



**YO SOY
VOZ DE LA
MEMORIA Y
CUERPO DE LA
LIBERTAD**

ACTORAS DE CAMBIO



Guías metodológicas:

dialoguemos sobre memoria histórica
y violencia sexual con las y los estudiantes
de educación básica

Guía de aplicación práctica con los estudiantes:

Descubro y celebro la libertad de la igualdad

**construimos la paz:
hablemos de violencia sexual**

© **colectiva actoras de cambio** 2012
primera edición 2012
primera impresión 2012

Gracias al apoyo de:

Generalitat Valenciana y Educación Sin Fronteras
segunda impresión 2018
investigación y redacción Iliuvina méndez
revisión de redacción equipo fenix
edición tania palencia
diseño e ilustración laura sánchez cortés
impresión serviprensa

Esta guía fue validada por el equipo de la Colectiva Actoras de Cambio y maestras que participaron en el proceso de formación 2009-2011: “Recuperación de la memoria histórica con énfasis en el abordaje de la violencia sexual, a través de la formación docente y sensibilización social”.

Esta publicación puede ser reproducida en parte o en totalidad, bajo éste o cualquier tipo de formato, a favor de nuestra vida y libertad como mujeres, aquí y en todo el planeta.

guías metodológicas: dialoguemos sobre memoria histórica y violencia sexual con las y los estudiantes de educación básica

En la segunda impresión de las guías, la **Colectiva Actoras de Cambio** cambia la forma de nombrar a las y los estudiantes. Por favor, sustituir en su lectura: alumnas y alumnos, por las y los estudiantes, algo que nos permite nombrar con propiedad un enfoque circular en la relación y los aprendizajes entre maestras, maestros y las y los estudiantes.

Sumario de guías:

- Constuyamos la paz:
Hablemos de memoria histórica
 - Guía teórica memoria histórica y violencia sexual
 - Guía de aplicación práctica sobre memoria histórica y violencia sexual
- Constuyamos la paz:
Hablemos de violencia sexual
 - Guía teórica sobre violencia sexual
 - Guía de aplicación práctica sobre violencia sexual para desarrollar con alumnas y alumnos:
“Repensando la vida para la igualdad y la paz”
 - Guía de aplicación práctica con alumnas:
“Me reconozco en la libertad de ser quien yo decida”
 - Guía de aplicación práctica con alumnos:
“Descubro y celebro la libertad de la igualdad”
- Compendio de técnicas de apoyo pedagógico para profesoras y profesores
- Actividades sugeridas para promover nuevos valores

tabla de contenidos

06

Presentación

09

Introducción

13

La aventura del cambio y la transformación

18

Sugerencias para la aplicación de la guía

20

Actividad 1

¿Somos los hombres violentos por naturaleza?

¿De dónde nació esta idea?

22

Actividad 2

Los significados del poder en la masculinidad dominante o hegemónica

24

Actividad 3

¿Qué es la violencia sexual? ¿Por qué y cómo se reproduce la violencia sexual?

26

Actividad 4

Conociendo la violencia sexual para erradicarla

29

Actividad 5

El origen de las creencias de la superioridad de los hombres

31

Actividad 6

Puedo ser un hombre diferente

33

Actividad 7

Ya no me creo el cuento de la virilidad para ser hombre

35

Actividad 8

Los hombres no somos máquinas de sexo, me gusta saber y sentir que soy persona

37

Actividad 9

Me gusta saber qué es la sexualidad

39

Actividad 10

Las decisiones que puedo tomar para relacionarme con las parejas

41

Actividad 11

El fin de la violencia me hace bien

42

Actividad 12

Decidiendo sobre la paternidad responsable

44

Actividad 13

No quiero ser papá: Los métodos anticonceptivos

46

Actividad 14

Cómo defendernos de la violencia sexual

47

Actividad 15

Cómo apoyar a un y una sobreviviente de violencia sexual

50

Anexo 1:

María en el mundo de las ilusiones

54

Anexo 2:

Azucena... ¿por qué tan sola?

59

Casos Violencia Sexual

presentación

Esta guía se trabajará con grupos de hombres exclusivamente; quienes trabajaran en un espacio propio.

Al culminar la “Guía de Aplicación Práctica sobre Violencia Sexual para Desarrollar con Alumnas y Alumnos: ‘Repensando la vida para la igualdad y la paz’”, los grupos han logrado realizar reflexiones y prácticas orientadas a la igualdad y la paz, lo cual les ha facilitado condiciones para emprender o fortalecer sus habilidades y actitudes para relacionarse con respeto y aceptar ampliamente la creación de espacios propios, de mujeres y de hombres, para el abordaje de la violencia sexual desde sus particulares experiencias y vivencias.

La violencia sexual es un problema que los hombres viven de manera diferente que las mujeres, ya sea como sobrevivientes o como agresores, de tal manera que los abordajes son diferentes. Ambos grupos necesitan para adentrarse en la problemática de un ambiente de confianza y seguridad.

Las actividades alrededor de la violencia sexual serán realizadas por las maestras que participaron en el proceso de formación desarrollado por la Colectiva Actoras de Cambio y maestros que se sienten identificados con la necesidad de cambios en las relaciones de poder que posibilitan la gran cantidad de casos de violencia sexual. Esto facilitará la transformación en la vida de los jóvenes.

No es parte del abordaje la obligatoriedad de hacer denuncias legales, cuando el caso lo amerite, esto dependerá de las decisiones del alumno y también del profesorado para acompañarle. se sugiere crear una red en la comunidad, municipio o departamento de organizaciones de mujeres, de niñez y juventud que puedan darle este apoyo.

Es necesario recordar que en los casos en los que haya alumnos sobrevivientes de violencia sexual y quieran expresar experiencias de violencia sexual, romper el silencio, es indispensable que trabajen el evento generando un espacio seguro, de confianza y tomando en cuenta que para trabajar los eventos y las emociones no es necesario que hablen sobre todo lo sucedido, si no lo que la persona necesite expresar.

En los casos en los que los estudiantes adolescentes hayan cometido abusos, y lo expresen de alguna manera, abierta o sutil, es necesario escucharles y enfocarse en medidas que detengan el abuso, si alguno habla del

abuso seguramente se estará sintiendo muy culpable y con la inquietud de cambiar, este momento hay que aprovecharlo al máximo para buscar apoyo y asesoría para el mismo, de tal manera que tenga la oportunidad de transformar el abuso.

En los casos en los que algún joven exprese haber abusado de alguien, es necesario identificar a las víctimas para tomar medidas para prevenir que el abuso continúe y prestarles atención y apoyo, recordemos que lo central es parar el abuso, en ningún caso será de protección o encubrimiento del agresor, la orientación con el agresor es especialmente la búsqueda de formas, mecanismos para que el abuso se detenga y posibilitar en la medida de lo posible la transformación de estos comportamientos.

Se sugiere que en consejo de maestras, profesores o con las familias, según sea la situación, y los y las implicadas, se tomen las medidas necesarias para parar el abuso y aprovechar todos los recursos para la transformación del problema.

Frecuentemente los agresores no hablan de esto ya que han traspasado los límites. Por lo tanto el enfoque de esta guía está en la prevención y el cambio de imaginarios en los jóvenes para romper los mecanismos de reproducción de la violencia en contra de las mujeres.

introducción

La Guía de Aplicación Práctica con Alumnos: “Descubro y Celebro la Libertad de la Igualdad”. promueve la revisión crítica y el análisis profundo de los orígenes, causas, consecuencias de la violencia sexual, así como los aprendizajes, creencias, comportamientos que en lo cotidiano reproducen la misma, realizando un análisis exhaustivo de las construcciones históricas sociales de la masculinidad hegemónica y la feminidad dominante, con la creencia y apuesta profunda a la construcción de otras maneras de ser hombres y mujeres, fuera de todos los mandatos de dominación y opresión.

En la guía se privilegia la posibilidad de generar espacios de prevención y acción para prevenir y erradicar la violencia sexual y que los hombres se responsabilicen del cambio y de la transformación.

En la guía se utilizan recursos reflexivos, lúdicos, creativos y sanadores que favorecen la profundización y construcción de criterio propio y de transformación de actitudes y comportamientos. Facilita además la

toma de conciencia de las posibilidades y recursos que cada uno tiene para la transformación y creación de bienestar personal, colectivo y social, desestructurando a su vez los sistemas, micro sistemas y paradigmas que reproducen la violencia sexual y las relaciones de poder de dominación.

Con la aplicación de la guía se pretende propiciar visiones alternativas y oportunidades para construir nuevas relaciones de poder que generen bienestar, alegría, autonomía y libertad para hombres y mujeres; sanando las relaciones basadas en el poder, la dominación, la opresión, la agresividad y la violencia contra las mujeres.

Considerando que la violencia sexual en la guerra y en la cotidianidad de la vida de las mujeres sigue silenciada y, esa condición impide sanar y trascender, su abordaje resulta ser un imperativo para su erradicación de la vida de toda la sociedad. La guía está apegada al principio teórico mediante el cual se plantea que, aunque la violencia sexual es un problema de enormes dimensiones, no obstante puede transformarse mediante procesos de autoconciencia, conciencia y procesos colectivos de apoyo y defensa, procesos que en general, promueven la libertad y emancipación de las mujeres y la construcción de relaciones de igualdad y respeto con los hombres.

Se incluyen ejercicios que influyen en la integralidad de los alumnos. Toma en cuenta que el proceso de aprendizaje

es complejo, integral y que a través del mismo se puede contribuir eficazmente a la vida plena, despertando las potencialidades para la creación y aprendizaje de nuevos valores orientados a la igualdad, justicia, respeto a las diferencias, y a la erradicación de toda forma de superioridad y dominio sobre otras personas.

La guía promueve una nueva visión de la vida que facilite la interrelación y sincronía entre todo, una visión cosmogónica, basada en la armonía y el equilibrio, sin reforzar ni reproducir ninguna forma de violencia, particularmente la violencia sexual.

Promueve que la autoridad de lo construido en los grupos se base en el diálogo, la discusión y el debate; no se pretende generar un pensamiento homogéneo, ni entre los alumnos, ni con las o los maestros; se privilegia el respeto, la diversidad, las relaciones basadas en la justicia y la igualdad y a todo lo que promueva la paz y la interacción libre de violencia en todas sus manifestaciones.

El primer momento de la guía corresponde a la generación de un ambiente en el que se empiece la aventura de generar espacios nuevos para hablar y escucharse, generalmente los hombres no hablan, ni se escuchan sus historias íntimas, ni muestran sus emociones y sentimientos por lo que este es un momento muy importante, al que es necesario ponerle suficiente atención y tener la claridad de que el cambio y revisión de las normas consensuadas va a variar con frecuencia. Es

necesario estar atentas y atentos a lo que sucede fuera del grupo o sea en contexto abierto, ya que es frecuente encontrar comportamientos distintos en varios ámbitos, que son como medidas de protección frente al cambio. Manejar esta situación no es fácil ya que también para los y las profesoras esta es una experiencia nueva.

Creado el nuevo ambiente nos adentramos en las actividades propuestas para re significar y transformar creencias y construcciones alrededor de la violencia sexual y de lo masculino de tal manera que la transformación se produzca desde las decisiones conscientes de cada uno. Para los jóvenes esto tiene que ser tomado como una oportunidad para ser felices, en esta edad anhelan ser diferentes y cambiar el esquema del padre o de la familia, pero generalmente no encuentran espacios para hacerlo, ya que el control social es fuerte.

El proceso incluye conocimiento, reflexión, sanación y actividades de erradicación, defensa y prevención de la violencia sexual en todas sus expresiones y manifestaciones. También incluye procesos de reflexión sobre la sexualidad mediante actividades orientadas a responsabilizarse plenamente del cuerpo y la sexualidad, tomando decisiones trascendentales.

Las relaciones de poder entre hombres y mujeres son cuestionadas de manera profunda, de igual manera el racismo, autoritarismo y el clasismo.

la aventura del cambio y la transformación

Para los jóvenes dialogar en grupo de temas como la violencia sexual puede resultar cuestionador de sus aprendizajes masculinos, no obstante, adentrarse en la aventura de vivir mejor desde nuevas formas y principios puede ser muy rebelde y alentador. Para motivar su disposición para adentrarse en nuevas formas son necesarios acuerdos básicos para relacionarse, a continuación proponemos los siguientes.

Principios y valores para construir un espacio de cambio y transformación:

Escucha activa: vamos a escuchar las opiniones diversas, abriremos los oídos y el entendimiento para conocer los argumentos de unos y otros. Promoveremos la escucha entre todos, aunque las opiniones sean diversas y diferentes. Así es el mundo, diverso.

Escucharemos sin interrupciones y burlas, cuando haya burlas pararemos y analizaremos la burla, ¿Por qué nos burlamos, cómo aprendimos a burlarnos de otros?

Sobre todo tomaremos en cuenta cuál fue el motivo de la burla, ya que en ella están escondidas muchas creencias de superioridad e inferioridad. Preguntarnos en qué colabora esto al buen vivir personal y colectivo.

Preguntar: ¿quieren cambiar esta costumbre? Quienes digan que sí, proponen por cual otra costumbre la quieren cambiar. La y el maestro supervisa el cambio y lo promueven.

No comentarios sexistas o racistas: El espacio que estamos construyendo nos da la pauta para ir creciendo juntos. La imagen y el espacio que construimos juntos, no es el espacio de lo prohibido, es el espacio de reinventar el mundo, por uno amable y amoroso, porque este mundo no nos hace felices.

Es el espacio del pensamiento crítico que todos esperamos para ser mejores, por lo tanto frente a comentarios sexistas que son utilizados frecuentemente entre hombres, y entre mujeres y hombres, para descalificarse los evitaremos. Cuando se presenten, los reflexionaremos a profundidad con todo el grupo, entendiendo los orígenes de estas maneras de descalificar y evidenciando las consecuencias y su influencia en las formas violentas de relacionarnos, ocasionando distanciamiento, desconfianza, competencia, ganas de vengarse, mas violencia y odio.

Por ejemplo si escuchamos expresiones como: “hay, la nenita”, “que hueco o que marica”, “este es bien indio”, paramos para reflexionar y preguntamos ¿Qué sentimos, pensamos o buscamos cuando decimos estas frases a nuestros y nuestras compañeras? ¿Qué sentimos, pensamos cuando nos dicen frases como estas? Para analizar ambas partes. Generalmente al hacer estas reflexiones nos damos cuenta que repetimos conductas, frases, comportamientos sin cuestionarnos, solamente repitiendo esquemas aprendidos. Se sugiere que también juntos y juntas busquemos como sustituir o transformar estos comportamientos.

Nos responsabilizamos del cambio: El reto es aprender a sentirse bien, a re significar y cuestionar porque hacemos una u otra cosa y especialmente a identificar qué cosas nos hacen bien para fortalecerlas y a identificar lo que genera malestar para transformarlo, esto es responsabilizarse por sí mismo y por el cambio.

Muchas veces repetimos conductas que aprendimos y no las cuestionamos, por ejemplo entre los hombres es frecuente que estén midiendo la fuerza física que tiene uno y otro, empujándose, pegándose o llegando a peleas. Puede ser que el chico que muestre más fuerza se sienta poderoso, superior y que le reste importancia a otros aspectos como la solidaridad, la escucha, el afecto, la camaradería que son aspectos importantes para la amistad y relaciones fuertes y duraderas.

Responsabilizarnos del cambio es ir a lo profundo para nuestro beneficio personal y colectivo.

Aprender a ser libres: Lo de la libertad es una pasión para la juventud pero nos venden que ser libres es beber, fumar, tener sexo, drogas, dinero, ver pornografía, prostituirse al visitar prostíbulos, dejando al final una sensación de vacío, de malestar, de dependencia y de infelicidad.

La libertad, la verdadera libertad nunca daña, expande el espíritu con la alegría y la felicidad, con una sensación de sentirse bien consigo mismos. Generalmente no nos enseñan a ser libres, es necesario aprenderla y descubrirla mediante la búsqueda permanente.

En este espacio experimentaremos otra libertad, la libertad de ser desde nosotros mismos, no importa si hemos aprendido que alguno de esos comportamientos no son propios de hombres con mentalidad machista, o que contradigan aprendizajes sociales que tenemos dentro de nosotros.

En este espacio que es nuestro, aprenderemos a buscar y descubrir la alegría, el bienestar personal, la solidaridad, el afecto, el respeto por nosotros mismos y a darnos cuenta de lo que no nos gusta, o no nos hace bien, para transformarlo.

No juzgar: No vamos a juzgar a otros, solo vamos a escuchar y a tratar de entender lo que el otro dice o siente y vamos a ser buenos compañeros para el cambio y la transformación. Vamos a ensayar y aprender la solidaridad.

Vamos a aprender la igualdad, vamos a dejar fuera todas las creencias de que algunos son superiores y otros y otras inferiores, vamos a darnos cuenta de todos los beneficios personales y sociales que tienen la igualdad entre hombres y mujeres, entre indígenas y ladinos o mestizos, entre blancos y negros.

Vamos a darnos cuenta que las personas, el mundo, la naturaleza, el planeta, el universo y todo lo que está contenido en estos, da su aporte fundamental para la vida, que somos parte del todo, que nuestro valor como personas no depende de lo que tenemos o del poder sobre otros y otras. Vamos a ensayar la igualdad.

Vamos a vencer la violencia. Ensayaremos el diálogo para resolver los desacuerdos, vamos a descubrir que la armonía nos hace mucho bien y que la violencia solamente nos daña, vamos a cambiar la historia y la herencia de violencia que nos han dejado. Vamos a ser capaces de erradicar la violencia hacia las mujeres, en contra de la niñez y de nosotros mismos.

sugerencias para la aplicación de la guía

Todas las sesiones se iniciarán y culminarán con ejercicios de respiración y ejercicios energéticos que se detallan en el compendio de técnicas anexo a este material.

Durante las sesiones, en el medio o cuando sea necesario también se realizarán ejercicios que faciliten la re armonización, el manejo de emociones, y la re significación y transformación de creencias alrededor de la violencia sexual.

Se sugiere que la temática se vincule con los contenidos curriculares de las clases de Ciencias Naturales, Educación en Valores, Educación Sexual y Expresión Artística, para lo cual se promoverá la elaboración de una planificación conjunta y luego específica de cada clase para que su abordaje sea sistemático.



Actividades

Actividad 1

¿Somos los hombres violentos por naturaleza? ¿De dónde nació esta idea?

Recursos

- Cuaderno para anotaciones del proceso
- Compendio de Técnicas de Apoyo Pedagógico para Profesoras y Profesores
- Guías de apoyo
- Cartapacio con materiales del diplomado de Actoras de Cambio con maestras

Objetivos

1. Los estudiantes incursionan en el análisis profundo de los paradigmas que sostienen la violencia como una forma de relación, para re significarlos y transformarlos en sus propias vidas.
2. Los estudiantes empiezan el proceso de transformación de los imaginarios sociales y la construcción de nuevas formas de relacionarse sin violencia.

Procedimiento

3. Se inicia con una actividad de armonización de la energía, se sugiere iniciar con la meditación del árbol.
4. Se explica ampliamente la importancia de hablar, prevenir y erradicar la violencia en todas sus expresiones, particularmente la violencia en contra de las mujeres como un aspecto fundamental para el bienestar personal, colectivo y del mundo, se les pide que imaginen por un momento cómo sería su casa, si hubiera igualdad y paz.
5. Trabajan en grupos la pregunta ¿los hombres somos violentos por naturaleza, o lo aprendimos, en dónde, cómo, a partir de qué edad? exponiendo los argumentos de todos. Las conclusiones quedan anotadas en hojas.

4. Luego, en los mismos grupos se trabaja la pregunta ¿y la violencia en contra de las mujeres cómo la aprendemos, empieza en alguna edad particular?
5. Al finalizar con estas preguntas se pide a los grupos que trabajen con la pregunta ¿cuáles son los cambios que puedo hacer como persona y las que podemos hacer como colectivo? Se les recuerda que las propuestas tienen que integrar nuevos valores y ser pacíficas.
6. Con las conclusiones de los dos trabajos en grupo preparan una presentación que también integre ideas de cómo cambiar esta violencia.
7. Luego de las presentaciones se hace una discusión en clase.
8. Cierre haciendo el ejercicio del sabio interior.



Actividad 2

Los significados del poder en la masculinidad dominante o hegemónica

Recursos

- Guías
- Compendio de Técnicas de Apoyo Pedagógico para Profesoras y Profesores (se sugieren: las técnicas de respiración; armonización; chakras, con énfasis en el de la comunicación y el poder; ejercicio de bioenergética para hablar y expresar; ejercicio para trabajar las creencias de superioridad e inferioridad).

Temática

- Poder.
- Masculinidades.
- Violencia.

Objetivo

Los estudiantes toman conciencia de la importancia de erradicar la violencia para mejorar la calidad de vida personal, colectiva y social así como la importancia de la construcción de la igualdad.

Procedimiento

1. Armonización de la energía.
2. Previamente verán la película Avatar y Color Púrpura. Las conversarán en clase. Las películas las pueden ver por la tarde para no tomar tiempo de clase. Esta puede ser una actividad en la que participen mujeres y hombres.
3. La maestra o maestro explica los significados del poder, las guerras y el dominio a lo largo de la historia hasta llevarnos a la situación actual en la que no solamente hemos destruido vidas, sino especies animales, flora, océanos colocando en grave riesgo el planeta.

4. En grupos elaborarán una historia, un cuento, un juego en el que cambien los roles de poder, un grupo trabajara el machismo, otro el racismo y otro más el clasismo.
5. En cada grupo se analizan los personajes o las colectividades observadas en las películas teniendo como eje el tema asignado. Analizando los roles de poder, las actitudes, las reacciones de las personas involucradas, la destructividad o la construcción de nuevas cosas.
6. Luego de este ejercicio, diseñan sus propios personajes, sobre cómo quiero ser con respecto a los tres temas: machismo, racismo, clasismo, incluyendo nuevos valores, comportamientos y los representarán en grupo grande.
7. Luego de las presentaciones se pregunta cómo se sienten y si se sienten capaces de transformar las relaciones violentas. Se celebran las respuestas positivas.
8. Se cierra el ejercicio con la meditación del árbol para nutrir las intenciones de cambio.



Actividad 3

¿Qué es la violencia sexual? ¿Por qué y cómo se reproduce la violencia sexual?

Recursos

- Cuaderno para anotaciones del proceso
- Texto elaborado por Actoras de Cambio
- Guías de apoyo
- Compendio de técnicas
- Cartapacio con materiales del diplomado de Actoras de Cambio con maestras

Objetivos

1. Los estudiantes incursionan en el análisis profundo de los paradigmas que sostienen la violencia sexual, para resignificarlos y transformarlos en sus propias vidas.
2. Las estudiantes empiezan el proceso de transformación de los imaginarios sociales y la construcción de nuevas formas de relacionarse sin violencia.

Procedimiento

1. Se inicia con una actividad de armonización de la energía.
2. Se explica ampliamente la importancia de hablar, prevenir y erradicar la violencia sexual, por su carácter violento y fundamental en el sostenimiento del machismo, la opresión de las mujeres y la infelicidad del mundo.
3. Se explica la importancia de hablar sobre la violencia sexual como una forma de sanar sus efectos y consecuencias para quienes son sobrevivientes de la misma y para erradicarla de las costumbres y la cultura.
4. Se explica que este es un espacio para mejorar como personas en el que podemos expresarnos abiertamente en el que todos nos comprometemos a respetarnos.

5. Se les pregunta a los jóvenes: ¿qué saben o han escuchado sobre la violencia sexual? Es importante anotar lo que cada quien dice, si afloran emociones o eventos se van trabajando colectivamente con las técnicas aprendidas durante el diplomado.
6. La siguiente pregunta es: ¿de dónde nace la violencia sexual?
7. Se motiva a todos para que expresen su opinión diciéndoles que no hay respuestas correctas e incorrectas, que todas son válidas, no obstante si algunos no hablan se respeta su silencio.
8. En grupos de 4 o de acuerdo con el número de participantes, se les pide que lean lo que dice la guía con respecto a lo que es la violencia sexual, sus orígenes y causas y luego analicen y validen lo que ellos expresaron en el grupo poniendo atención en qué aspectos cambian su manera de entender la violencia sexual al concluir con el análisis y reflexiones hechas.
9. Para terminar se pregunta en plenaria qué tenemos que cambiar para que haya menos hombres que sean agresores sexuales. Las respuestas se utilizarán para el siguiente ejercicio.
10. Para terminar se hace un ejercicio de introspección para reconciliar con todas las imágenes de su árbol familiar, a todos les hace un espacio en el corazón.



Actividad 4

Conociendo la violencia sexual para erradicarla

Recursos

- Guía Teórica sobre Violencia Sexual, Comendio de Técnicas de Apoyo Pedagógico para Profesoras y Profesores
- Vela

Temática

- Ejercicios de respiración.
- Integración energética.
- Formas en las que ocurre la violencia sexual:

Incesto

Estupro

Violación

Hostigamiento sexual

Acoso

Prostitución

Trata de personas

Pornografía

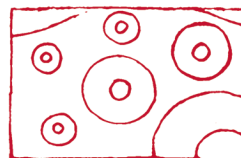
Objetivos

1. Los estudiantes conocen y reflexionan sobre las diferentes expresiones de la violencia sexual, como un mecanismo para analizarlas conscientemente generando posibilidades para su transformación.
2. Los estudiantes tienen posibilidades de transformar sus imaginarios sobre la masculinidad dominante que valida la violencia sexual, culpabilizando a las mujeres de la misma.

Procedimiento

1. Se inicia con armonización de la energía con enganche de cook. Con un ejercicio que les permita percibir la energía y hacer un círculo de luz y que integre los dos hemisferios cerebrales.
2. Se sugiere encender una vela o tener música de fondo que contribuya a que la energía fluya, como lluvia, el correr de un río, sonido del viento que también recuerde que la vida es sagrada.
3. Las maestras y maestros realizan una exposición sobre las formas de violencia sexual, ó promueven la lectura de la Guía Teórica sobre Violencia Sexual.
4. Si se opta por la exposición que sea breve, es importante poner atención en las reacciones de sus alumnos.
5. Se realizan ejercicios de toma de tierra para evitar la dispersión o negación de los alumnos.
6. Si luego de los ejercicios los estudiantes siguen en la negación se trabaja sobre la base de análisis de casos, pasando al inciso 12.
7. En grupos de trabajo, eligen una o dos formas de violencia sexual; y elaboran ideas de lo que se puede hacer para cambiar estas, con énfasis en las conductas masculinas, en este caso se podrán hacer propuestas para mujeres y para hombres.
8. Otro aspecto a trabajar será cómo pueden defenderse y protegerse los y las sobrevivientes, es importante que hagan propuestas para hombres y mujeres separadamente, siendo creativos, utilizando sus recursos personales y colectivos, incluyendo lo individual y lo colectivo.
9. Se cuida que se aborde la mayor parte de expresiones de la violencia sexual y que ubiquen las mismas en el contexto y situación de ellos en ese momento, para ser realistas con las propuestas.

10. Si se presentan situaciones de emergencia, como casos que estén sucediendo en ese momento, es indispensable hacer un plan de apoyo y movilizarse para frenar el abuso. Si este fuera el caso la actividad se orienta a ello o alguna de las maestras le presta atención individual.
11. En el grupo grande cada grupo representa cómo defenderse, protegerse o actuar frente al tipo de violencia sexual que eligieron. Se realizan las representaciones si hay tiempo suficiente o se hace una parte y el resto se deja para la siguiente sesión.
12. Se distribuyen los casos de sobrevivientes mujeres y hombres (incluidos al final de este documento), para ser analizados en los grupos de trabajo siguiendo los mismos pasos planteados arriba.
13. Se evalúa cómo se sienten en este momento y, sobre esa base se decide qué actividad se realiza para la armonización de la energía.



Actividad 5

El origen de las creencias de la superioridad de los hombres

Recursos

- Guía Teórica sobre Violencia Sexual

Temática

- La temática general es: Creencias, sistemas y paradigmas que alimentan y sostienen la violencia sexual en la mente y las conductas de las mujeres y los hombres jóvenes cómo prácticas cotidianas “normales”.
- La temática específica: los paradigmas que reproducimos a través de la masculinidad dominante y feminidad subordinada.

Objetivo

Los estudiantes conocen y comprenden cuáles son las creencias, sistemas y paradigmas que reproducen la violencia sexual en el imaginario de los hombres como mecanismo para desestructurar sus propios imaginarios.

Procedimiento

1. Se inicia armonizando la energía.
2. Esta actividad se realiza en varias sesiones de trabajo, se sugiere pasar a otra actividad hasta terminar completamente; una a una.
3. Se organizan grupos pequeños, se distribuyen copias del texto sobre masculinidad dominante y feminidad subordinada contenido en la Guía Teórica sobre Violencia Sexual sobre la se sugiere parar para debatirlo y dialogarlo. Todos los desacuerdos se escriben para compartirlo luego en el grupo grande.

4. Se realiza un análisis sobre cómo se presentan estas conductas en su grupo de compañeros o en la comunidad y en donde las aprendieron, aprenden o refuerzan y que pasa si no las realizan.
5. En el grupo completo, se realiza el ejercicio de presión en la parte superior de las cejas, además de ejercicios para manejar el enojo, la culpa y la vergüenza, según sea el caso.
6. Posteriormente se les pide que en los mismos grupos preparen y actúen cómo transformarán conductas, comportamientos que sostengan o refuercen las ideas o creencias asociadas con la violencia sexual que estén presentes en sus grupos.
7. Para cerrar se hace un juego de bases, en unas bases se escriben o simbolizan las conductas deseables y en otras las indeseables, los alumnos caminan y deciden dónde pararse, y explican por qué se quedan ahí, de esta manera se evalúa avances y obstáculos para el cambio.



Actividad 6

Puedo ser un hombre diferente

Recursos

- Película “El Color Púrpura”.

Temática

- Creencias, sistemas y paradigmas que alimentan y sostienen la violencia sexual en la mente y las conductas de las mujeres y los hombres jóvenes cómo prácticas cotidianas “normales”.
- Cómo, quiénes nos enseñan la violencia y cuáles la intencionalidad de fondo.

Objetivos

1. Los estudiantes inician el proceso de transformación de sus creencias, sistemas y paradigmas que reproducen la violencia sexual en sus imaginarios como una alternativa para la construcción de su libertad.
2. Los estudiantes identifican como se reproducen las ideas de la violencia, así como identifican la intencionalidad destructiva de sostener mandatos de superioridad e inferioridad tanto entre hombres y mujeres como en otros sectores, ámbitos y espacios.

Procedimiento

1. Se sugiere hacer un ciclo de cine con varias películas que ilustren el machismo, el racismo y el clasismo. Pueden verse varias películas: el color púrpura, elegir alguna sobre el holocausto nazi o el ku kus clan norteamericano. Se sugiere hacer una presentación colectiva para el grado o los básicos juntos.

2. Luego del ciclo de cine, se pide a los estudiantes por grados, organizados en grupos que realicen ensayos sobre:
 - a. La superioridad de los hombres sobre las mujeres y cómo la violencia sexual se usa para el sostenimiento de esta dominación.
 - b. La superioridad de los hombres “blancos sobre los negros e indígenas y como la violencia en todas sus expresiones lo sostiene, incluida la violencia sexual.
 - c. El autoritarismo y las jerarquías sostenidas en la superioridad que mantienen el poder y control en quienes lo sostienen.
 - d. Todos los grupos agregaran ensayos, recomendaciones para superar estas maneras de relacionarse.
3. Con los resultados de sus ensayos crearan una obra de teatro que representa las posibilidades de un mundo basado en la igualdad, el equilibrio, la paz, armonía, libertad, respeto...
4. Esta obra puede hacerse incluyendo al grupo de mujeres previa presentación de sus ensayos.
5. Se realiza el cierre celebrando la libertad y la igualdad con expresiones corporales.



Actividad 7

Ya no me creo el cuento de la virilidad para ser hombre

Recursos

- Dos pliegos de papel bond, o rollo de papel kraft.
- masking tape o tape.
- Marcadores, temperas o pinturas elaboradas con pegamento de harina y pinturas de color vegetal.
- Playera vieja o gabacha para evitar ensuciarse.
- Lápices.

Temática

- Cuerpo y sexualidad.

Objetivos

1. Los estudiantes inician el proceso de transformación de sus creencias, sistemas y paradigmas que reproducen la violencia sexual en sus imaginarios como una alternativa para la construcción de su libertad.
2. Los estudiantes re significan su sexualidad mediante el conocimiento y la re significación de sus cuerpos y sexualidad.

Procedimiento

1. Ejercicios para despertar y tomar contacto con el cuerpo.
2. En grupos se trabaja sobre lo que nos han dicho sobre la sexualidad de los hombres:
 - a. Que en nuestro pene esta la fuerza, ya que hay una gran cantidad de mitos que dicen que: “si se calienta lo de abajo se pierde la cabeza”, “que si no nos desahogamos nos volvemos locos”, “que un hombre sin sexo no puede vivir tranquilo”...
 - b. Que para que nos respeten los compañeros tenemos que saber mucho de sexo y ver pornografía.

- c. Que a mayor número de mujeres conquistadas o “cogidas” más hombres, no importan las consecuencias...
- 3. La lista ellos la siguen y van descubriendo cuáles son los mensajes de fondo y si estas conductas contribuyen a su felicidad y a la del resto de la humanidad.
- 4. La o el maestro hace una breve exposición sobre lo que es la sexualidad y las ventajas de vivirla sin una demanda excesiva fuera de los límites reales, que generalmente provocan frustración en los hombres pues nadie le da alcance al mito de la virilidad exacerbada de la sociedad machista, lo cual en algunos casos origina la violencia sexual.
- 5. Se cierra la actividad con una meditación para recuperación del cuerpo y para reconciliarse con el mismo.



Actividad 8

Los hombres no somos máquinas de sexo, me gusta saber y sentir que soy persona

Recursos

- Hojas o cuadernos
- Lápices o lapiceros

Temática

- Re significación de lo que es el cuerpo y la sexualidad.

Objetivos

1. Los estudiantes inician el proceso de transformación de sus creencias, sistemas y paradigmas; que reproducen la violencia sexual en sus imaginarios, como una alternativa para la construcción de su libertad.
2. Los estudiantes revalorizan su sexualidad mediante el conocimiento y la re significación de sus cuerpos y sexualidad como hombres.

Procedimiento

1. Previamente se les pedirá a los alumnos, organizados por grupos que analicen lo siguiente:
 - a. Los integrantes de un grupo traerán la letra de una canción que escuchen cotidianamente y que hable sobre sexo, cuidar que la canción no sea repetida. Además de traer la letra elaborarán un análisis de los mensajes que contiene sobre la sexualidad de los hombres y de las mujeres. notando si hay diferencias por su pertenencia étnica.
 - b. Otro grupo traerá el contenido de un programa de chistes, analizando los mismos aspectos, notando si hay diferencias por su pertenencia étnica.

- c. Otro grupo traerá el análisis del periódico que mas circule en su comunidad.
 - d. El cuarto grupo preguntará a personas de su familia y comunidad, ¿cómo es la sexualidad de los hombres? Y cómo es la sexualidad de las mujeres, también harán un análisis de las respuestas.
2. En clase cada grupo presentará los resultados de su trabajo.
 3. Leen en grupos el texto ¿qué es sexualidad?
 4. Posteriormente cada grupo retoma lo analizado y lo modifica sobre la base de una sexualidad con nuevos contenidos desde sus perspectivas.
 5. Cada grupo presenta su trabajo en clase con los contenidos modificados.
 6. En el grupo grande o plenario se pueden hacer otras sugerencias de cambio.
 7. Para cerrar se hace un ejercicio para celebrar la libertad, expresando con el cuerpo entero.



Actividad 9

Me gusta saber qué es la sexualidad

Recursos

- Libros.
- Hojas de trabajo.

Temática

- Sexualidad masculina.
- Sexualidad femenina.

Objetivos

1. Los estudiantes inician el proceso de transformación de sus creencias, sistemas y paradigmas que reproducen la violencia sexual en sus imaginarios como una alternativa para la construcción de su libertad.
2. Los estudiantes reflexionan sobre la sexualidad de las mujeres haciendo énfasis en la sexualidad de las jóvenes desmitificándola.

Procedimiento

Previo a esta actividad los estudiantes leerán los libros “La tela de la honra” elaborado por Equipo Maíz, cada maestra elegirá libremente el procedimiento para que lo lean.

1. Armonización de la energía.
2. Se les pide que en un ejercicio individual, personal que no compartirán si no quieren, reflexionen sobre lo leído y escribirán en una hoja todas las creencias que ellos repiten en sus relaciones con las novias o amigas y a la par de cada aspecto escriban si lo quieren cambiar y cómo.

3. En una hoja separada escribirán todas las creencias o conductas que ahora toman conciencia que les hace daño a ellos y a las mujeres con las que se relacionan, la doblan, se despiden de esos hábitos o creencias con alegría y con ellas en las manos caminan en un círculo que cierre. En el mismo círculo dejan las hojas, las queman y luego con la conciencia de que dejan esto detrás empiezan a caminar abriendo nuevos caminos, caminan con alegría, celebrando una nueva sexualidad que traerá sorpresas y descubrimientos.



Actividad 10

Las decisiones que puedo tomar para relacionarme con las parejas

Recursos

- Historias escritas.

Objetivos

1. Los estudiantes se concientizan sobre la importancia de decidir ellos mismos sobre su sexualidad y en qué momento compartirla.
2. Los estudiantes identifican la diferencia entre relaciones de abuso y relaciones de respeto.
3. Los estudiantes identifican la diferencia entre la decisión de “sí o no tener relaciones sexuales” y la imposición de la maternidad no deseada a otras y la paternidad no deseada a ellos.
4. Los estudiantes tienen información científica sobre los métodos anticonceptivos.

Procedimiento

1. Armonización de la energía.
2. Se divide al grupo y se distribuyen historias de hombres jóvenes para analizar las decisiones que asumen los y las protagonistas de las mismas, comparando con historias que ellos conocen o sus propias vidas.
3. En los mismos grupos discuten sobre qué aspectos o factores contribuyen a que los hombres impongan relaciones sexo genitales a sus novias, identificando cuáles son las creencias o mandatos que están debajo de estos factores o aspectos.
4. Se trabajan las creencias en plenaria con retroalimentación de la maestra.

5. En plenaria se trabaja la pregunta: ¿tengo derecho a imponer a mi novia hacer cosas que ella no decida o a imponer un embarazo no deseado?
6. Se cierra la actividad celebrando la individualidad y la libertad de mujeres y de hombres para decidir sobre sus sexualidades, vidas y cuerpos. cada uno elige una frase: yo decido la igualdad, por ejemplo... lo escriben o le buscan un símbolo y en una danza lo van pasando entre todos, lo leen, lo escuchan, lo sienten y lo pasan de nuevo.



Actividad 11

El fin de la violencia me hace bien

Recursos

- Materiales de reúso: revistas, periódicos, papel de colores...
- Materiales de la naturaleza.
- Goma.
- Papel o cartulina.
- Compendio Técnicas de Apoyo Pedagógico para Profesoras y Profesores

Temática

- Una nueva masculinidad.

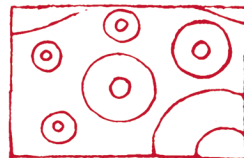
Objetivo:

1. Los estudiantes identifican claramente la diferencia entre relaciones de abuso y relaciones de respeto.
2. Los estudiantes, desde sus propias decisiones, generan nuevos paradigmas de masculinidad que promuevan la igualdad entre hombres y mujeres.

Procedimiento

1. Se armoniza la energía.
2. Se hace un collage individual con la pregunta: ¿cómo construyo una masculinidad o una manera de ser hombre, que me haga sentir bien y que no esté basada en la violencia o el dominio?
3. El collage lo pueden hacer con materiales de reúso, con materiales de la naturaleza, con colores, dibujos o recortes.
4. Al realizar el collage van pensando y visualizando como quieren ser para construir un mundo amable, amoroso, que no destruya, en el que estemos hombres, mujeres, naturaleza, cosmos, respetándonos, dignificándonos, sin violencia sexual, sin violencia en contra de las mujeres.

5. Al terminar el collage escriben lo que significa en sus cuadernos ya que esto quedará como registro para que lo puedan ver más adelante y para compartirlo.
6. Cada uno comparte lo que quiera compartir de su collage, anteponiendo la frase: yo decido ser un hombre... por ejemplo: que no se siente superior a las mujeres.
7. Quien facilita retroalimenta, motiva y acompaña las decisiones tomadas.
8. Cierre energético que consolide las decisiones tomadas durante la actividad.



Actividad 12

Decidiendo sobre la paternidad responsable

Temática

- Paternidad responsable.
- La paternidad como una opción.

Objetivos

1. Los estudiantes asumen la responsabilidad de su sexualidad y paternidad.
2. Los estudiantes analizan y reflexionan sobre la opción de la paternidad.

Procedimiento

1. Se armoniza la energía del grupo.
2. Se hace un ejercicio para decidir sobre si se quiere ser papá o no.
3. Quienes decidan que sí quieren serlo en algún momento de sus vidas, realizarán un ejercicio de visualización con la pregunta: ¿cuando me sentiré listo para ser papá?
4. En un ejercicio de meditación se les pide que vayan hacia adentro de ellos mismos.
5. Con cada respiración caminan hacia lo más profundo de sí mismos.
6. Observan el lugar, lo ven detenidamente, los colores, olores, formas.

7. Buscan donde sentarse y se preguntan: cuando me sentiré listo para ser papá, puede ser que la respuesta sea que no quiere ser papá, si es así que encamine su sueño hacia lo que él quiere ser.
8. Se toma entre tres a cinco minutos para contestarse y visualizar detenidamente sus características para ese momento, su edad, qué hacen, su situación, condición, si lo harán solos o acompañados o si no lo harán.
9. Cuando hayan finalizado la visualización, agradecen el contacto con su sabiduría interior y se disponen a regresar.
10. Pasando por todos los lugares que caminaron, observando los detalles del camino, olores colores, árboles... y regresan, cada quien a su ritmo.
11. Repasan en su mente el momento vivido.
12. Se les indica que cuando se sientan listos, contacten con sus cuerpos y con la respiración vayan sintiendo sus pies, manos, cabeza, piernas, ojos...
13. Cada quien a su ritmo abre los ojos y en silencio busca un cuaderno para escribir su momento ideal para ser papá o para cumplir un sueño deseado intensamente,
14. Al terminar de escribir lo comparten en pareja, escuchándose.
15. Luego en grupo grande, caminando dicen viéndose a los ojos: yo decido ser papá: por ejemplo, cuando haya viajado y conocido los lugares que quiero conocer, cuando sea capaz de responsabilizarme de una persona que necesita mis cuidados y amor..., yo decido no ser papá y viajar...



Actividad 13

No quiero ser papá: Los métodos anticonceptivos

Temática

Los hombres tienen las siguientes opciones para prevenir el embarazo:

- Abstinencia.
- Condones.
- Relaciones sexuales sin penetración.
- Vasectomía.
- Retiro del pene antes de eyacular (no es seguro debido a que en la lubricación que se genera ya hay una pequeña cantidad de espermatozoides que puede llegar a generar embarazo, sobre todo porque en la mujer también hay lubricación que puede servir de conducto a los espermatozoides).
- Esterilización.

Las mujeres tienen las siguientes opciones:

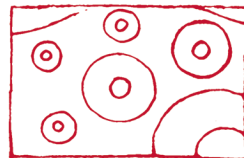
- Métodos basados en el conocimiento de nuestros cuerpos.
- Microscopios para identificar la fertilidad.
- Relaciones sexuales sin penetración.
- Método del ritmo y métodos de planificación natural.
- Métodos de barrera.
- Pastillas e inyecciones anticonceptivas.
- Dispositivo intrauterino.
- Esterilización temporal o definitiva.
- Abstinencia.

Objetivo

Los estudiantes conocen con propiedad los métodos anticonceptivos, para tener la capacidad de tomar decisiones informadas y así evitar embarazos no deseados.

Procedimiento

1. Previamente la maestra o maestro pide a los alumnos que investiguen cada método anticonceptivo y lo expliquen en clase por turnos.
2. Invitar a alguna persona que conozca a profundidad cómo funcionan y usan los métodos anticonceptivos, de preferencia que sean varias sesiones para que se puedan resolver dudas, basadas en la investigación realizada por los alumnos.
3. Dar información de donde obtener los diferentes métodos, aclarando la información sobre el acceso de adolescentes a los mismos.
4. Aclarar que el uso de los métodos anticonceptivos es una decisión que deben tomar si no quieren embarazar a una joven y que la prioridad en la decisión de usarlos es de las mujeres, por ser ellas quienes se embarazan.



Actividad 14

Cómo defendernos de la violencia sexual

Temática

- Responsabilidades sociales frente a la violencia sexual.

Objetivo

Los alumnos tienen conocimientos y herramientas básicas para actuar, protegerse y defenderse frente a la violencia sexual y para apoyar a otras y otros.

Procedimiento

1. Organizados en grupos pequeños los alumnos responden a la pregunta ¿cómo nos afecta la violencia sexual a los hombres?
2. Elaboran ideas de cómo defenderse de la violencia sexual de los hombres.
3. Elaboran ideas de cómo las mujeres pueden defenderse de la violencia sexual de los hombres.
4. Realizan una lectura del documento guía para chicas y chicos, lo discuten y deciden como presentarlo a niños y niñas de primaria, esto lo pueden hacer en colaboración con las mujeres de los grados, que lo deseen y que hayan concluido el proceso de trabajo con su propia guía.
5. Organizan una jornada de prevención de la violencia sexual en su instituto.

Actividad 15

Cómo apoyar a un y una sobreviviente de violencia sexual

Recursos

- Los que se tengan a disposición.

Temática

- Responsabilidades sociales frente a la violencia sexual.

Objetivo

Los alumnos tienen conocimientos y herramientas básicas para apoyar a sobrevivientes de violencia sexual en casos de emergencia.

Procedimiento

1. En casos de violación sexual los primeros pasos son:
2. Escuchar a la o el sobreviviente, creerle, hacerle sentir que esto pasará. Si es reciente el evento se le pregunta si quiere denunciar, confirmando con prueba muscular.
3. En el caso que quiera denunciar se le acompaña y se pide a la persona que recibe la denuncia que escriba completo el testimonio de la sobreviviente, para que ella no tenga que estar repitiendo lo mismo con cada persona que hable con ella o él.
4. Se le acompaña al examen médico forense y a todo el procedimiento legal necesario.
5. Al terminar todo el trámite se le ayuda a bañarse, cambiarse y continuar con lo indicado en el inciso 7.

6. En el caso que no quiera denunciar, se respeta su decisión y se le acompaña para que se bañe, se cambie y se continua con el paso siguiente.
7. Trabajar con él o ella alguna técnica para trabajar trauma, hasta que se sienta más tranquila/o. Se puede hacer una limpia con incienso, hierbas como el eucalipto, romero, ruda, un limón o los siete montes que venden en los mercados. Esto se puede sustituir o complementar con un barrido de la energía (ver guía) limpiando o sacudiendo las manos en un recipiente que contenga agua y sal.
8. Ese mismo día de ser posible asistir a un centro de salud para que le proporcionen la píldora del día después y otros tratamientos como: retrovirales para prevenir el contagio de VIH Sida y tratamientos para evitar otras enfermedades de transmisión sexual.
9. Continuar y buscar acompañamiento hasta que la o el sobreviviente se sienta mejor.
10. Denunciar al agresor buscando publicar su nombre.



Anexo 1

María en el mundo de las ilusiones

A María desde pequeña le enseñaron que el destino de las mujeres era casarse, tener hijos, cuidar una familia.

De acuerdo con las costumbres del lugar en donde nació y de su familia, las mujeres sirven y cuidan las necesidades de los hombres. Cuando ella tenía 6 años empezó a lavar los calcetines, calzoncillos y camisas de su papá. Su hermana: Silvia de 14 años, lavaba los pantalones y ropa grande y delicada.

María a sus 6 años ya ayudaba en la cocina, y cuando la madre o la hermana mayor no estaban, era la obligada a calentar la comida para el papá, sacarle la ropa y calentar el agua si se iba a bañar. El papá y la mamá nunca se preguntaron, o no lo sabemos, ¿cómo era posible que una niña tan chiquita podía responsabilizarse de un adulto?, por el contrario, sí se les escuchó lamentarse de tener solo hijas mujeres, a pesar de que Silvia, la mayor, y la mamá ayudaban al papá en el campo.

Un día María se quemó por encender el fuego con gasolina, como había visto que la mamá lo hacía cuando tenía prisa; la gasolina estaba allí porque le servía al papá para arrancar una moto sierra. En sus carreras María echó el chorro de gasolina y la gran llama subió hasta el techo, ella tuvo mucha suerte pues con el susto cayó para atrás y las quemaduras en sus manos, cabello, pestañas y cejas fueron leves.

Ella lloró amargamente y en silencio se preguntaba: ¿por qué ella, que era niña tenía que hacer el trabajo de cocinar para su papá que era el adulto, a veces se sentía como abandonada y con ganas de crecer para cambiar su situación.

Llorando se quedó dormida, cuando el papá llegó para almorzar, la despertó y ella le contó lo sucedido, a lo que él respondió: “¡qué bueno que no quemaste la casa patoja inútil!, ¡calentame algo que me tengo que ir!”. María se enojó pero se quedó callada, como siempre.

Cuando la mamá regresó y María le contó, le revisó las manos y los pelos chamuscados, dio gracias a Dios que no hubiera pasado a más y la mandó a recoger el tiradero de la cocina. María se atrevió a decirle: “¡ustedes no me cuidan, yo soy chiquita todavía y se puso a llorar!”. La mamá le jalo la trenza diciéndole “no solo sos tonta, también sos malcriada”... A partir de entonces, María se ha callado todo. Desde muy pequeña ha padecido de gastritis o de dolor de estómago y solo protesta en los sueños o pesadillas, o cuando amanecía con los dientes apretados.

Sola, en su mente, se preguntaba ¿por qué la vida de las mujeres era así? Pero pensaba que solo ella se preguntaba esas cosas, parecía que todos estaban contentos con sus vidas porque no decían nada. La mamá repetía una y otra vez: “la vida de las mujeres es así, sólo penas y luchas...”, este era su dicho preferido cuando se peleaba con el papá, cuando el papá llegaba borracho y le pegaba o gritaba, cuando no le salían bien las cosas... sin darse cuenta ella también aprendió que la vida es así...

Cuando María fue a la escuela vio que “así era la vida de las mujeres”, en los textos escolares los dibujos decían lo mismo y cuando aprendió a leer y escribir, leyó lo mismo.

En su casa también aprendió que quien mandaba era su papá, le tenían miedo y siempre tenía la última palabra, en todo.

Su mamá siempre le repitió: “tenés que hacer bien el oficio si querés conseguir un buen marido”.

María creció, a veces cuando se preguntaba a sí misma si las cosas debían ser así, sentía miedo, incluso pensaba que era pecado preguntárselo, porque le habían enseñado que tal como llevaba la vida era “como Dios manda”. Así es que sin pensarlo, cada vez más vivía sin atreverse a cambiar o a rebelarse, la sostenía la falsa esperanza de encontrar al “mejor hombre del mundo”, para que la quisiera y respetara.

Cuando se enamoró de un muchacho un poco mayor que ella, quería complacerle en todo, incluso quería hacerle sentir que él era quien mandaba en su vida, a veces sin darse cuenta o pensarlo.

Él le pidió que dejara de andar con sus amigas y ella accedió. Le decía cómo peinarse, vestirse, sonreírse, para donde ver y a quien mirar... cuando ella no hacía algo como él quería se enojaba.

María se veía con él cuando él quería, a veces hasta se salió de sus clases para andar con él, a pesar del miedo que sentía, ella cedía en todo con tal de verlo contento.

Cuando el novio le decía que ella era la mujer que quería para esposa y para madre de sus hijos, ella se sentía feliz y con más ganas de complacerlo.

Ella no se daba cuenta que cuando él le contaba lo difícil o triste de su vida, ella quería protegerlo y cuidarlo como una mamá, estaba dispuesta a todo.

A la mamá y al papá de María no les gustaba el muchacho, ya que decían: “con ese muchacho mi hija no va a salir de penas”, le daban mucha importancia a su situación económica y no si María podía tener una relación que le provocara bienestar. Nunca le hablaron de manera seria, solamente la regañaban, lo cual terminaba “acercándolos más” y mientras tanto, María con más ganas de demostrarle su amor, tal como se lo pedía el novio.

Cuando María se embarazó; –porque la presión del novio fue tal, que ella sin querer tener relaciones, accedió a sus deseos para “demostrarle lo mucho que le amaba”–, él, “se dio cuenta” que no estaba listo para ser papá y que necesitaba tiempo, además, pensó que seguramente María no era “tan honesta” como pensaba pues si había accedido con él, podría acceder con media humanidad.

María dejó de estudiar y parte de sus sueños se derrumbaron, porque al estar en el mundo de las ilusiones creyó que su mayor sueño no era su propia felicidad, si no la felicidad del otro.

Anexo 2

Azucena...

¿por qué tan sola?

Azucena creció con una familia de las que abundan pero según nuestras creencias predominantes son “diferentes”: vivía con su mamá y un hermano. Todos por igual ayudaban en la casa y cuando crecieron, también las responsabilidades propias y colectivas aumentaron. Cuando la abuela llegaba a casa y decía “¿Dónde está el rey de la casa? Dirigiéndose al niño, todo el mundo se reía y en coro repetían: “no abue, aquí no hay reyes, ni jefes, ni princesas, ni reinas, solo personas”.

Cuando Azucena, que es la protagonista de esta historia, fue a la escuela, le costó adaptarse y varias veces llamaron a la mamá. Algunas veces para felicitarla y muchas veces para decirle que la niña se negaba a limpiar y a lavar los trapeadores, porque aunque ya los varones barren la clase, no lavan los trapeadores. Muchas veces la maestra o maestro terminaba convencida o convencido de la igualdad, de promover la justicia, el respeto, la dignidad de todas las personas, otras se quedaban pensando que tanto Azucena como su mamá estaban locas.

Una de las veces, la maestra llamó a la mamá para pedirle que hablara con azucena, que ya había crecido bastante, para decirle que no fuera tan agresiva, porque un compañerito –que está enamorado de ella– quiso abrazarla y robarle un beso, “como la ve tan bonita”, dijo la maestra– y ella lo aventó y el pobrecito calló sobre unos escritorios...”

La mamá de Azucena le explicó a la maestra que nadie puede abrazar y besar a otra persona sin su consentimiento y que si lo hace, esto es agresión y abuso, frente a esto es indispensable defenderse tal como lo hizo Azucena. A la maestra le costó comprender al inicio, pero luego de la conversación estuvo de acuerdo con Azucena y su mamá. En la clase siguiente habló sobre la necesidad de respetarse entre todos y todas y se disculpó por omitir “quejas de alumnas”, sobre el abuso de sus compañeros.

Algunos chicos tenían temor de acercarse a Azucena porque temían su rechazo o no estaban acostumbrados a que les cuestionaran sus abusos o sus ideas, y a tratarse con igualdad y respeto.

En fin, Azucena estaba contenta porque tenía amigas y amigos, pocos, pero se la pasaban bien, no tenía novio, pero pensaba, “a mis amigas con novio no les va muy bien, las veo llorando, a otras las veo contentas por un tiempo y luego aburridas o tristes” en fin tenía mucho tiempo para vivir cada cosa con alegría, no había prisa, lo importante era aprender a amarse, respetarse y aceptarse a si misma, cuidar su bienestar y construir su felicidad, tal como decía su mamá, “porque tu felicidad depende de vos, de nadie más”. A veces dudaba de esto, pero se lo volvía a pensar y sentía que ese era el camino.

La historia de la mamá de Azucena

Doña Carmen era una mujer que salió adelante, como dice la gente, con su hija e hijo. Algunas personas dicen que tuvo mala suerte con el marido, pero ella sabe que a la mayoría de mujeres no les va bien en sus matrimonios, pero generalmente no se atreven a separarse, ni hablar de ello, ni ir a terapia para hablar juntos y cambiar la forma de relacionarse. Escuchemos su historia:

No es que los hombres sean malos, decía doña Carmen, lo que pasa es que se les enseña que nosotras les debemos obediencia, que somos como sus objetos o sirvientas, o sus hijas porque no tenemos libertad. A nosotras nos enseñan que ellos son como nuestros hijos, pero no para obedecernos, si no para que los cuidemos, algunas llegamos al extremo de tratarlos como bebés, les alcanzamos todo, les hacemos todo, les decimos como vestirse..., creemos que no pueden cuidar a las y los hijos..., que no pueden cambiar o lavar pañales, hacerles la pacha, en fin muchas son las falsas creencias que hemos aprendido y repetido...

Lo peor es que algunos hombres, que ya son muchos, han aprendido que pueden golpearnos, gritarnos, violarnos y hasta matarnos, y nosotras calladitas, aguantando. Eso me pasó a mí, decía doña Carmen:

Desde novios él me empujó varias veces cuando se enojaba, o me agarraba fuerte el brazo, hasta moretes me dejó. Siempre me decía que yo era quien lo provocaba y a la vez me pedía perdón. Yo lo perdonaba y me esforzaba por mejorar, yo llegue a creer que yo tenía la culpa. Como era muy celoso deje de hablar con mis amigas y mis amigos, sólo salía con él.

Yo también era celosa pero no podía decir nada porque se enojaba, aunque yo a veces lo vigilaba.

Resulté embarazada porque él me insistió mucho y se enojaba que no me dejara tocar, a mi me gustaba besarlo y abrazarlo, pero yo no quería tener relaciones todavía. Aunque no quiero hacerme la chiquita, ahora me doy cuenta que él me fue orillando para que yo accediera. Tuve tanto miedo que no sentí gusto, pero me embaracé.

El se casó conmigo y yo me sentí feliz. La felicidad me duró poco porque aunque me esforzara por servirle, por cuidarlo, por cualquier cosa se enojaba y empezó a golpearme. Cuando hablé con mi madre me dijo: “agradecida debías de estar que te honró casándose con vos, que tal que te hubiera dejado tirada con un hijo”, eso me confundió y dije tiene razón.

Seguí así por varios años, muy infeliz y con mucho miedo. Cuando Azucena, mi hija, tenía dos años mi esposo me trataba peor, me dio una golpiza que me mandó al hospital, mi pobre Azucena estaba muy asustada. En el hospital me preguntaron lo que me había sucedido y yo al principio mentí, pero después vi que era mi oportunidad de salir de esa situación y como me ofrecieron ayuda para recuperar a mi hija, la acepté, desde entonces me fui a vivir a otro lado, poco a poco fui recuperando mi vida, mi alegría, mis ganas de vivir, siempre he sido muy trabajadora.

Me reunía con otras mujeres que tienen una historia de golpes como la mía y así fui entendiendo que esta manera de tratarnos nos destruye tanto. Yo estaba embarazada de mi segundo hijo, y eso me motivó a seguir adelante y no regresar.

Ahora les enseño nuevas ideas a mi hija y a mi hijo, me encanta soñar que pueden tener vidas libres de violencia, que aprendan a amar, no a engañarse que amar es hacer lo que la otra persona quiere a costa de la propia felicidad, estima y amor propio. Yo también aprendí a amarme y a responsabilizarme por mi misma.

Casos Sobrevivencia Sexual

Caso 1 Sobrevivencia Sexual

Claudia es una chica de 12 años, vivía con su mamá, papá, una hermana y un hermano.

Su papá desde que Claudia era muy chica le hizo sentir que ella era su consentida y así lo hacía parecer frente a toda la familia. El la invitaba a ir a comer helado con alguna frecuencia. Cuando ella se negaba para todo el resto de la familia era incomprensible, y cuando el papá decía “entonces me llevo a tu hermana”, ella aceptaba de inmediato.

La mamá vivía como en otro mundo, parecía no darse cuenta de nada, embebida en el trabajo de la casa, que generalmente estaba limpio, ordenado. Hablaba poco y frecuentaba bastante las iglesias.

Claudia lloraba frecuentemente y estaba bastante aislada en la escuela. A pesar de su falta de comunicación, cuando la molestaban se enojaba bastante y se encerraba en el baño. Más adelante la maestra descubrió que Claudia se estaba haciendo daño a sí misma, se pellizcaba los brazos o las piernas, o los lugares que no enseñaba. La maestra la reprendió cuando lo descubrió pero no profundizó en conocer qué estaba pasando con ella, esto la desilusionó mucho más, pues sentía que nadie la ayudaba, ni en la escuela, ni en su casa.

Cuando cambió de grado, su maestra de inmediato reconoció que a Claudia le pasaba algo. Su nueva maestra, había sido abusada en la niñez por su tío, era una sobreviviente de violencia sexual. De niña nunca recibió apoyo, pero al ser adulta buscó ayuda en un grupo que le permitió sanar las heridas, actualmente forma parte de un movimiento para la prevención y erradicación del abuso sexual.

Empezó a acercarse a Claudia y a hablar con todas y todos los estudiantes del abuso sexual, de cómo prevenirlo y defenderse, de las conductas de los agresores, de los sentimientos de las sobrevivientes y del silencio en las familias con respecto al mismo. Habló con la maestra anterior y ella le comentó de los “pellizcos de Claudia”.

Claudia por su parte sintió que con ella podía hablar, pero los años de desconfianza y miedo hicieron que fuera abriendo su corazón muy despacio.

Claudia había creído por mucho tiempo que su padre abusaba solamente de ella y que de alguna manera ella evitaba o protegía a su hermana de lo mismo. El día que descubrió que también la hermana y el hermano eran abusados decidió romper el silencio con la maestra y decidió que ni ella ni sus hermanos regresarían a “esa casa”. Por mucho tiempo ella pensaba que se sacrificaba para que no le pasara a Cecilia, su hermana, ya que esta era la historia que el padre abusador le repetía. No tenía ninguna sospecha del abuso al hermano, que era el menor de los tres.

El día que descubrió que el padre abusaba de todos, llegó desesperada a la escuela. La maestra buscó un lugar privado para hablar y la escuchó atentamente. La respuesta de la maestra fue la que Claudia esperaba: la ayudaría a salir de casa, junto a su hermana y hermano, sobre todo mientras el padre saliera de la casa

definitivamente y tuviera una orden de restricción para acercarse a ellos. La maestra habló con la madre, pero esta no quiso poner la denuncia, ella misma había sido sobreviviente de incesto en su niñez y ahora tenía mucho miedo de enfrentar al agresor.

La maestra colocó la denuncia porque Claudia se lo pidió, su hermana y hermano; que estudiaban en la misma escuela; también estuvieron de acuerdo con la denuncia, no querían volver a ser abusados, lo cual les ayudó a vencer el miedo de no regresar a su casa con todo lo que implicaba.

El agresor al verse descubierto huyó del lugar y las niñas y niño regresaron a su casa y recibieron apoyo de una organización de mujeres. Todas y todos formaron, junto a otras y otros niños y la maestra un grupo para apoyarse y sanar las heridas.

Cuando se sintieron listos y fuertes, también lo estuvieron para realizar alguna actividad anual para compartir y hablar de cómo prevenir y defenderse del abuso sexual.

La historia empezó a cambiar lentamente, cada día se sentían mejor y otros y otras niñas tuvieron oportunidad de hablar y sanar las consecuencias del abuso sexual y de otros abusos.

Caso 2 Sobrevivencia Sexual

El hermano de Claudia, Sebastián tiene 9 años, cuando era muy chico lloraba para que su padre lo llevara a comer helado igual que a Claudia, pero dejó de hacerlo y ahora lloraba porque no quería ir.

Como ya sabemos, en la historia de Claudia, el padre les sacaba de casa para abusarlos sexualmente y utilizaba la manipulación de sus sentimientos para conseguir su silencio y mantener el secreto.

Sebastián igual que Cecilia la hermana, empezaron a mojar la cama de nuevo y la alegría fue desapareciendo de sus ojos, vivían con miedo y solamente volvían a sentirse contentos al estar lejos de casa o cuando su papá se ausentaba.

El papá abusaba de ellos cuando la madre salía a la iglesia o al mercado. La mamá por su parte siempre los quería llevar con ella, pero esto era motivo de pleito con su esposo por lo que evitaba hacerlo en horarios en los que estaban todos en casa.

Claudia descubrió del abuso a Sebastián y a Cecilia, porque un día de tantos, Sebastián lloraba, no quería levantarse y decía que no podía caminar, el padre había empezado a introducirle objetos en el ano. Claudia de inmediato sospecho, ella pasaba por situaciones parecidas, tomó fuerzas y le preguntó si su papá le

estaba “haciendo cosas”, ahí estaba Cecilia, ella también rompió el silencio. Los tres se pusieron a llorar, decidieron que se ayudarían y que huirían de su casa. Abrazados se quedaron dormidos.

Por la mañana Claudia propuso a Sebastián y a su hermana llevar algo de ropa escondida y sus pocos ahorros para irse de la casa, sabían que la mamá no actuaba, estaba como dormida o confundida, bajo el control del abusador.

En la escuela, Claudia habló con la maestra y ustedes ya saben lo que sucedió. La situación empezó a cambiar lentamente, no era fácil porque las críticas y los chismes de las y los compañeros de la escuela y de la comunidad no ayudaban. A Sebastián le decían que “de plano sos o vas a ser hueco, porque si ya te abusó un hombre seguro que ya te gustó...” algunas veces Sebastián respondía con golpes. Otras veces lloraba, otras hablaba con la maestra, esta última estrategia fue la que más usaba pues se dio cuenta que la maestra hablaba con la clase desde su propia experiencia o de la experiencia de otras personas, sin mencionarlo a él. Aclaraba los mitos que culpan y avergüenzan a las y los sobrevivientes y sus burlas o falsas ideas perdían fuerza.

Para Claudia y Cecilia, la hermana, también era difícil, les decían que seguro eran o iban a ser putas, o marimachas o eran mujeres que ya no servían para nada.

Claudia, Sebastián y Cecilia, fueron comprendiendo que el abuso sexual es un delito, un crimen y que la vergüenza debe ser del agresor y eso les dio fuerza para “levantar la cabeza y mirar de frente”.

Toda la nueva familia migró a otro lugar, teniendo el cuidado de vivir en un pueblo donde tuvieran apoyo. La mamá se fortaleció

y mantuvo la denuncia para evitar que el agresor volviera a acercarse. Trabajó duro para sacarlos adelante y recuperar la confianza de las y el hijo. Todos continuaron con su proceso de recuperar su vida y hacer que la violencia sexual vivida ahora les de fuerza para ser creativas y creativo en prevenir y erradicar todas las formas de abuso y violencia sexual y enfocarse en su bienestar para compartirlo.

Basadas en historias reales de sobrevivientes de violencia sexual.

actividades sugeridas para promover nuevos valores

Promoviendo nuevos valores que faciliten nuevos aprendizajes para la paz. Actividades sugeridas para la celebración de conmemoraciones y festividades durante el ciclo escolar.

Objetivo

Re significar fechas conmemorativas que contribuyan al impulso de nuevos valores como la justicia, libertad, igualdad, alegría que faciliten la creatividad personal y colectiva para el buen vivir mediante el uso de recursos lúdicos.

Actividades sugeridas

Estas actividades pueden hacerse coordinadamente con todo el instituto o por grados según las posibilidades. El propósito es motivar el impulso de cambios en las actitudes de las y los estudiantes, así como también de las y los profesores, por lo que se propone que todas y todos tengan alguna responsabilidad en su impulso.

Es imperativo motivar el arte, la creatividad y expresión libre y constructiva de valores que posibiliten armonía, equilibrio, belleza, igualdad, respeto a la diferencia, celebración de la vida, de la paz, recreación, diversión, todo basado en el respeto, la alegría de compartir sin violencias. Es necesario que las expresiones artísticas

no sigan promoviendo el sexismo, el racismo y el clasismo. Tomar la oportunidad de participar todas y todos no únicamente a quienes aparentemente tienen más posibilidad de hacerlo.

Es imperativo evitar que las niñas y adolescentes sean utilizadas como objeto sexual o decorativo en las actividades que se realicen. Promover el arte nacional y fomentar nuevas expresiones artísticas. Evitar el racismo en el teatro o en las actuaciones, igual que el machismo o la discriminación.

8 de marzo: Día Internacional de las mujeres

Que las alumnas y alumnos realicen un performance, una danza que rescate la historia del 8 de marzo y la lucha por los derechos de las mujeres, promoviendo la reflexión sobre la importancia de que las mujeres no somos objetos sino personas con todas las posibilidades de desarrollarnos como seres plenos, libres y emancipados.

Carnaval

Aprovechar esta fecha para realizar actividades que celebren la vida, el florecimiento de la igualdad entre mujeres y hombres como un aspecto central, el cuidado de la naturaleza y del planeta, la construcción de relaciones que promuevan la paz, la armonía, la solidaridad, la red de la vida, la celebración de la diversidad con actividades de fiesta pero también de reflexión, con actividades creativas.

25 de febrero

Un concurso de dibujos, cuentos, periódico mural, murales u otras expresiones creativas que se orienten a dignificar a las víctimas y sobrevivientes de la violencia sexual y de la guerra en general. Que contenga información relevante sobre la historia reciente de Guatemala y propuestas para vivir en paz.

10 de mayo

Hacer una reflexión sobre la maternidad, sobre la necesidad de re-significarla, reflexionando por grupos separados de hombres y mujeres, alrededor de lo que nuestra madre hace por nosotros y nosotras, elaborando un listado. En grupos de 5 o según el tamaño del grupo grande, se leen los aportes individuales, se comparan y luego se reflexiona sobre ¿Cómo llegamos a considerar que nuestra madre es la obligada a cuidarnos, a hacer todas las tareas de la casa por nosotros? Y sobre cómo podemos modificar esto hacia la cooperación.

17 de junio

Hacer una reflexión sobre la paternidad, sobre la necesidad de re-significarla hacia una paternidad responsable, activa y hacia una sexualidad igualmente responsable. En grupos separados de hombres y mujeres analizarán cuál es el rol de sus padres, haciendo un listado de lo que hacen por ellas y ellos, lo comparan en grupos pequeños reflexionando los hombres sobre el origen de esos comportamientos. Reflexionan sobre la responsabilidad sexual de los hombres, escribiendo lo que harán para ser responsables con su vida y con la vida de las otras y otros, colocando los cambios necesarios para lograrlo.

Las mujeres también reflexionan sobre el origen del comportamiento masculino y reflexionan sobre comportamientos personales que fortalezcan su capacidad para hacer cambios en sus relaciones con los hombres para una paternidad y sexualidad responsable, poniendo atención en sus propios cambios para tener pactos diferentes.

Pueden elaborar una tarjeta para sus padres expresándoles algo del ejercicio que quieren compartir con ellos.

15 de septiembre

Convocar a la realización de actividades que expongan el pensamiento de las y los jóvenes sobre los significados de la libertad y la independencia, para mujeres y para hombres, para luego pensar en la libertad e independencia de Guatemala. Concluyendo con lo que cada quien hará para lograrlas y/o cultivarlas.

12 de octubre

Se realiza una actividad que valore la cultura maya en nuestros cuerpos y vidas, en clase se deja un trabajo sobre qué es la cosmovisión maya para que busquen información en sus familias, comunidades. Qué investiguen qué es el mestizaje y las razones y creencias sobre la superioridad de unos grupos étnicos sobre otros.

En clase, se realizará un trabajo sobre las raíces del racismo en nuestro país y escribirán un cuento o elaborarán una canción o representación actuada exponiendo las ventajas que tendríamos si no fuéramos racistas, si no estuviéramos divididos en la creencia de que unos son superiores a otras y otros. Las ventajas de la igualdad, sin que la diferencia se convierta en discriminación.

descripción de las guías

- **Guías teóricas:**

Las dos guías teóricas están dirigidas especialmente a los y las profesoras como material de consulta para la preparación de sus clases, para la realización de las investigaciones que en las guías prácticas se proponen y como lecturas complementarias.

Una de las intencionalidades centrales de las guías teóricas es la reflexión, el diálogo abierto, el debate constructivo que permite la expresión libre, con argumentos, desarrollando el pensamiento propio, crítico, analítico, reflexivo que les facilite, además, procesar su propia historia, vivencia y experiencia personal y colectiva. Desde ningún punto de vista se busca la homogenización de pensamiento o la memorización de conceptos o definiciones.

- **Guías prácticas:**

Las guías prácticas son cuatro: una para el trabajo de memoria histórica y violencia sexual en la guerra y tres más para el abordaje de la violencia sexual. Para su aplicación se pide a las y los profesores que las integren en su programación para fortalecer contenidos y metodología y que consulten y se apoyen con las maestras que son partícipes de este proceso, especialmente para el abordaje de la violencia sexual.

Las intencionalidades de las guías prácticas son parte de este mismo sentido de construcción de pensamiento propio, crítico que les facilite a profesorado y alumnado transformar sus experiencias en oportunidades para la vida plena, sin violencias de ningún tipo.

- **Compendio de técnicas:**

El compendio de técnicas de sanación; –entendiendo esta como la posibilidad de autoconocimiento y de despertar de la conciencia para vivir en libertad, armonía y con equilibrio en el interior de cada persona y con todo lo que habita nuestro planeta–; respalda el trabajo del profesorado para lograr que las y los estudiantes abran todas sus capacidades y posibilidades para el aprendizaje y mejorar sus condiciones para afrontar la vida recuperando su bienestar personal, y siendo proactivos y responsables para contribuir al bienestar colectivo y social.

El compendio apoya el proceso metodológico de las guías prácticas poniendo al alcance de los y las maestras material para lograr los objetivos propuestos que incluyen el aprendizaje de relaciones no violentas, respetuosas, dignas y justas, y para la construcción de la vida con libertad.

- **Actividades sugeridas para la promoción de valores:**

El desarrollo de actividades sugeridas para celebraciones o conmemoraciones comprendidas dentro del ciclo escolar, son propuestas al claustro de profesorado que contribuyen al cambio en los modelos de vivir promoviendo valores como la libertad, el respeto a la diversidad y la diferencia; la promoción de relaciones interpersonales y grupales basadas en el respeto profundo, así como la promoción del arte, la creatividad sin esquemas que reproducen la violencia, el machismo, el racismo y el clasismo.

Para la Colectiva Actoras de Cambio, presentar las guías dirigidas a profesorado y alumnado de educación básica para el abordaje de la memoria histórica y la violencia sexual, representan una oportunidad para honrar la vida de miles de mujeres, especialmente mayas, víctimas y sobrevivientes de la violencia sexual y de todos los crímenes de la guerra que vivimos en Guatemala por más de 36 años.

Con estas guías también esperamos contribuir al sueño de las mujeres que con valentía rompieron el silencio y transformaron la culpa, la vergüenza y el estigma en dignidad para todas las sobrevivientes de violencia sexual, en la guerra y en tiempos de paz, y para todas las mujeres y la humanidad.

Esperamos contribuir a la recuperación de la memoria histórica y al abordaje de la violencia sexual como fuentes para construir la paz basada en la igualdad, el respeto profundo a lo diferente, la justicia, armonía, el equilibrio que promuevan el bienestar y la libertad de las mujeres y de toda la sociedad.

Estamos además, cumpliendo con una parte del sueño colectivo de las mujeres sobrevivientes de violencia sexual que acompañamos: “que la guerra y la violencia sexual NO SE REPITAN NUNCA MÁS en la vida de los pueblos, de las mujeres: niñas, jóvenes y adultas, ni en la vida de nadie más”. Invitación que hacemos extensiva a toda la sociedad para que en la cotidianidad de manera consciente nos encaminemos a vivir dignamente, como personas, colectivos, sociedad y planeta.

**COLECTIVA
ACTORAS DE CAMBIO**



FONDATION
PRO VICTIMIS
GENÈVE

OAK
FOUNDATION



Con el apoyo de:



suds
Internacionalisme
Solidaritat
Feminismes