc.

Luego explíquenles a los participantes que tienen 5 minutos para pensar en preguntas que quieran hacerles a los facilitadores sobre sus vidas. Déjenles en claro que esta es una oportunidad para preguntar lo que quieran, y que las preguntas se leerán de forma anónima.

Entreguen los papeles (3 por persona) y las lapiceras y pongan el sombrero en el medio de la habitación.

Luego de 5 minutos vayan alrededor del círculo y recojan aquellos papeles que aún no fueron puestos en el sombrero.

Actividad principal: 20 – 40 min

Tomen el sombrero entre los dos y alternándose siempre entre los facilitadores, tomen un papel. Lean la pregunta en voz alta y respóndanla tan bien como puedan y con la mayor apertura con la que deseen compartir.

Si la pregunta se torna demasiado personal, por ejemplo “¿Cómo tienen sexo?” y no desean responderla de manera personal, siéntete libre de usar información general, como “las parejas de lesbianas...”

Si una de las preguntas en los papeles es grosera o irrespetuosa, siéntense libre de ignorarla o de abordarla directamente, explicando por qué dicho término o dicha pregunta no se considera políticamente correcta y cómo los miembros de la comunidad LGBTQIA+ se sienten al respecto.

Puesta en común: 5 – 20 min

Denle las gracias a los participantes por sus preguntas y su atención. Háganles saber que esperan que las cosas estén más claras para ellos ahora. Denles la oportunidad de preguntar abiertamente sobre cualquier duda que se les presente.

Si lo desean, pueden seguir haciendo una puesta en común sobre algún mensaje puntual que quieran transmitir a sus participantes, por ejemplo, sobre los derechos para adoptar en los países europeos, o sobre la experiencia de salir del armario. Para ello pueden utilizar un video o una presentación.

Si consideran que hay un aspecto importante que no se ha tocado en absoluto durante la sesión, y que creen que su grupo destinatario debería conocer, siéntense libres de hacer un breve aporte, aunque no hayan preparado ninguna presentación. Por ejemplo, los pronombres personales y su uso en los campamentos de voluntarios en el caso de los voluntarios LGBTQIA+ pueden ser interesantes para explicar en la formación de coordinadores de campamentos, y puede que no se les haya preguntado durante la sesión de preguntas y respuestas.

Conclusión: 3 – 5 min

Antes de terminar, hagan saber a los participantes adónde pueden ir para obtener más información y apoyo. Esta información puede variar según el país y la ciudad.

También faciliten sus datos de contacto o los de su organización.

5.6.3. Psicólogo de escuela

Fuente: Basado en <https://pinkpractice.co.uk/> (Cuestionario sobre la heterosexualidad)

Tema: Heteronormatividad

Objetivo: Cuestionar la heteronormatividad

Destinatarios: Puede hacerse en campamentos de voluntarios, seminarios, entrenamientos, entrenamientos para coordinadores de campamentos, entrenamientos previos al viaje, etc., así como en escuelas o con otros grupos interesados

Tamaño del grupo: mínimo 4 participantes

Se requiere un número par de participantes; si el número es impar, puedes darle a una persona la oportunidad de participar observando.

Tiempo asignado: 80 – 120 min

Método: juego de roles

Material necesario: Sillas (tantas como participantes – si no tienes sillas, puedes crear la misma situación con almohadas para sentarse). Cuestionarios impresos (uno por pareja). Posiblemente proyector y PC para la puesta en común

Vas a necesitar 2 facilitadores para la introducción de los roles, y 2 espacios desde donde no puedan oírse mutuamente para dar la explicación, p. ej. 2 habitaciones donde puedas cerrar la puerta

Qué hay que tener en cuenta: Si tienes participantes homosexuales pueden reaccionar de forma diferente o emocional a la actividad. Estate alerta para intervenir y apoyar a la persona.

Presta atención a las reacciones que tienen estas personas, y asegúrate de que esta actividad no empuje a nadie a una salida del armario para la que no esté preparada o feliz.

Introducción: 5 - 10 min

Se recomienda jugar a un juego de confianza antes de empezar y explicar muy claramente que cualquiera que no se sienta a gusto durante el juego es libre de salir en cualquier momento.

¡No les expliques a los participantes el objetivo del taller! Sólo hazles saber que harán un juego de roles. Lo harán en parejas. Deja que elijan por su cuenta las parejas según con quién se sientan cómodos.

Cuando estén en pareja, que tomen dos sillas y las coloquen una frente a la otra de manera que las parejas estén repartidas por la habitación y no estén muy pegadas.

Actividad principal: 40 - 50 min

De cada pareja, una persona se quedará en la habitación, y otra saldrá a otra habitación. Quienes acaban de salir son los estudiantes y quienes se quedan son los psicólogos de la escuela. ¡No les dejes saber estos roles antes de dividirlos y no les dejes elegir sus papeles! Sólo pídeles que decidan quién irá a la otra habitación, pero sin mencionar el rol.

Al grupo que se ha ido se les dará instrucciones para que se acuesten, caminen o encuentren cualquier posición que les ayude a imaginar los detalles del papel que desempeñarán. Le facilitadore leerá lentamente la siguiente descripción, haciendo pausas entre las frases para dar tiempo a su imaginación: “Te levantas por la mañana. Como cualquier otro niño de 12 años en tu país, tu día comienza

temprano y tienes que ir a la escuela. Pero hoy es diferente. Mientras desayunas, empacas tu almuerzo y te lavas los dientes te preguntan por qué estás en esta situación. Por qué tus padres han arreglado una reunión con la psicóloga de la escuela hoy por la mañana. Por qué creen que esto es necesario. Por qué no están orgullosos de ti y hablan en voz baja con preocupación. Por qué tus padres lloraron por ti anoche. Por qué en la escuela todo el mundo, incluso tus profesores, cree que eres raro. Por qué incluso dicen que eres repugnante. Por qué no quieren pasar el rato contigo. Por qué te insultan y se ríen de ti. Esperas que la visita a la psiquiatra te haga entender y te haga sentir normal de nuevo, pero no sabes cómo sería posible”.

Dejar abierto cuál puede ser el “problema” que tienen es intencional. No les dejes saber que el tema es su sexualidad.

Cuando hayan terminado, comprueba si el otro grupo está listo y deja entrar a los participantes. Diles que se sienten frente a sus parejas.

Paralelamente en la otra habitación los psicólogos reciben las siguientes instrucciones: “Fueron contactados por los padres y profesores de un estudiante que está enfrentando problemas de acoso y exclusión porque se ha notado que es heterosexual. En su primera consulta del día deben tratar este asunto con el estudiante y ayudarlo a regresar al buen camino”. Para ayudarles en esta discusión le facilitadore les da una lista de preguntas que deben leer cuidadosamente. La sesión con el estudiante incluirá estas preguntas pero no se limitará a ellas

Elige entre 8 y 10 de las siguientes preguntas (fuente: cuestionario sobre la heterosexualidad) para el cuestionario que le darás a los psicólogos:

- ¿Qué crees que causó que seas heterosexual?
- ¿Cuándo y cómo decidiste por primera vez que eras heterosexual?
- ¿Es posible que tu heterosexualidad tenga origen en un miedo neurótico a las personas de tu mismo sexo?
- ¿No es posible que tu heterosexualidad sea simplemente una fase que podrías superar?
- Si nunca has dormido con una persona de tu mismo sexo, ¿cómo sabes que no lo preferirías?
- ¿No es posible que todo lo que necesitas sea una buena amante homosexual?
- Si la heterosexualidad es normal, ¿por qué un número desproporcionado de pacientes con problemas mentales son

heterosexuales?

- ¿A quién le has revelado tus tendencias heterosexuales? ¿Cómo reaccionaron?
- ¿Les heterosexuales odian y/o desconfían de la gente de su propio sexo? ¿Es eso lo que les hace heterosexuales?
- ¿Por qué ponen los heterosexuales tanto énfasis en el sexo? ¿Por qué son tan promiscuos?
- Si tuvieras hijos, ¿querrías que fueran heterosexuales sabiendo los problemas a los que se enfrentarían?
- Tu heterosexualidad no me ofende mientras no intentes imponérmela. ¿Por qué sientes la urgencia de seducir a los demás para que adopten tu orientación sexual?
- La gran mayoría de los abusadores de niños son heterosexuales. ¿Realmente consideras seguro exponer a tus hijos a profesores heterosexuales?
- ¿Cómo puedes esperar convertirte en una persona completa si te limitas a un estilo de vida compulsivo y exclusivamente heterosexual, y sigues sin querer explorar y desarrollar tu potencial homosexual?
- Los heterosexuales se caracterizan por asignarse a sí mismos y a los demás a roles sexuales estereotipados y estrechamente restringidos. ¿Por qué te aferras a estos roles tan poco saludables?
- Incluso con todo el apoyo social que recibe el matrimonio, la tasa de divorcios es cada vez mayor. ¿Por qué hay tan pocas relaciones estables entre heterosexuales?
- ¿Cómo puedes disfrutar de una experiencia sexual plena y satisfactoria o de una profunda relación emocional con una persona del sexo opuesto cuando las diferencias son tan grandes? ¿Cómo puede un hombre entender lo que le gusta a una mujer, o viceversa?
- ¿Por qué insistes en ser tan obvio, y hacer un espectáculo público de tu heterosexualidad? ¿No puedes ser quien eres y mantenerlo en secreto?
- ¿Cómo podría sobrevivir la raza humana si todos fueran heterosexuales como tú, considerando la amenaza de la superpoblación?
- Parece que hay muy poca gente heterosexual feliz. Se han desarrollado técnicas que podrían ayudarte a cambiar si realmente quieres hacerlo. ¿Has considerado probar la psicoterapia o incluso la terapia de aversión?
- ¿Podrías realmente confiar en que un terapeuta o consejero heterosexual sea objetivo e imparcial? ¿No temes que pueda

inclinarse a influenciarte en la dirección de su propia preferencia?

Cuando los psicólogos estén listos, déjales que se sienten en las sillas que prepararon con su pareja. Dale a tu co-facilitador una señal para que los estudiantes entren cuando estén listos.

Mientras las parejas desempeñan sus papeles, caminen, escuchen las conversaciones, tomen notas de las preguntas que quieran discutir durante la puesta en común. Intervengan sólo si sienten que alguien está llegando a su límite personal y debería tomar un descanso.

Puesta en común: 20 – 50 min

Cuando todos terminen, que pongan todas las sillas en un gran círculo. Antes de empezar la puesta en común, párense juntas y permítanles que se desprendan de su papel, volviendo a ser ellos mismos.

Empieza la puesta en común con las siguientes preguntas:

- ¿Qué es lo que acaba de pasar?
- ¿Cómo se sintió (ser el psicólogo / estudiante)?
- ¿Cuál fue el momento más sorprendente/interesante para ustedes?
- ¿Qué pueden observar sobre sus propias reacciones?
- ¿Cuál creen que fue el mensaje de este taller?
- ¿Qué se considera normal y quién lo define?
- ¿Cómo se puede sentir esta normatividad en la vida cotidiana y en las conversaciones?
- ¿Cómo puede evitarse esto? (por ejemplo, decir “¿estás viendo a alguien?” en lugar de “¿tienes novio?”)

Tómense el tiempo para discutir estos puntos y otras cuestiones que surjan de ellos.

Terminen con una definición de heteronormatividad. Pueden darla, o definirla junto con los participantes.

Fuentes posibles: “What does heteronormativity mean? Heteronormativity in Entertainment, the Law and Religion.”

<https://www.thoughtco.com/what-is-heteronormativity-721266>, “The Queer Dictionary. De-mystifying the language of LGBT+ culture. Definition of Heteronormativity.” <http://queerdictionary.blogspot.com/2014/09/definition-of-heteronormativity.html>. También la introducción de este manual incluye una explicación.

Si todavía tienen tiempo, también pueden ver el siguiente video con los participantes, pero tengan en cuenta que las imágenes del final son impactantes. No lo muestren si no van a estar junto a los participantes más tarde, en caso de que haya reacciones fuertes y asegúrense de que tengan tiempo para hacer una puesta en común. "Imagine a World Where being "Gay" The Norm & Being "Straight" Would be the Minority" <https://www.youtube.com/watch?v=CnOJgDW0gPI> (corto, 20 minutos)

Conclusión: 5 min

Háganles saber que si este taller desencadenó algo en ellos, ustedes se quedarán allí por un tiempito. Denles información sobre dónde encontrar apoyo y sus datos de contacto.

5.6.4. ¡Destruyendo el género al bailar!: escena queer, cultura drag y cómo organizar un evento seguro e inclusivo

Tema: Mientras los eventos sociales y la vida nocturna sean parte de nuestra sociedad, es importante hacerlos lo más inclusivos posible, para crear un espacio seguro para todo tipo de género y sexualidad.

Objetivo: Aprender a crear un evento inclusivo y conocer otras realidades y performatividades de género que quizás no siempre estén representadas.

Destinatarios: Personas interesadas en crear eventos sociales/ fiestas/etc., por ejemplo, durante entrenamientos, seminarios, campamentos. Quienes estén interesadas en conocer más sobre la cultura drag, la escena underground gay, los salones de baile, etc.

Método: Película y discusión

Tiempo asignado: 130 - 170 minutos

Material necesario: proyector y PC

Introducción: 5 min

Dale la bienvenida a los participantes y hazles saber que van a ver juntas la película "Paris is burning" - <https://www.youtube.com/watch?v=78TAbjx43rk>.

Actividad principal: 110 - 125 min

Antes de que empiece la película, deja que los participantes reflexionen sobre las siguientes preguntas:

- ¿Qué necesito para que un evento/una fiesta sea seguro, cómodo e inclusivo?
- ¿Qué me hace sentir inseguro, incómodo y excluido?

Deja que escriban sus respuestas en 2 carteles / cartulinas.

Veán la película (71 minutos de duración)

Puesta en común: 10 - 25 min

Toma los carteles que crearon antes de la película para reflexionar sobre una "fiesta ideal". Utiliza un color diferente al que estaba escrito antes para marcar con un círculo lo que estaba escrito antes de la película y añadir nuevos aspectos.

Usa otro color para resaltar los aspectos más importantes cuando organizas un evento drag o cuir.

Conclusión: 5 min

Dale las gracias a los participantes por su participación. (Extra: Si están planeando un evento concreto hagan una lista de cosas a preparar y considerar en base a los aspectos discutidos).

PARTE III

6. ENLACES SUGERIDOS

6.1. Videos



Título	Consent is as simple as tea
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=oQbei5JGiT8
Palabras clave	Consentimiento, acoso
Descripción	Video efectivo que usa el té -invitar, servir, etc.- como un claro ejemplo de lo que es el consentimiento.
Duración	2:50 min
Destinataries	Adolescentes, adultes.

Título	We should all be feminists
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=hg3umXU_qWc
Palabras clave	Feminismo, masculinidad, discriminación
Descripción	Argumentos sobre cómo el feminismo es necesario para cambiar la sociedad a fin de alcanzar la igualdad de derechos.
Duración	30:15 min
Destinataries	Adolescentes, adultes.

Título	The danger of a single story
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=D9lhs241zeg&t=594s
Palabras clave	Opresión, individualidad
Descripción	Charla TED sobre cómo las historias se cuentan desde un punto de vista simplista.
Duración	19:16 min
Destinataries	Adolescentes, adultes.

Título	Gender Roles in Films
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=earEYOalyVY
Palabras clave	Roles de género, cine
Descripción	Este video muestra cómo los roles de género se establecen de manera estereotipada en las películas
Duración	5:26 min
Destinataries	Adolescentes, adultes.

Título	Like a girl
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=XjJQBjWYDTs
Palabras clave	Fuerza, estereotipos, estigma
Descripción	El video muestra cómo las acciones diarias son percibidas de manera diferente si las haces "como una niña".
Duración	3:18 min
Destinataries	Adolescentes, adultes.

Título	I have lived as a man and a woman
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=IrYx7HaUIMY
Palabras clave	Privilegio, discriminación, desigualdad
Descripción	Charla TED presentada por una persona transgénero sobre su experiencia al ser tratada como mujer y como hombre.
Duración	15:24 min
Destinataries	Adolescentes, adultes.

Título	Transgender: A mother's story
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=2ZivPh12RQY
Palabras clave	Transgénero, bullying
Descripción	En esta charla TED una madre cuenta su historia sobre cómo ha criado a una niña transgénero, las dificultades que tuvo, las alegrías y la reacción de la sociedad
Duración	16:02 min
Destinataries	Adolescentes, adultes.
Título	Violence against women – it's a men's issue
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=KTvSfeCRxe8
Palabras clave	Masculinidad, violencia de género, dominancia
Descripción	En esta charla TED, se habla sobre la violencia de género y se subraya la importancia de no culpar a las víctimas sino a quienes cometen abusos.
Duración	19:06 min
Destinataries	Adolescentes, adultes.
Título	Everyday sexism
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=LhjsRjC6B8U
Palabras clave	Acoso, sexismo, igualdad
Descripción	En esta charla TED la fundadora de EverydaySexismProject habla sobre cómo el sexismo es visible a diario y reconoce la importancia de hacerse oír y no considerarlo como "normal"
Duración	16:05 min
Destinataries	Adolescentes, adultes.
Título	India needs such a strong advertisement for sexual harassment like UK
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=kZktxIWXIVU
Palabras clave	Transporte público, acoso sexual
Descripción	Este anuncio invita a las mujeres a denunciar cualquier tipo de comportamiento sexual no deseado que pueda ocurrir en el transporte público para detener este fenómeno.
Duración	1:09 min
Destinataries	Adolescentes, adultes.

Título	Child brides
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=B0lwinZG1E
Palabras clave	Matrimonio infantil, tradiciones culturales, derechos de las niñas
Descripción	El video discute la posibilidad del matrimonio infantil concedida por la ley de los EE.UU.
Duración	7:13 min
Destinataries	Adolescentes, adultes.
Título	#metoo: how it's changing the world
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=ATYK2svJ6eM
Palabras clave	Sexismo, acoso sexual, Campaña #metoo
Descripción	El video muestra cómo el movimiento #metoo, que comenzó a pequeña escala en Hollywood, ha alcanzado una difusión global y está inspirando a las mujeres de todo el mundo ayudándolas en su lucha contra los problemas de género.
Duración	18:34 min
Destinataries	Adolescentes, adultes.
Título	10 hours of walking in NYC as a woman
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=b1XGPvbWn0A
Palabras clave	Piropeo, acoso
Descripción	El video sigue a una mujer durante una caminata de 10 horas y registra el acoso que recibe por parte de personas desconocidas.
Duración	1:56 min
Destinataries	Adolescentes, adultes.
Título	How microaggressions are like mosquito bites
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=hDd3bzA7450
Palabras clave	Microagresiones, abuso
Descripción	Este video muestra cómo las microagresiones pueden ser dañinas si en lugar de considerarlas como "comentarios estúpidos" la gente empieza a reconocer lo perjudiciales que pueden ser.
Duración	1:58 min
Destinataries	Adolescentes, adultes.

Título	Pink or blue
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=65iC2I4KEXo
Palabras clave	Colores, estereotipos
Descripción	Cómo se asignan roles de género desde el nacimiento.
Duración	3:08 min
Destinataries	Adolescentes, adultos.

Título	Born a girl in the wrong place
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=a4n0zcsdoN0
Palabras clave	Mutilación genital femenina, migración, multiculturalidad
Descripción	En esta charla de TED la oradora cuenta su historia personal sobre la mutilación genital, cómo afectó a su vida y cómo empezó a luchar contra la MGF en Australia, donde vive actualmente.
Duración	18:45 min
Destinataries	Adolescentes, adultos.

Título	Understanding the complexities of gender
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=NRcPXtqKjE
Palabras clave	Identidad de género, sociedad, no-binarismo
Descripción	En esta charla TED el expositor analiza cómo las diferencias de género entre hombres y mujeres que establece la sociedad no son suficientes para describir la individualidad de las personas, el no binarismo y cómo el género debe ser entendido como algo sin conexión con el sexo biológico.
Duración	16:28 min
Destinataries	Adolescentes, adultos.

Título	Emma Watson interviews Reni Eddo Lodge
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=AwWCZl_0UsY&t=12s
Palabras clave	Interseccionalidad, feminismo
Descripción	En esta entrevista, la autora de "Why I'm No longer Talking About Race" habla de sus experiencias como mujer negra en el feminismo y de la importancia de la interseccionalidad.
Duración	50:45 min
Destinataries	Adolescentes, adultos.

Título	True Trans
Enlace	https://youtube.com/playlist?list=PLmK3amy7CGfGtIX6nn06P3e9kAbX66opm
Palabras clave	Transgénero, punk rock
Descripción	En esta serie de videos Laura Jane Grace, cantante de la banda de punk rock Against Me!, cuenta su historia siendo una mujer transgénero, creciendo y saliendo del clóset en la escena del punk rock.
Duración	10 videos, approx. 8 minutos cada uno
Destinataries	Adolescentes, adultos.

Título	Leading Lady Parts
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=fpDHNbjGivo
Palabras clave	Roles de género, Feminidad, Desigualdad, Discriminación múltiple, Sexismo
Descripción	El video muestra una escena de una audición para una película, para el papel de "mujer protagonista". Diferentes mujeres audicionan, pero todas se enfrentan a expectativas poco realistas y sexistas sobre cómo debe ser el personaje.
Duración	10 min
Destinataries	Adolescentes, adultos.

Título	Boys and girls on stereotypes
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=aTvGSstKd5Y
Palabras clave	Estereotipos, roles de género, binarismo, patriarcado
Descripción	Niños de todas las edades discuten sobre lo que significa "ser un niño" o "ser una niña" y sobre si están de acuerdo o no.
Duración	2:50 min
Destinataries	Niños, adolescentes, adultos

Título	¿Qué es la diversidad sexual?
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=IQbTZYiQ6BA
Palabras clave	Sexo biológico, identidad de género, expresión de género, roles de género, sexualidad
Descripción	Video educativo sobre la diversidad sexual.
Duración	7:20 min
Destinataries	Niños, adolescentes, adultos

Título	Expressing Myself. My Way.
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=ITRdvGnplLU
Palabras clave	Diversidad, Identidad de género, expresión de género, sexo biológico.
Descripción	Pájaros animados cantan una canción sobre la diversidad presentando diferentes personajes y sus diferentes identidades y expresiones de género.
Duración	3:36 min
Destinataries	Niños, adolescentes, adultes

Título	How NOT to sexual harass someone
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=TMfStd3v330
Palabras clave	Acoso, consentimiento, humor, poder.
Descripción	Una guía práctica y humorística de lo que realmente constituye acoso sexual por la comediante y presentadora Rachel Parris de la BBC 2.
Duración	5:58 min
Destinataries	Adolescentes, adultes.

Título	Time for Love – Homophobia in 2018
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=anD9ZrMJT8
Palabras clave	LGBT, gay, homofobia
Descripción	El video, que se desarrolla en Glasgow, muestra lo que una pareja gay puede experimentar al caminar de la mano en un parque. Habla de la homofobia, la vergüenza y el orgullo.
Duración	4:27 min
Destinataries	Adolescentes, adultes

Título	Male and female are binary, but people aren't (Riley J. Dennis)
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=m2MEFj8q6rg
Palabras clave	(No-) binariedad, sexo biológico, diversidad, transgénero
Descripción	Riley J. Dennis cuestiona nuestro modelo actual de clasificación biológica del sexo
Duración	18:16 min
Destinataries	Adolescentes, adultes

Título	How to talk about trans people (Riley J. Dennis)
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=-ErLPd-7zVc
Palabras clave	Lenguaje, transgénero, pronombres, sensibilidad
Descripción	Riley J. Dennis (activista transgénero) explica cómo hablar sobre las personas transgénero de la manera más sensible, respetuosa e inclusiva
Duración	9:01 min
Destinataries	Adolescentes, adultes.

Título	Avril Lavigne – Sk8er Boi (official music video)
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=Tly3n2b7V9k
Palabras clave	Roles de género, normas de género, binarismos, estereotipos
Descripción	Interesante punto de partida para la discusión sobre los estereotipos de género y los binarismos populares en los medios de comunicación. “He was a boy, she was a girl, can I make it any more obvious?”...
Duración	3:40
Destinataries	Todes, especialmente jóvenes

Título	Benny – Little Game (Official Video)
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=WNR3x1kVVEc
Palabras clave	Binarismos, roles de género, estereotipos
Descripción	Videoclip satírico que desafía los estereotipos de género en los medios de comunicación. Cuestiona las normas de género socialmente aceptadas.
Duración	3:58 min
Destinataries	Todes, especialmente jóvenes

Título	Take Me to Church – Hozier (Video oficial en inglés sin subtítulos)
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=MYSVMgRr6pw
Palabras clave	Religión, vergüenza, homosexualidad, homofobia
Descripción	Popular canción y video musical que muestra a una pareja gay siendo perseguida por personas enmascaradas. Discute ideas de vergüenza y homofobia en la iglesia pero se puede aplicar de manera más general para la discusión.
Duración	4:02 min
Destinataries	Adolescentes, adultes

Título	Ciara – Like a boy (Video oficial en inglés sin subtítulos)
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v= HKH7Emy1SY
Palabras clave	Binarismos, roles y estereotipos de género
Descripción	Videoclip satírico que desafía los estereotipos de género en los medios de comunicación. Cuestiona las normas de género socialmente aceptadas.
Duración	3:57 min
Destinataries	Todes, especialmente jóvenes

Título	Robin Thicke – Blurred Lines (Video oficial en inglés sin subtítulos) y el cover de Jessica Cook y Katherine Hughes
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=yyDUC1LUXSU https://www.youtube.com/watch?v=0vTEbXq6yo4
Palabras clave	Consentimiento (o la falta de), misoginia, sexualización
Descripción	Polémica canción y video musical, criticada por sexualizar y objetivar a las mujeres y justificar el sexo no consensuado llamando al consentimiento una "línea borrosa". Se puede ver en el video y en la letra de "good girl", "hottest b ****", "Sé que lo quieres". Hubo una respuesta en las redes sociales: #NoBlurredLines. La portada es una parodia que muestra un cambio de rol de género para exponer la desigualdad.
Duración	4:31 min
Destinataries	Adolescentes, adultes (algo de lenguaje / contenido explícito)

Título	Making songs Gender Neutral (Video oficial en inglés sin subtítulos)
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=6BU32Uzgf1g
Palabras clave	Humor, canciones canadienses
Descripción	Divertido video que muestra cómo hacer que las letras de las canciones sean neutrales en cuanto al género. Se puede usar para probar con un grupo.
Duración	6:26 min
Destinataries	Niños, adolescentes, adultes

Título	Tremenda Jauría – Esta noche
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=Cg2Zi5dR-Ls
Palabras clave	Empoderamiento sexual,
Descripción	Canción (español) sobre fiestas, baile y elegir irse a casa sola. "No vuelvo a casa sola, mi bici me guía", "No voy dormir contigo esta noche".
Duración	3:59 min
Destinataries	Todes, especialmente jóvenes

6.2. Películas

Título	Niña (Girl)
Enlace	https://www.imdb.com/title/tt8254556/
Palabras clave	Transgénero, niña, género, identidad
Descripción	Una joven transgénero en Bélgica está luchando por el sueño de su vida, bailar ballet, por que los cambios en su cuerpo no van tan rápido como ella desea.
Duración	1h49min
Destinataries	Todes, pero quizás no niños pequeños, ya que hay una escena potencialmente impactante (violencia)

Título	Orgullo (Pride)
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=kfbz4ncVY9o
Palabras clave	Derechos LGBT, historia, activismo
Descripción	Cuenta la historia (verdadera) de cómo los activistas LGBT en el Reino Unido unieron fuerzas con la Unión Nacional de Mineros a mediados de la década de 1980 en sus demandas de reconocimiento y derechos.
Duración	1h59min
Destinataries	Adolescentes, adultos, con un lenguaje fuerte y referencias a la pornografía.

Título	Milk
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=s2kD-9QZ0s4 (tráiler)
Palabras clave	LGBTQI +, política, activismo
Descripción	La historia de Harvey Milk, el primer político abiertamente homosexual elegido en California. Muestra la comunidad gay en California en la década de 1970 en adelante, y las luchas de Harvey Milk a nivel personal y político.
Duración	2h08min
Destinataries	Adolescentes, adultos: hay contenido sexual y violencia breve (algunos gráficos)

Título	Cómo sobrevivir a una plaga (How to survive a Plague, 2012)
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=haEPLCA_H2Y (tráiler)
Palabras clave	Activismo, VIH / SIDA, LGBTQIA +, estigma
Descripción	La historia (documental) de cómo activistas comprometidos en los EE. UU hablaron. Habló por las víctimas de la epidemia de VIH / SIDA en los primeros años, cuando las esferas médica y política ignoraban activamente la crisis de salud que afectaba principalmente a los grupos vulnerables, incluida la comunidad LGBTQIA +.
Duración	1h50min
Destinataries	Adultes

Título	XXY
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=pFTmunT0ujc (tráiler)
Palabras clave	Intersex, identidad de género, sexualidad
Descripción	La historia de una adolescente intersex en un pequeño pueblo de Uruguay. Le protagonista lucha con sus propias preguntas sobre su identidad de género, mientras enfrenta la intervención de los médicos y su familia.
Duración	1h26min
Destinataries	Adolescentes, adultos (algo de desnudez y sexo, hay una escena que muestra agresión sexual)

Título	Tomboy (francés, con subtítulos en inglés)
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=Jb-Oys-lcWE (tráiler)
Palabras clave	Identidad de género, transgénero
Descripción	Un niño de 10 años se muda a un nuevo vecindario y elige presentarse como un niño, a pesar de ser asignado como mujer al nacer. Muestra la historia de crecer como una persona transgénero (esto no se dice, pero está fuertemente implícito). Es conmovedor, divertido y triste.
Duración	1h22min
Destinataries	Niños, adolescentes, adultos.

Título	Ma Vie en Rose (Mi vida en rosa) (en francés)
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=XOMOXGkAyywA
Palabras clave	Transgénero, saliendo, identidad de género
Descripción	Una representación humorística y conmovedora de una joven mujer trans en la clase media alta de Bélgica. Ludovic se ve a sí misma como una mujer, mientras que otros intentan convencerla de que no lo es. Su familia emplea a un psicólogo para "curarla". Es la historia de un individuo, una familia y un viaje hacia la aceptación.
Duración	1h28min
Destinataries	Niños, adolescentes, adultos (lenguaje fuerte)

Título	El corazón normal (The normal heart)
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=fZxR9XHS0H8 (tráiler)
Palabras clave	VIH / SIDA, LGBTQIA +, política sexual
Descripción	Una mirada a los primeros años de la crisis del VIH / SIDA en Nueva York (1980). Sigue historias de la comunidad gay, activistas, aliados y la comunidad médica. Enmarca la inacción dentro de la política como una conspiración.
Duración	1h26min
Destinataries	Adolescentes, adultos (desnudos, sexo, lenguaje fuerte)

Título	Lláname por tu nombre (Call me by your name)
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=Z9AYPxH5NTM (tráiler)
Palabras clave	Homoerotismo, tensión sexual, adolescencia
Descripción	En algún lugar de los hermosos paisajes del norte de Italia, en el verano de 1983, Elio, de 17 años y bien educado, conoce al estudiante estadounidense Oliver. Después de un tiempo de incertidumbre sobre lo que uno piensa sobre el otro, desarrollan una relación romántica que cambiará sus vidas para siempre.
Duración	2h12min
Destinataries	Adolescentes, adultos (contenido sexual, desnudos, lenguaje fuerte)

Título	¡Major!
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=3Pnf36-MDLY (tráiler)
Palabras clave	Transgénero, género, activismo, derechos, cuidado, interseccionalidad
Descripción	Un documental sobre la icónica Miss Major, una activista transgénero negra anteriormente encarcelada, veterana de la Rebelión Stonewall, ex trabajadora sexual y líder comunitaria en los Estados Unidos.
Duración	1h35min
Destinataries	Adolescentes, adultos (lenguaje fuerte)

Título	Los niños no lloran (Boys don't cry)
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=mYpUhVvfGeg (tráiler)
Palabras clave	Transgénero, identidad de género, prejuicio
Descripción	Una dramatización de la historia real de Brandon Teena, quien se identificó y se presentó como hombre pero fue asignada como mujer al nacer. Brandon está viviendo una vida feliz en una nueva ciudad, cuando su pasado comienza a alcanzarlo con trágicas consecuencias.
Duración	1h58min
Destinataries	Adultes (violencia, sexualidad, lenguaje y uso de drogas, agresión sexual violenta)

Título	Paris is burning
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=78TAbjx43rk
Palabras clave	LGBTQIA +, drag, transgénero, interseccionalidad, trabajo sexual
Descripción	Documental que cubre la escena drag en Harlem, EEUU a mediados de la década de 1980. Ofrece una visión de la comunidad de personas talentosas, alegres, ambiciosas y problemáticas que formaron parte de la escena (que incluye escandalosas y muy entretenidas "bailes drag").
Duración	1h11min
Destinataries	Adolescentes, adultos (temas sexuales, discusión de la muerte violenta de un individuo)

Título	Latidos por minuto (BPM-Beats Per Minute)
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=fZxR9XHSO8
Palabras clave	VIH / SIDA, activismo, LGBTQIA +
Descripción	Una historia de amor y activismo. Con sede en París, los miembros del grupo de defensa ACT UP París exigen una respuesta de los ámbitos médico / político para responder a la epidemia del SIDA.
Duración	2h23min
Destinataries	Adolescentes, adultos (desnudos, lenguaje fuerte)

Título	Erik und Erika (idioma alemán)
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=j4IXATXOYHo
Palabras clave	Intersex, roles de género, deporte
Descripción	Basado en la historia real de Erik / Erika Schinegger, una campeona de esquí austriaca (mujer), que más tarde se descubrió que era intersex. Cuenta la historia del viaje personal de Erik hacia la felicidad y la aceptación, entrelazado con el escándalo público y la interferencia de personas del mundo del deporte.
Duración	1h58min
Destinataries	Adultes (algunas escenas de violencia / procedimientos médicos gráficos, alusiones a la violencia sexual)

Título	Una Mujer Fantástica (idioma español)
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=PJHex4ZitgA
Palabras clave	Transgénero, LGBTQIA +, activismo
Descripción	Una mujer transgénero en Chile se enfrenta a su falta de derechos y reconocimiento cuando su pareja, un hombre mayor, se enferma. Se ve obligada a confrontar la sociedad y el juicio mientras lucha por el reconocimiento de su amor.
Duración	1h44min
Destinataries	Adolescentes, adultos (sexo y desnudez leves, violencia leve)

Título	Tangerine
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=fUxRxtYtOM (tráiler)
Palabras clave	Trabajo sexual, LGBTQIA +, transgénero
Descripción	Filmada en un iPhone, Tangerine cuenta la historia de una trabajadora sexual transgénero en la víspera de Navidad en Hollywood en busca de su novio y proxeneta que descubre que la ha estado engañando. Es una comedia dramática, una historia contada con mucho humor.
Duración	1h28min
Destinataries	Adultes (fuerte contenido sexual, desnudez, lenguaje muy fuerte, uso de drogas)

Título	Diario secreto de una prostituta (Secret Diary of a Call Girl) [Serie]
Enlace	---
Palabras clave	Trabajo sexual
Descripción	Serie basada en el popular diario de la trabajadora sexual anónima conocida solo como Belle de Jour. Ofrece una narrativa humorística y centrada en las trabajadoras sexuales. Una perspectiva alternativa sobre el trabajo sexual, que muestra el empoderamiento de las mujeres y las trabajadoras sexuales. Ha sido criticada por algunas feministas por objetivar a las mujeres.
Duración	Series (2007-2011)
Destinataries	Adultes (escenas de sexo, lenguaje fuerte)

Título	Nanette (en inglés)
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=5aE29fiatQ0 (tráiler)
Palabras clave	LGBTQIA +, roles de género, sexualidad, homofobia
Descripción	Hannah Gadsby es una comedianta. Nanette es su último set de comedia, explicando por qué está renunciando a la comedia. Es una narración cómica pero conmovedora de su vida como comedianta cuir, y un comentario social sobre cuestiones LGBTQIA + y género en la sociedad.
Duración	1h9min
Destinataries	Adolescentes, adultos (lenguaje fuerte)

Título	Importación y exportación (alemán, ruso, eslovaco, subtítulo en inglés)
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=hiICA1hfhjE
Palabras clave	Roles de género, estereotipos de género, trabajo sexual, estereotipos culturales, interseccionalidad
Descripción	Una mujer de Ucrania se muda a Austria en busca de una vida mejor, mientras que un hombre de Austria emigra al este por la misma razón. Esta es la historia de sus viajes a través de espacios físicos y culturales, y destaca cómo el género de cada uno impacta en su viaje similar, pero invertido.
Duración	2h21min
Destinataries	Adultes (sexo, desnudos, lenguaje fuerte)

Título	Kiki
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=QHhs7GY5ft0
Palabras clave	LGBTQIA +, drag, cuir, orgullo, gente de color
Descripción	Un documental sobre la escena drag en Nueva York hoy. Se considera una secuela no oficial de Paris is Burning, que ofrece una idea de cómo ha evolucionado la cultura del drag y también de las vidas de las personas jóvenes LGBTQIA + de color 30 años después de la película original.
Duración	1h34min
Destinataries	Adolescentes, adultos (un lenguaje fuerte, temas sexuales)

6.3. Libros y artículos

Título	“Haciendo género” en <i>Sexualidad, género y roles sexuales</i> (“Doing Gender” – Original en Inglés)
Autore(s)	Candace West, Don H. Zimmerman
Enlace	http://www.worldcat.org/oclc/318250466
Palabras Clave	Identidad de Género
Descripción	En este artículo, se discute la importancia de cambiar la conceptualización del género establecida por la sociedad.
Destinataries	Adultes, adolescentes

Título	Cuentos de Buenas Noches Para Niñas Rebeldes
Autore(s)	Elena Favilli, Francesca Cavallo
Enlace	http://www.worldcat.org/oclc/1158538913
Palabras Clave	Las mujeres en la historia, niñas
Descripción	Este libro para niñas presenta a muchas mujeres importantes de la historia como ejemplo para las niñas, recordándoles que las mujeres pueden lograr tanto como los hombres.
Destinataries	Niñas, adolescentes, adultes

Título	Gender Identity 101: The Definitive Guide To Discussing Gender (en Inglés)
Autore(s)	West Anderson
Enlace	https://thebodyisnotanapology.com/magazine/gender-identity-101-the-definitive-guide-to-discussing-gender-in-the-21st-centu/
Palabras Clave	Género, binarismo, poder, sexualidad
Descripción	En este artículo, se ofrece una visión general sobre el género (considerado como una construcción social) todos sus componentes y la forma en que mantiene las estructuras de poder.
Destinataries	Adolescentes, adultes

Título	Todos deberíamos ser feministas
Autore(s)	Chimamanda Ngozi Adichie
Enlace	http://www.worldcat.org/oclc/1160206414
Palabras Clave	Ensayo, reflexión personal
Descripción	En este libro, adaptado de su charla TEDx, Chimimanda discute sus ideas sobre el feminismo para el siglo XXI y aboga por un feminismo inclusivo que mire más allá de las realidades occidentales.
Destinataries	Adolescentes, adultes

Título	Confesiones de una mala feminista (<i>Bad Feminist</i> , original en inglés)
Autore(s)	Roxane Gay
Enlace	http://www.worldcat.org/oclc/1140956710
Palabras Clave	Reflexión personal, feminismo
Descripción	Un viaje personal de la autora, sobre su crecimiento como mujer de color y también como feminista. Coincide con una crítica sobre el viaje del propio feminismo.
Destinataries	Adolescentes, adultes

Título	Hambre: memorias de mi cuerpo (Hunger: A Memoir of (My) Body, original en inglés)
Autore(s)	Roxane Gay
Enlace	http://www.worldcat.org/oclc/1158540579
Palabras Clave	Imagen corporal, autocuidado
Descripción	La autora explora su propia relación con su cuerpo y con la comida, y su viaje hacia el amor propio. Refleja muchas de las ansiedades compartidas y cómo éstas son a menudo de género.
Destinataries	Niñas, adolescentes, adultes

Título	The ABC's of LGBT+ (en Inglés)
Autore(s)	Ashley Mardell
Enlace	http://www.worldcat.org/oclc/962360897
Palabras Clave	LGBTQIA+, aliades
Descripción	Una introducción a los temas, vocabulario e identidades LGBTQIA+
Destinataries	Adolescentes, adultes

Título	Todos deberíamos ser feministas
Autore(s)	Chimamanda Ngozi Adichie
Enlace	http://www.worldcat.org/oclc/1026130333
Palabras Clave	Teoría Queer, performatividad de género, feminismo (tercera ola), construcción social, heteronormatividad
Descripción	Judith Butler es una destacada feminista de la tercera ola y una teórica queer. Ella introduce la idea de la “performatividad de género”, el concepto de que el género es algo que ponemos en práctica basado en construcciones sociales de género. También es una crítica a la heteronormatividad.
Destinataries	Adultes

Nota: cualquier otro libro o artículo de Judith Butler también puede resultar interesante



7. DICCIONARIO¹

Abrosexual: individuo que tiene un flujo / fluctuante y / o sexualidad que cambia rápidamente, que fluctúa entre diferentes sexualidades.

Abuso: cualquier acción que dañe o hiera intencionalmente a otra persona, puede ser física o psicológica.

Abogar por: (verbo) apoyar activamente / alegar a favor de una causa particular, la acción de trabajar para terminar con la intolerancia, educar a otros, etc. (sustantivo: defensore) persona que trabaja activamente para terminar con la intolerancia, educar a otros y apoyar la equidad social para un grupo marginado

Discriminación por edad (del inglés ageism): prejuicio o discriminación contra un grupo de edad en particular y especialmente los ancianos.

Agénero: denota o se relaciona con una persona que no se identifica a sí misma como teniendo un género en particular.

Aliade: por lo general, una persona heteronormada o cis que apoya y respeta a los miembros de la comunidad LGBTQIA+.

Andrógine: persona que no tiene rasgos y / o expresiones específicamente femeninos o masculinos, o la combinación de ambos.

Aromántica: persona que no experimenta atracción romántica. Una persona que es aromática no necesariamente es asexual.

Asexual: designación para personas que carecen de sentimientos de atracción sexual y / o deseo sexual. Una persona que es asexual no tiene que ser aromática. Se puede usar como un término general para personas demisexuales.

Atracción sexual: afinidad por alguien que evoca el deseo de participar en un comportamiento físico íntimo (besar, tocar, tener relaciones sexuales), experimentado en diversos grados (de poco a poco, a intenso).

Bigénero: persona que fluctúa entre identidades y comportamientos tradicionalmente femeninos y masculinos, identificándose con ambos géneros (y a veces con un tercer género).

Bifobia: rango de actitudes negativas (por ejemplo, miedo, ira, intolerancia, resentimiento, negación o incomodidad) expresada hacia las personas bisexuales. La bifobia puede venir y verse dentro de la comunidad cuir, así como en la sociedad heterosexual. Puede tomar la forma de negar que la bisexualidad es una orientación sexual genuina, o de estereotipos negativos sobre las personas que son bisexuales (como las creencias de que son promiscuas o deshonestas).

Binario de género (binarismo de género): clasificación de sexo y género en dos formas distintas y opuestas: masculino y femenino.

Bisexual: persona atraída emocional, física y / o sexualmente personas identificadas como hombres y personas identificadas como mujeres. Otras personas pueden usar esto para indicar una atracción hacia las personas que se identifican también fuera del binario de género y pueden usar bisexual como una forma de indicar interés en más de un género o sexo. Esta atracción no tiene que dividirse por igual ni indicar un nivel de interés que sea el mismo en todos los géneros o sexos por los que un individuo pueda sentirse atraído.

Cisgénero: cuando la identidad de género de una persona coincide con la asignación de género dada al nacer. “Cis” en latín significa “de este lado de”

Cissexismo: suposición institucionalizada de que todos son cisgénero y / o que ser cisgénero es inherentemente superior y preferible a cualquier otra identidad o expresión de género.

Consentimiento: permiso para que algo suceda o acuerdo para hacer algo propuesto o hecho por otra persona. No tiene que necesariamente ser un acuerdo verbal.

Coraje civil: comportamiento valiente que pretende hacer cumplir las normas éticas sin tener en cuenta los propios costos sociales (riesgo potencial)

Salir del closet (del inglés “coming out”): expresión usada para referirse al proceso de desarrollo en el que una persona reconoce, acepta y aprecia su orientación sexual, identidad de género o identidad sexual. Guarda relación con un contexto en el que la heteronormatividad hegemónica implicaba la invisibilización y la imposibilidad de demostrar la identidad de género u orientación sexual diversa en público.

Cuir – del inglés Queer:

(a) término usado para referir a las minorías sexuales y de género que no se identifican como cisgénero y / o cisnormativo

(b) término utilizado para quienes no se ajustan a las normas culturales o tradicionalmente estructuradas en torno a la sexualidad y / o identidad y expresión de género. Cuir puede ser una etiqueta reclamada por una personas que no pertenece a las normas dominantes, debido a su propia identidad y / o expresión de género, prácticas sexuales, estilo de relación, etc.

(c) término general para referirse a todas las personas LGBTQIA +. Hoy en día se usa como una declaración política, que aboga por romper el pensamiento binario y ver tanto la orientación sexual como la identidad de género como potencialmente fluidas

Travestismo: acto de usar prendas de vestir y otros accesorios comúnmente asociados a un género determinado dentro de una sociedad en particular. A menudo se ha asumido que la connotación está directamente correlacionada con comportamientos de identidad transgénero o comportamiento sexual, fetichista y homosexual, pero el término en sí no implica ningún motivo y no es sinónimo de identidad de género o sexualidad.

Demisexual: persona que no experimenta atracción sexual a menos que haya formado una fuerte conexión emocional con otra persona, a menudo dentro de una relación romántica.

Despatologización: La despatologización de las identidades trans significa que ser trans ya no debería verse ni caracterizarse como psicológicamente anormal. La OMS ha comenzado

recientemente el proceso de despatologizar a las personas trans en su última versión del ICD y lo ha pasado del capítulo de salud mental a la salud sexual. Sin embargo, todavía figura como un trastorno mental en el manual de diagnóstico y estadístico (DSM-5) que utilizan los psiquiatras de todo el mundo.

Disforia de género: profundo descontento o ansiedad que alguien puede sentir cuando experimenta incongruencia entre su identidad de género (usualmente asignada al nacer) y sus cuerpos o rol social.

Drag: persona que se viste y actúa de manera tal que caricaturiza estereotípicamente un determinado género, normalmente mediante roles de género exagerados, con el fin de entretener

Drag Queen: hombre / persona identificada por el hombre que se viste o se hace pasar por una mujer con fines performativos

Drag King: mujer / persona identificada por una mujer que se viste o se hace pasar por un hombre con fines performativos

Drag Bio: mujer / persona identificada con una mujer (Bio Queen) o un hombre / persona identificada con un hombre (Bio King) que se viste y desempeña el papel de su propio género con fines performativos

** Originalmente, DRAG se usaba como acrónimo de “Dressed Resembling A Girl” (vestido de manera similar a una niña). Se dice que el término se remonta a los tiempos de Shakespeare cuando los actores teatrales masculinos interpretarían papeles femeninos.

Espectro (espectro de género / sexualidad): diagrama utilizado para describir la identidad de género, la expresión de género o la sexualidad que es más inclusivo que la escala de género / sexualidad. A diferencia de tener solo dos puntos finales, masculino y femenino, y luego un área gris en el medio, el espectro se representa como una especie de círculo dividido en tercios por tres flechas. Una flecha, etiquetada x, representa “masculino”. El segundo representa “femenino”, etiquetado como y. El tercero, etiquetado como z, representa el neutro, andrógino o bi /

pansexual. A través de esto, el espectro permite que las personas con identidades no binarias o sexualidades sean reconocidas

Expresión de género: forma en que nos presentamos al mundo a través de la ropa, la voz, el corte de pelo o los gestos. La expresión de género se considera un espectro, y la mayoría de las personas caen en hombres o mujeres.

Exotificación: estetizar o sexualizar la diferencia, racial o de otro tipo, con fines sexuales o no sexuales.

Femenino: atributos, comportamientos y roles generalmente asociados con la concepción social construida de niñas y mujeres dentro de una sociedad particular.

Feminismos: gama de movimientos políticos, ideologías y movimientos sociales que comparten un objetivo común: definir, establecer y lograr la igualdad política, económica, personal y social de todos los géneros e identidades.

Femmefobia: odio a todas las personas que son percibidas como femme, femeninas, y/o afeminadas sin importar su género. Un resultado directo de la femmephobia es la opresión de cualquier persona cuya presentación de género se clasifique de alguna manera en el extremo femenino del binario de género debido a su estilo estético, comportamiento o modales.

Gay: término utilizado principalmente para describir personas identificadas como hombres que se sienten atraídos personas identificadas como hombres. Sin embargo, también se usa comúnmente cuando se refiere a todas las personas que se sienten principalmente atraídas emocional, física y / o sexualmente por personas del mismo sexo o identidad de género.

Género: tradicionalmente se refiere a la construcción social y cultural de ser hombre o mujer. El género existe independientemente del sexo, y el género de una persona no siempre se corresponde con el sexo asignado al nacer.

Género asignado al nacer: designación de hombre, mujer o de otro modo que les niñas

recién nacidas generalmente reciben en función de sus características sexuales/biológicas.

Género fluido: una identidad de género que se describe mejor como una mezcla dinámica de hombre y mujer. Una persona que se autopercibe como de género fluido siempre puede sentirse como una mezcla de los dos géneros tradicionales, pero puede sentirse más hombre algunos días y más mujer otros días.

Género no binario: término para personas cuyo género está fuera del binarismo de género. Esto puede incluir personas que no se autoperciben como hombres ni mujeres. Es un término general que abarca muchas identidades diferentes.

Heterosexismo: suposición institucionalizada de que todos son heterosexuales y / o que la heterosexualidad es inherentemente superior y preferible a cualquier otra orientación sexual.

Heterosexual: persona principalmente atraída emocional, física y / o sexualmente por personas del sexo opuesto y / o identidad de género opuesta.

Homosexual: persona que se siente atraída principalmente emocional, física y / o sexualmente por personas del mismo sexo o identidad de género.

Homofobia: actitudes y sentimientos negativos hacia personas de la comunidad LGBTQIA+. (por ejemplo, miedo, ira, intolerancia, resentimiento, violencia e incomodidad).

Identidad de género: percepción interna del género de una persona (puede ser masculino, femenino o de otro tipo). Puede no corresponder con el asignado al nacer. La identidad de género se considera como un espectro, y la mayoría de las personas caen en hombres o mujeres.

Intersexualidad: término utilizado cuando una persona nace con una anatomía reproductiva o sexual que no parece ajustarse a las definiciones típicas de mujer u hombre. Las personas intersexuales se conocían anteriormente como hermafroditas, pero hoy en día este término es altamente criticado y fuera de uso, por ser

estigmatizador y patologizante.

Lesbianas: término utilizado para describir a las mujeres / personas autopercebidas como mujeres atraídas emocional, física y / o sexualmente hacia otras mujeres / personas autopercebidas como mujeres.

LGBTQIA+: acrónimo en el que cada letra puede representar varias cosas: Lesbiana, Gay / Gendercur / Genero fluido, Bisexual / Bigenero, Trans * (como término general) / Transgender, Cuir / Questioning, Intersex, Asexual / Aromantico / Agenero / Abrosexual y el + está destinado a representar a aquellos que no encajan en estas categorías.

Marica o maricón: inicialmente definido por la Real Academia Española para referirse a hombres afeminados. Ocasionalmente, algunos hombres homosexuales lo usan como un término afirmativo auto identificativo y como acto de empoderamiento de la identidad homosexual. Resignificación de un concepto usualmente atribuido a un significado negativo.

Masculino: atributos, comportamientos y roles generalmente asociados con la concepción social construida de niños y hombres dentro de una sociedad particular.

Microagresiones: agresiones verbales y/o conductuales, ya sean intencionales o no, que comunican ofensas e insultos hostiles, despectivos, negativos y/o perjudiciales hacia cualquier grupo marginado. El prefijo “micro” se atribuye al hecho de que este tipo de ofensas suelen estar normalizadas en comportamientos sociales cotidianos, y que a pesar de estar invisibilizadas son muchas veces la causa o sostén de violencias y desigualdades mayores.

Misoginia: odio, desprecio o prejuicio contra las mujeres y / o niñas. La misoginia se manifiesta de muchas maneras, incluida la exclusión social, la discriminación sexual, la hostilidad, el androcentrismo, el patriarcado, el privilegio masculino, el menosprecio de las mujeres, la violencia contra las mujeres y la objetivación sexual.

Neutralidad de género (neutralismo de género):

describe la idea de que las políticas, el lenguaje y otras instituciones sociales deben evitar distinguir los roles sociales según el sexo o el género de las personas a fin de evitar la discriminación que surge de la impresión de que existen roles sociales específicos o adecuados para cada género.

Norma: estándar para evaluar o emitir juicios sobre comportamientos

Normatividad: fenómeno en las sociedades humanas de designar algunas acciones/ comportamientos como buenos, deseables o permisibles y otros como malos, indeseables o inadmisibles según una determinada norma.

Heteronormatividad: la creencia de que la heterosexualidad es la norma u orientación sexual predeterminada y que las relaciones sexuales y maritales solo deben encajar entre personas de sexos opuestos. Supone que las personas caen en géneros distintos y complementarios, masculino y femenino, con roles naturales en la vida. Por lo tanto, una visión “heteronormativa” implica la alineación del sexo biológico, la sexualidad, la identidad de género y los roles de género. La heteronormatividad a menudo está relacionada con el heterosexismo y la homofobia.

Cisnormatividad: se supone que todas las personas son cisgénero y que deben presentar identidades y expresiones “cisgénero”. Por lo tanto, una visión “cisnormativa” implica la alineación del sexo biológico, la identidad de género y la expresión de género. La definición de heteronormatividad comprende cisnormatividad, mientras que ser cisnormativo no significa necesariamente ser heteronormativo, ya que la sexualidad permanece aparte de la definición

Orientación sexual: tipo de atracción sexual, romántica, emocional / espiritual que una persona siente por las demás, a menudo pero no sólo etiquetado en función de la relación de género entre la persona y las personas que lo atraen (a menudo referido erróneamente como preferencia sexual)

Pansexual: persona que experimenta atracción sexual, romántica o emocional hacia las personas, independientemente de su identidad sexual o de

género. Las personas pansexuales afirman que el género y el sexo no son factores determinantes en su atracción romántica o sexual hacia los demás.

Patriarcado: estructura general o sistema social de jerarquías basado en el género en el que los hombres tienen el poder primario y predominan en los roles de liderazgo político, autoridad moral, privilegio social y control de la propiedad.

“Pink washing”: variedad de estrategias políticas y de marketing destinadas a promover productos, países, personas o entidades a través de un llamamiento a la amistad gay, para ser percibido como progresista, moderno y tolerante. Estrategia de marketing capitalista disfrazada de promover la inclusión social y la diversidad pero cuyo objetivo final es generar mayor impacto de ventas o consumo.

Positividad corporal: movimiento social que aboga por la aceptación y apreciación de todos los tipos de cuerpos humanos. Está arraigado en la creencia de que todos los seres humanos deben tener una imagen corporal positiva y aceptar sus propios cuerpos y los de los demás.

Positividad sexual: término utilizado para describir las actitudes sin prejuicios, la apertura, la libertad y la liberación sobre la sexualidad y la expresión sexual.

Preferencia sexual: tipos de relaciones sexuales, estimulación y atracción que a una persona posee o desea

Reasignación de género: muchas personas trans se someten a procedimientos médicos, que incluyen reemplazo hormonal y cirugía, para alinear sus cuerpos con su género. Esto tiene varios nombres, pero a menudo se llama reasignación de género. A veces también se conoce como reasignación de sexo, aunque este término está cayendo en desuso

Relación monógama: forma de relación en la que un individuo solo tiene una pareja sexual, romántica y / o afectiva en cualquier momento

Relaciones no monógamas: término general para

cada práctica o filosofía de relación íntima que no se ajusta estrictamente a los estándares de la monogamia, en particular la de tener solo una persona con quien intercambiar sexo, amor y / o afecto en cualquier momento:

Matrimonio grupal: varias personas forman una sola unidad familiar, y cada una se considera casada entre sí.

Poli familias: similar al matrimonio grupal, pero los miembros pueden no considerarse casados con todos los demás miembros

Polifidelidad: los participantes de este tipo de relación tienen múltiples parejas pero restringen la actividad sexual dentro de cierto grupo

Relación abierta (incluido el matrimonio abierto): uno o ambos miembros de una pareja comprometida (o casada) tienen la libertad expresa de ser sexualmente activos con los demás.

Poliamor: los participantes tienen o pueden tener más de una relación afectiva

Poligamia: una persona en una relación que está casada con múltiples parejas

Poliandria: mujeres que tienen múltiples maridos

Poliginia: hombres que tienen múltiples esposas

Anarquía de relaciones: práctica de formar relaciones de todo tipo (sexuales, románticas, platónicas, familiares) que no están sujetas a normas o reglas sociales, sino que se centran en lo que las personas involucradas acuerdan mutuamente.

Roles de género: expectativas de comportamientos y apariencia socialmente construidos y culturalmente específicos impuestos a hombres y mujeres. Los roles de género estereotipados y socialmente construidos para niños / hombres y niñas / mujeres a menudo se consideran regresivos y dañinos cuando se imponen a los jóvenes.

Sexo: conjunto de múltiples atributos biológicos

del cuerpo de una persona asociados con caracterizaciones de hombre, mujer o de otro tipo. Esto incluye genitales, cromosomas, niveles hormonales y otros factores fisiológicos. El sexo se considera un espectro, y la mayoría de las personas caen en hombres o mujeres.

Transgénero (trans *): personas cuya identidad y / o expresión de género es diferente al género asignado al nacer. Esto incluye hombres trans, mujeres trans y no binarios. Se utiliza para describir a cualquiera que no sea cisgénero. Transgénero debe utilizarse como un adjetivo (por ejemplo, “una persona transgénero”)

Transición: proceso por el que pasan muchas personas trans para cambiar parte o la totalidad de lo siguiente: presentación social, rol de género, documentos legales y / u organismos para reflejar mejor sus identidades. Esto puede implicar cambiar nombres, lograr reconocimiento de género, ajustar su expresión de género y someterse a intervenciones médicas. No todas las personas trans hacen la transición, y la transición es un proceso personal que significa cosas muy diferentes para diferentes personas.

Transfobia: análoga a la homofobia, este es el odio o el prejuicio contra las personas trans. Esto puede tomar muchas formas, incluyendo violencia, intimidación, rechazo social y discriminación por parte de las instituciones.

Trans-misoginia: intersección de transfobia y misoginia

Transexual: término médico y legal que generalmente se usa para describir a un hombre o una mujer trans que realiza una transición médica, legal y social. Algunas personas trans lo usan para describirse a sí mismas, aunque está cayendo del uso común. No debe usarse para describir a una persona trans a menos que lo solicite.

¹ Las definiciones en este capítulo se basan principalmente en estas fuentes:
 Transgender Europe – <https://tgeu.org/glossary/>
 –Sail NI – Apoyo a la juventud trans, orientación para apoyar a los jóvenes trans y no binarios en la educación formal y no formal – <https://sailni.com/education>
 ALGBTICAL – Asociación de Asuntos de Lesbianas, Gays, Bisexuales y Transgénero en el asesoramiento de Alabama – <https://www.algbtical.org/2A%20GLOSSARY.htm>
 Y discusiones durante encuentros y seminarios llevados a cabo en el marco de la realización en el conocimiento previo de los participantes.



QUIENES SOMOS LIBRES DE SER

