



GUÍA INFORMATIVA PARA LA PREVENCIÓN DE MALTRATO INFANTIL Y VIOLENCIA SEXUAL

CONTENIDOS PARA MAESTRAS Y MAESTROS



GUIA INFORMATIVA PARA LA PREVENCIÓN DE MALTRATO INFANTIL Y VIOLENCIA SEXUAL

Contenidos para maestras y maestros

ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA

MINISTERIO DE EDUCACIÓN

www.minedu.gob.bo

Teléfono: (591-2) 2442144 – 2442074

Casilla de Correo: 3116

Colección:

PREVENCIÓN DE MALTRATO INFANTIL Y VIOLENCIA SEXUAL

Serie:

GUÍA INFORMATIVA PARA MAESTRAS Y MAESTROS

Coordinación:

Ministerio de Educación

Unidad de Políticas Intraculturales, Interculturales y Plurilingüismo

Equipo de Género, Generacional y Justicia Social

Esta publicación fue impresa con el apoyo de:

Fundación La Paz, Intervida-Educo y Kindernohtilfe

Diseño e ilustración:

Alejandra López

Primera Edición, 2016

La Paz - Bolivia



PRESENTACIÓN	5
INTRODUCCIÓN	7
PRIMERA PARTE: Apoyo conceptual para la articulación de la prevención del maltrato infantil y la violencia sexual contra niñas, niños y adolescentes en el desarrollo curricular	9
1. La identidad y la autoestima	10
2. Expresión de sentimientos	10
3. Buen trato	11
4. Valoración del cuerpo	12
5. Cuidado del cuerpo	13
6. Higiene integral	13
7. Maltrato infantil por negligencia	14
8. El juego	14
9. Relación con la madre tierra	15
10. Todos somos iguales y a la vez únicos. El desarrollo del auto concepto	15
11. Inteligencia emocional: Expresión y reconocimiento de sentimientos	16
12. Violencia sexual contra niñas y niños	17
13. Derechos	18
14. Adulto-centrismo	19
15. Las reglas de oro	19
16. Género	20
17. Lenguaje no sexista	23
18. Valores	24
19. Cambios en la adolescencia	26
20. Relaciones de pareja en la adolescencia	29
21. La comunicación	30
22. Expresión de sentimientos en la adolescencia	31
23. Violencia contra la niñez y la adolescencia	32
24. Violencia contra las mujeres o basada en género	33
25. Maltrato infantil	34
26. Violencia en el ámbito educativo	36
27. Recomendaciones para las y los estudiantes	37

SEGUNDA PARTE: Sugerencias para maestros y maestras	39
Sugerencias para maestras y maestros de niñas y niños de 4 a 5 años	40
Sugerencias para maestras y maestros de niñas y niños de 6 a 9 años	46
Sugerencias para maestras y maestros de niñas y niños de 10 a 13 años	63
Sugerencias para maestras y maestros de adolescentes de 14 a 18 años	68
ANEXOS	74
BIBLIOGRAFÍA	85



El Ministerio de Educación, en el marco de la Constitución Política del Estado, el Código Niña, Niño y Adolescente y la Ley de la Educación 070 “Avelino Siñani-Elizardo Pérez”, tiene el firme propósito de implementar acciones de prevención de la violencia desde el ámbito educativo, donde la educación: *“Es promotora de la convivencia pacífica, contribuye a erradicar toda forma de violencia en el ámbito educativo, para el desarrollo de una sociedad sustentada en la cultura de paz, el buen trato y el respeto a los derechos humanos individuales y colectivos de las personas y de los pueblos”* (Ley 070, Art. 3, inciso 12).

La Unidad de Políticas Intraculturales, Interculturales y Plurilingüismo a través del Equipo de Género, Generacional y Justicia Social, con el apoyo de Fundación La Paz, ponen a disposición un conjunto de **Guías Informativas y Textos de apoyo pedagógico para la prevención del maltrato infantil y violencia sexual** contra niñas, niños y adolescentes, diseñados para brindar orientaciones metodológicas y conceptuales que permitan el desarrollo integral saludable de las niñas, niños y adolescentes para “Una Educación sin violencia para vivir bien”.

La **Guía informativa para la prevención de maltrato infantil y violencia sexual** dirigido a **maestras y maestros**, en el marco del modelo educativo socio-comunitario productivo, tiene el objetivo de brindar a las maestras y maestros orientaciones para el desarrollo curricular, planificaciones de aula y/o proyectos socio productivos (PSP), cuya base constituyen los programas de estudio oficiales de los niveles de educación regular: inicial en familia comunitaria, primaria comunitaria vocacional y secundaria comunitaria productiva para el trabajo con las y los estudiantes.

La **Guía informativa para la prevención de maltrato infantil y violencia sexual** dirigido a madres y padres de familia, contiene información y orientaciones para que las y los cuidadores primarios fortalezcan los lazos de comunicación con las hijas e hijos para vivir bien, dialogando sobre temas de autocuidado y protección frente a la violencia.

Los **Textos de apoyo pedagógicos para la prevención de maltrato infantil y violencia sexual**, están dirigido a los siguientes grupos de estudiantes: niñas y niños de 4 y 5 años de edad (nivel inicial), niñas y niños de 6 a 8 años (de 1° a 3° de primaria), niñas y niños de 9 a 13 años (de 4° de primaria a 1° de secundaria) y adolescentes de 14 a 18 años (2° a 6° de secundaria). Estos textos contienen actividades que dinamizan el aprendizaje de habilidades de autoprotección e información adecuada para la prevención del maltrato y la violencia sexual.

Las guías informativas para maestras, maestros, madres, padres de familia y textos de apoyo pedagógico para estudiantes, están articulados para abordar el tema de prevención del maltrato infantil y la violencia sexual, respetando y velando las particularidades y necesidades expresadas y obtenidas en los procesos de validación de estos materiales, realizados a nivel nacional con la participación de las y los actores de la comunidad educativa. Asimismo, son materiales abiertos a la cualificación y adecuación constante partiendo de la experiencia y contextos de las comunidades.

Roberto Aguilar Gómez
MINISTRO DE EDUCACIÓN



El presente material para maestras y maestros es parte del paquete de materiales de apoyo para la prevención del maltrato infantil y violencia sexual contra niñas, niños y adolescentes en el marco de la implementación del modelo educativo socio-comunitario productivo.

La base de referencia del contenido de este material son los siguientes documentos: Programas de estudio de nivel inicial en familia comunitaria; Programas de estudio de nivel primario comunitario vocacional y Programas de estudio de nivel secundario comunitario productivo.

La base de referencia del sentido didáctico son los lineamientos de planificación curricular de la Unidad de Formación No 13 del PROFOCOM “Planificación curricular”, y la Unidad de Formación No.5 “Estrategias metodológicas para el desarrollo curricular”.

Sobre la base de los referentes antes mencionados, este material propone sugerencias de actividades para que las maestras y los maestros las consideren en sus planificaciones, o las adapten a sus propias actividades de acuerdo a su contexto y los elementos específicos que corresponden, como ser su proyecto socio-productivo. En ese sentido, no se espera que estas sugerencias sean implementadas en sí mismas y de manera aislada o independiente del conjunto de su trabajo en aula; más bien, el trabajo en aula podrá contener la prevención del maltrato infantil y de la violencia sexual contra niñas, niños y adolescentes gracias al desarrollo de estas u otras actividades; tal el sentido didáctico de este material.

La forma o estructura de este documento consiste en un apartado de explicaciones conceptuales de temas asociados a la prevención y otro apartado de sugerencias propiamente dichas.

Las explicaciones conceptuales abordan dimensiones como la identidad, la autoestima, la expresión, el cuidado y buen trato desde una visión integral del ser humano, del cuerpo y su integralidad. Este apartado ayuda a las y los maestros a situarse en contexto temático y contribuye a ampliar su acervo de conocimientos y complementar su formación, superando el sentido utilitario y trascendiendo a un sentido pedagógico. El enfoque rescata la pedagogía de la ternura y la pedagogía del ejemplo, en el entendido de ubicar el problema del maltrato infantil y la violencia sexual contra la niñez y adolescencia como un problema socio-estructural que requiere intervención multiactoral y multisectorial, escenario donde el sector educativo es fundamental.

Las sugerencias consisten en un contenido temático que está relacionado y emerge de los programas de estudio oficiales, seguidamente se explica la sugerencia cuya forma es diversa dependiendo del contenido; en algunos casos se trata de una sugerencia general y en otros sugiere actividades puntuales. Su desarrollo abarca todos o alguno de los momentos de práctica, teoría, valoración y producción. Finalmente, se encuentra sugerencias de indicadores de evaluación.

En el contexto del paquete de materiales del que éste forma parte, la maestra y maestro puede articular con el uso de los Textos de apoyo pedagógico para estudiantes y con la guía para madres y padres, pues dichos materiales abordan los mismos temas desde la visión y necesidades de dichos actores de la comunidad educativa.

El conjunto de materiales para estudiantes ha sido producido con criterio de rangos de edad cuya relación con el sistema educativo es la siguiente:

Rango de edad	Material	Sistema Educativo Plurinacional
4 y 5 años	Texto de apoyo pedagógico	Nivel inicial Primer y segundo año
6 a 9 años	Texto de apoyo pedagógico	Nivel primario I a 3er año
10 a 13 años	Texto de apoyo pedagógico	4to. de primaria a 1° de secundaria
14 años a 18 años	Texto de apoyo pedagógico	2do de secundaria a 6to de secundaria

Estas sugerencias están segmentadas para esos rangos de edad y niveles educativos.

Finalmente, es importante mencionar que este material ha sido sometido a validación en diferentes contextos socioculturales del país en talleres de trabajo donde han participado niñas, niños, adolescentes, maestras, maestros, y madres y padres.



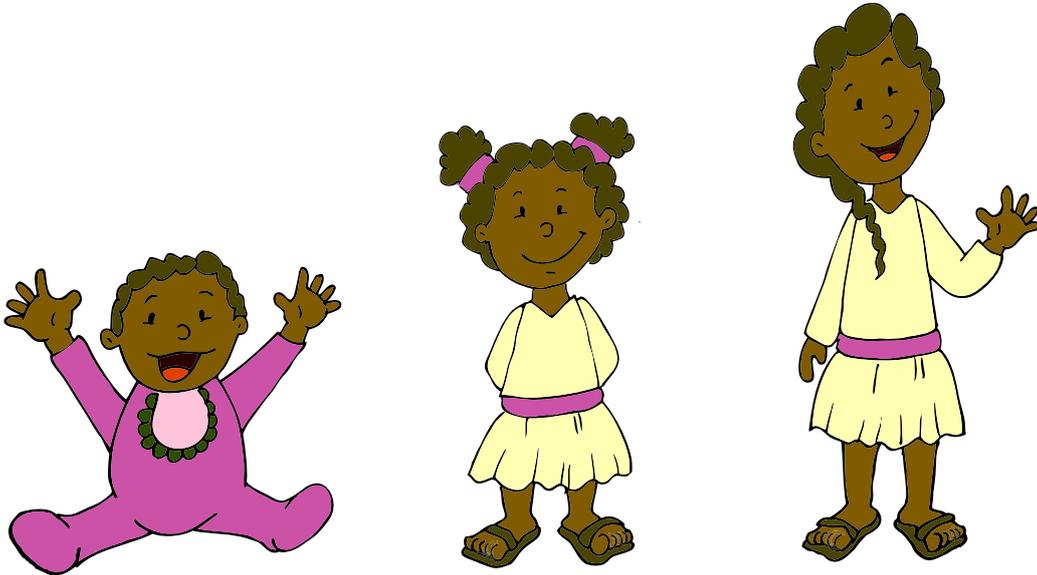
Primera Parte

**Apoyo conceptual para
la articulación de la prevención del
maltrato infantil y la violencia sexual
contra niñas, niños y adolescentes
en el desarrollo curricular**



1. La identidad y la autoestima

A la edad de 6 años cuando las niñas y los niños inician el nivel primario de escolaridad están entrando a una etapa tan importante como la de 0 a 5 años en la conformación de su personalidad. El ingreso a la escolaridad implica que las niñas y niños se enfrentan a situaciones más o menos nuevas donde se dinamiza su acervo de habilidades sociales, emocionales y cognitivas. El convivir con niñas y niños de su edad (pares) desafía las habilidades sociales que haya podido desarrollar hasta el momento en el seno de su familia y comunidad.



Entre los 6 y 9 años, según Erikson, la niña o el niño busca el dominio de tareas a las que se enfrenta bajo un criterio de competencia (entendido como capacidad de logro). Es fundamental que las niñas y niños tengan éxitos mediante los cuales desarrollan la confianza en uno mismo. En este proceso se apropian de los códigos culturales de su entorno y así consolidan su identidad y conciencia de sí. Entonces, identidad y auto-estima son hitos fundamentales de esta etapa.

La manera cómo maestras, maestros y la institución escolar apoyan adecuadamente en esta etapa es posibilitando que las niñas y los niños tengan logros sistemáticos. Para esto es importante plantear desafíos a cada niña y niño de acuerdo con su ritmo individual, pues los logros se consiguen si se superan a sí mismos.

En esta línea, las maestras y maestros transforman las prácticas disminuyendo, por ejemplo, el hábito de realizar lecturas en coro, respuestas en coro y, en general, acciones comunes; procuramos combinar esta práctica con el desarrollo de acciones individuales que destacan el logro individual, pero, se recalca, es logro en función a sí mismo.

Si las prácticas escolares y familiares respetan o consideran la individualidad, las niñas y los niños desarrollan la capacidad de reflexionar sobre sus propios actos. Se trata de una integración de su autoestima con la conciencia de sí mismo, la responsabilidad y el desarrollo de la identidad.

2. Expresión de sentimientos

Un componente de la vida del ser humano es la vida afectiva y emocional, la dimensión del Ser. En el caso de la vida escolar es un aspecto que debe ser Integrado a los procesos de aprendizaje. Por experiencia directa, maestras y maestros saben que la estabilidad y salud emocional y afectiva de las y los estudiantes tiene directa influencia en el aprendizaje y también en la capacidad de establecer relaciones sanas en el aula. Si bien este aspecto es producto del ambiente de la familia y por tanto no es controlable por la maestra o el maestro en el aula, es directamente controlable el ambiente afectivo y emocional que se genere en el aula.

El ambiente emocionalmente sano que se viva en el aula es una responsabilidad de maestras y maestros, que es controlable y construido por ellos. Esto significa que no se trata solamente de los sentimientos de las niñas y de los niños, sino también de los sentimientos de la maestra o maestro. A pesar de que no sea la intención de expresarlos, en los hechos, las maestras o maestros expresan sus sentimientos y éstos pueden ser la base sobre la que se constituyen los estados de ánimo de las y los estudiantes, a tal punto que pueden afectar positiva o negativamente en la disposición al aprendizaje.

En rigor, el estado emocional del aula (clima emocional y ambiente comunitario) es dinámico en función de las emociones que entran en circulación de todas y todos los presentes (maestra, maestro, estudiantes). Esto pone en evidencia que la vida en el aula es ante todo un encuentro entre personas y reconocerlo y actuar en consecuencia acercará a una humanización más plena que ayude a superar los estereotipos de autoritarismo, control, miedo a nombre de disciplina, que nos ha legado el modelo escolar tradicional y, de esa manera, avanzar en la educación descolonizadora en el sentido más profundo, más allá del simple y vacío discurso formal.

3. Buen trato

Asociado al clima emocional positivo o ambiente comunitario del aula como condición favorable para el aprendizaje, se debe ahondar en el concepto de “buen trato”. El buen trato en las relaciones interpersonales en general debiera ser una situación común; sin embargo, estudios realizados en el país indican que en diversos escenarios se vive situaciones de maltrato, especialmente hacia las niñas y los niños, hacia adultas y adultos mayores y hacia las mujeres, lo cual repercute de manera dramática en la vida individual y comunitaria; a tal punto de constituirse en un problema social y de salud pública.

El mal trato es definido como una actitud que conlleva hostilidad, agresión y violencia con el fin de hacer daño o perjudicar (UDAPE, 2008). Los altos índices de maltrato en nuestra sociedad llevan a la necesidad de formarnos en el buen trato y es la escuela un escenario importante para este cometido.

El buen trato promueve relaciones constructivas entre las personas y tiene cinco principios: reconocimiento, empatía, interacción, comunicación (afectiva y afectiva) y negociación.

- El reconocimiento es la aceptación y respeto a la individualidad como seres con derechos. Este reconocimiento es la base para evitar el marginamiento y exclusión.

- La empatía es la capacidad de entender los sentimientos de la otra persona imaginando estar en su lugar. Esto requiere poner en acción la capacidad de reconocer y expresar los propios sentimientos. Por falta de empatía se puede llegar al maltrato y la violencia.

- La interacción es decir que se viva en colaboración y participación como situaciones de doble vía. En la relación maestra/o – estudiante es importante reconocer esa interacción horizontal en el sentido humano. Esto supone cuestionar el poder del adulto sobre la niñez y de la maestra o maestro sobre los estudiantes. Pues al ser el aula un escenario de encuentro entre personas que interactúan, todas (maestra/o y estudiantes) aprenden y realizan plenamente su condición humana de la misma manera.

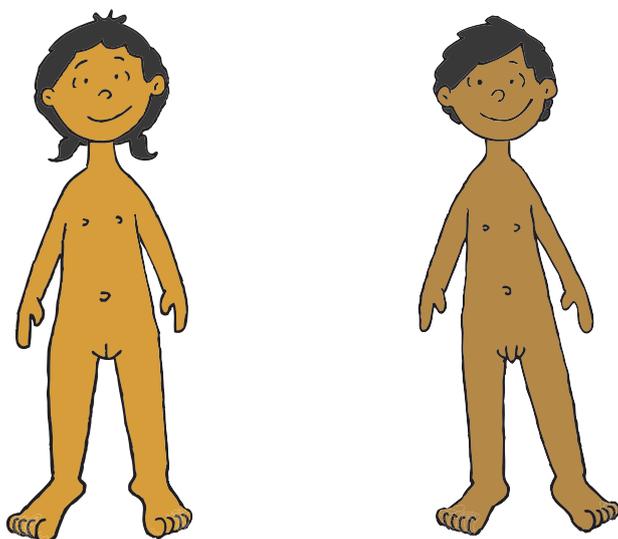


- La comunicación implica libertad de expresión e interés y respeto por lo que dice la otra persona. En este caso, los adultos (maestras y maestros) tienen la responsabilidad de demostrar con el ejemplo y en la práctica cotidiana la capacidad de escucha. Tiene también relación con el proceso de cuestionar el poder en el aula para reconocerse como una persona más que interactúa y se comunica.
- La negociación y mediación es la capacidad para llegar a acuerdos.

Desarrollar el buen trato en nuestras aulas y la comunidad educativa es una misión del sistema educativo plurinacional tan o más importante que el desarrollo de conocimientos de otro tipo.

4. Valoración del cuerpo

Entre los 6 a 9 años las niñas y los niños empiezan a tomar conciencia de su esquema corporal, mostrando gran interés y curiosidad tanto por su cuerpo como del otro sexo. Es importante dar respuesta a estos intereses y curiosidades de forma natural, cuidando que esta información no se adquiera aisladamente sino dentro de una visión integral y positiva del propio cuerpo y de sus funciones; todo ello a través de un proceso vivencial (Ajuariguerra, 1975).



Tomar conciencia de su esquema corporal implica para las niñas y niños el conocimiento de sí mismos como un cuerpo con sensaciones diversas; y este proceso de conocimiento y reconocimiento es la base de su personalidad; por tanto, si ese conocimiento y conciencia de su cuerpo es vetado o censurado, es una interferencia y hasta una negación a la persona. Entonces, maestras y maestros saquemos las conclusiones de qué pasa con esa personalidad si el cuerpo, la base de esa personalidad, es censurado. Efectivamente, si el reconocimiento del propio cuerpo no sigue un proceso natural durante la infancia, e inclusive es censurado, negado, criticado, mitificado, la conformación de toda la personalidad se ve afectada.

Es importante reflexionar que algunas tendencias religiosas, por ejemplo, contienen una censura al cuerpo, y los dogmas hacen creer que el cuerpo es la parte mundana del ser humano debe ser “superado” porque lo consideran el lado oscuro de la humanidad. Sin embargo, los conocimientos científicos desde la biología, la psicología y las neurociencias explican la integralidad de lo natural con lo social y psicológico. Esto significa que la vida espiritual, por ejemplo, es producto de conexiones neuronales y, por consiguiente, no podría haber vida espiritual si no se asienta en la existencia previa de un cerebro.

En ese sentido, el cuerpo es la base y condición necesaria para la vida en todas sus dimensiones (biológica y psicológica (espiritual)).

En esto mismo se basa la idea de que la educación debe abordar no sólo la información (dimensión del saber) sino también la formación de las dimensiones del Ser y del Decidir.

En general, y como se verá más adelante, en las siguientes sugerencias, las actividades referidas a los cuidados del cuerpo no se deben desligar de los cuidados en el afecto, alimentación y descanso porque a la edad de 6 a 9 años ambos condicionan la sensación de bienestar corporal.

5. Cuidado del cuerpo

La radiación solar tiene diferentes tipos de rayos, entre ellos los ultravioleta A (UVA) y los ultravioleta B (UVB). Los rayos UVA son los más intensos y causantes de quemaduras de la piel. La mejor manera de proteger es evitando la exposición especialmente en horas de mediodía (11 de la mañana a 3 de la tarde). La zona altiplánica del país es la más peligrosa de recibir radiación solar. Las nubes no evitan el paso de los rayos ultravioleta. El piso de arena, tierra arenosa (con cristales), concreto, nieve y áreas pintadas de blanco tienen efecto de reflejo de los rayos que causan daño a la piel.

En caso de que la exposición al sol sea inevitable, los expertos recomiendan la utilización de ropa que cubra toda el área del cuerpo y sombrero de ala ancha.

Dado que en el desarrollo curricular son importantes las actividades fuera de aula, es necesario tomar otras precauciones adicionales con el uso de bloqueadores y filtros solares. Para la piel joven de las niñas y niños son recomendables los bloqueadores que contienen zinc y titanio, porque tienen menos productos químicos. Por precaución, antes de la aplicación del bloqueador se debe probar si la niña o niño tiene alergia colocando una pequeña cantidad en la muñeca y esperar si existe una reacción.



6. Higiene integral

La higiene se refiere a las condiciones que influyen en la salud integral y los cuidados de la persona y su entorno. Se trata de que en la escuela se contribuya a desarrollar actitudes positivas y hábitos frente a estas necesidades primarias de niñas, niños, maestras y maestros. La Organización Mundial de la Salud definió la salud como un estado de bienestar físico, mental y social donde la higiene ocupa un lugar importante (OMS, 1946).

De manera integral, la higiene abarca las condiciones físicas, psicológicas y sociales del entorno: limpieza del aire, del agua, del suelo, del ruido; condiciones sociales y psicológicas y la higiene individual de la piel, boca, cabello, manos, nariz, oídos, vestidos y calzados. Inclusive se debe pensar en la manipulación y conservación de la alimentación escolar y sus implementos hasta la higiene mental de condiciones de adaptación y socialización de las niñas y los niños en la escuela.

Esto indica que se debe cuidar las condiciones de la unidad educativa y contar con políticas específicas al respecto. La organización de las comisiones de la comunidad educativa considerará la higiene integral en las actividades curriculares y garantizará los recursos necesarios. Estas políticas de higiene integral están orientadas a prevenir enfermedades, accidentes, defectos sensoriales, anomalías psicomotoras, exceso de peso y desnutrición.

7. Maltrato infantil por negligencia

Según el libro de la UDAPE, en Bolivia, hay determinantes de la violencia contra la niñez y adolescencia, como el no prestar atención a la niña y al niño es una forma de violencia y se tipifica como una “agresión por omisión”. Se trata de un comportamiento negligente que se caracteriza por no satisfacer las necesidades elementales de la niña o niño, como ser la alimentación, el afecto y el cuidado, entre otros. Esta forma de maltrato puede darse en un contexto familiar donde se dan o no otras formas de violencia.

Para caracterizar de manera más precisa, se define a la violencia intrafamiliar o violencia doméstica como un comportamiento deliberado, donde uno o más miembros de la familia con más poder abusa de otros miembros de la familia con menos poder. Las agresiones psicológicas o físicas pueden ser cometidas por el cónyuge o conviviente, los ascendientes, descendientes, hermanos, parientes, tutores, cuidadores o encargados de la custodia de niñas o niños.

Para que las maestras y maestros puedan caracterizar una situación como maltrato infantil por omisión es importante que observen la situación de la niña o niño, que presten atención a las heridas de su cuerpo o si el estado de descuido de su apariencia es ocasional o permanente. Puede ser que por situación coyuntural alguna familia no haya podido atender a la niña o niño alguna vez, pero que habitualmente sí lo hace. En caso de que la situación de violencia por negligencia u omisión sea crónica, permanente y/o periódica puede ser considerado violencia, aunque también se debe advertir que la situación de maltrato o negligencia ocasional puede revertirse; es decir, que la familia mejore o supere una situación momentánea que ocasionó un maltrato por negligencia; por tanto, es necesario tener cuidado al juzgar una situación.

8. El juego

La vida de las niñas y niños en todo contexto cultural se despliega sobre la base de una motivación intrínseca a la actividad motriz y al juego. El juego es una necesidad, un derecho y una forma de expresión natural de la niñez y de la percepción global propia; por ello, es el principal vehículo del desarrollo cognitivo, porque en los primeros años de vida permite consolidar la integración sensorial.

Todo ser humano tiende a jugar desde que nace y de manera especial en la primera infancia. A partir de los 6 años más o menos, el juego tiene por un papel importante en los procesos de socialización, cuando la integración con otras personas es vital para la vida del ser humano. En este sentido se empieza a constituir los colectivos de juego donde los jugadores cumplen ciertos planes de organización (Piaget, 1973) sin los cuales no sería posible la socialización.

En la edad escolar se desarrollan los juegos de reglas y allí los símbolos (“jugar como sí”) son reemplazados por las reglas. Sin embargo, este proceso es todavía largo (hasta los 10 años) hasta que logran integrarse en grupos organizados donde cada quien cumple una función. Los juegos de reglas integran las destrezas que hasta el momento adquirieron las niñas y los niños, por ejemplo, los movimientos e integraciones sensorio-motoras (carreras, lanzamientos, saltos con soga, cachinas, carreras, etc.) con destrezas intelectuales como en el juego de adivinanzas, damas o ajedrez. Un elemento que se añade al juego en esta etapa es la competitividad con la que se asocia las reglas del mismo, o se da bajo la regularización de códigos de normas



convencionales de cada juego. Estas normas también pueden ser improvisadas como pactos para cada juego o situación de juego.

El juego es parte de la maduración psico-fisiológica y, por consiguiente, del desarrollo del pensamiento y de la capacidad de actividad del ser humano frente al mundo social y natural.

El juego como parte de la rutina curricular y como estrategia pedagógica vivencial contribuye a que las niñas y los niños consoliden su integración con el mundo; así el juego es un contexto ideal para la mayoría de los aprendizajes y debe ser desarrollado como contenido en sí y como estrategia para el desarrollo de otros contenidos.

9. Relación con la madre tierra

El ser humano es un elemento más de la naturaleza; por tanto, la vida plena y equilibrada se logra no solamente atendiendo los aspectos de la salud integral individual, sino también cultivando el aprecio y respeto por la naturaleza.

Las niñas y los niños desde que nacen, de manera natural buscan integrarse a la naturaleza; sin embargo, la crianza y la cultura proporciona pautas de comportamiento que en algunos casos lo distancia de ella. Es importante establecer un equilibrio especialmente sobre la base del respeto y la integración con la flora y la fauna y los otros elementos como el agua y el aire. La manera cómo las niñas y los niños pueden integrarse a la naturaleza son los juegos, especialmente al aire libre y la manipulación de objetos del ambiente.



10. Todos somos iguales y a la vez únicos. El desarrollo del auto concepto.



Cuando las niñas y los niños son capaces de decir de qué son capaces y qué no saben hacer es que están en un proceso saludable de formación de su autoconcepto, entendido como la autocomprensión o el sentido que cada quien tiene de sí mismo; de forma que incluye también el autocontrol. El autoconcepto que se construye en la infancia es fuerte y duradero. Un buen auto concepto (“soy buen artista”, “soy buen corredor”, etc.) puede dar lugar a personas que a lo largo de la vida tiene habilidades físicas, sociales o intelectuales importantes. Del mismo modo, en la infancia, también puede generarse un autoconcepto pobre que puede permanecer durante mucho tiempo. A partir de los 6 años más o menos las niñas y los niños desarrollan lo que en psicología se llama el “yo real” y el “yo ideal” (Papalia, 1997) y su conciencia de sí y su comportamiento dependen menos de lo que le dicen y más de ellas y ellos mismos. Este proceso debe ser apoyado

por el entorno, especialmente padres, madres y maestras y maestros con respeto a la individualidad y el fomento a las expresiones propias para que logren una autorregulación entre la expectativa social y el desarrollo personal individual. Parte de este proceso es el desarrollo de la autoestima, que se desarrolla a partir del momento cuando la niña o niño

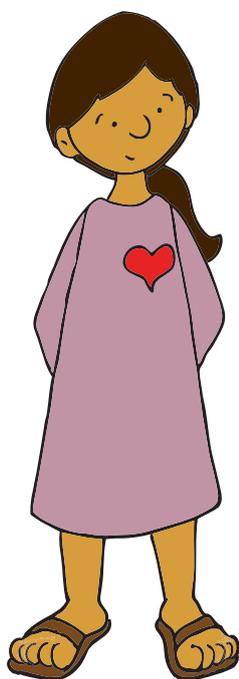


compara lo que piensa su “yo real” con su “yo ideal” y se juzga a sí misma/o valorando si está o no cumpliendo con los patrones que le exige su entorno.

Cuando las maestras o maestros están ante niñas y niños exploradores, expresivos, independientes, emprendedores es que son niñas y niños que tiene una autoestima buena y saludable y deben fomentar esa actitud, sin que eso lleve a desvalorar a otras niñas o niños que no tiene dicha actitud.

11. Inteligencia emocional: Expresión y reconocimiento de sentimientos

Los sentimientos son una dimensión del ser humano; son indicadores de que algo importante pasa con la persona y son mecanismos de relación con el entorno y consigo mismo. La expresión de los sentimientos se refiere a la capacidad de expresar y reconocer distintas emociones en sí mismo y en los otros. Las niñas y los niños aprenden y desarrollan esta capacidad desde la primera infancia, adquiriendo gradualmente empatía con sus pares y se van autorregulando en contextos y situaciones a partir de las oportunidades que la vida familiar les ofrece.



En la etapa escolar es importante contribuir a esta formación de la persona desarrollando las siguientes competencias:

- Reconocer y comprender las emociones propias y ajenas
- Expresar la emociones de manera productiva
- Escuchar a los demás y sentir empatía respecto a sus emociones.

Las emociones básicas son: cólera, alegría, miedo, tristeza, aversión, sorpresa. Existen otras que son complejas, por las implicaciones que tiene para la convivencia de las personas y la vida de cada una; estas son: culpa, vergüenza, orgullo, envidia, celos.

En nuestra sociedad, que se constituye con el patriarcado como modelo social, la idea que se tiene de las emociones es particular. El patriarcado consiste en un sistema de organización política y social basado en la autoridad y poder del hombre. Establece el sexo como marca para asignar roles, actividades, relaciones y poderes. A partir de esto hay ciertos imperativos como: la mujer es inferior, sensible, débil y vulnerable. El hombre es racional, autosuficiente, controlador y proveedor.

Estos modelos hacen que la educación en la familia y en la escuela esté marcada inconscientemente por estos patrones de conducta y que se reproduzca culturalmente, pero tiene consecuencias negativas tanto para hombres como para mujeres.

Lo que se busca lograr con el apoyo en la escuela es que las niñas y los niños expresen sus emociones y sentimientos de manera regulada, de acuerdo al contexto y situación, empleando recursos de tipo personal para provocar emociones positivas en los otros. Una señal muy importante es que acepten postergar alguna actividad cuando se les explica las razones para ello. Otra señal es que puedan enfrentar dificultades y superarlas.

Las niñas y niños que logran una situación emocional favorable muestran las siguientes conductas:

- Cuando modifican su comportamiento en juegos grupales cuando es necesario. Por ejemplo: acepta representar otro personaje en una obra, distinto al que deseaba.
- Si se acercan o se sientan al lado de un compañero o compañera que está viviendo una situación difícil para intentar consolarlo, utilizando palabras y/o gestos de cariño.
- Cuando acceden a cambiar de una actividad a otra, respetando acuerdos previos.

La expresión de los sentimientos y las emociones es importante para todas las personas, de hecho, se ha visto que guardarse la expresión de las emociones y sentimientos puede terminar en trastornos de la salud, y son los hombres quienes más padecen de enfermedades “psicosomáticas”. Psicosomático quiere decir que algo de naturaleza psíquica o mental se manifiesta en el “soma”; es decir, el cuerpo. Es habitual encontrar personas que se enferman del estómago cuando tienen ciertos conflictos, o que les salen ampollas en las manos cuando están muy estresados. Pareciera que expresar con gestos o palabras lo que pasa es una necesidad para mantener sano el organismo, evitando así el peligro de que el cuerpo se lleve la peor parte. Colon irritable, infartos y diversas enfermedades tienen como uno de sus posibles orígenes la incapacidad de expresar sentimientos.

En la sociedad patriarcal donde vivimos, hay emociones y sentimientos prohibidos para hombres y para mujeres, de acuerdo con los roles masculino o femenino y los estereotipos que se han creado de las supuestas maneras de ser hombre o ser mujer.

La maestra o maestro en la escuela debe:

- Mostrar interés por las emociones de las niñas y niños.
- Atender los conflictos emocionales de las niñas y niños de manera explícita; es decir, sin disfrazar o disimular.
- Estudiar y aprender a aplicar estrategias de control emocional.
- Reflexionar acerca de la cultura patriarcal para tratar de superarla en cada acto.
- Reconocer y expresar sus propios sentimientos.

12. Violencia sexual contra niñas y niños

La sexualidad es una parte de la vida humana y las niñas y niños deben aprenderla con naturalidad. Sin embargo, es difícil en nuestra sociedad el abordaje de este tema; tanto en las familias, para las mamás y los papás como en la escuela para las maestras y los maestros, debido a la mitificación que se tiene al respecto. Las visiones culturales y religiosas que contienen y difunden ideas erróneas al respecto hacen que este tema sea un tabú con consecuencias negativas en la educación y en ciertos comportamientos de niñas, niños, adolescentes y adultos.

La violencia sexual está referida a toda forma de coerción sexual con o sin violencia física, psicológica y económica. Son actos que mediante la intimidación o la fuerza se obliga a una persona (adulta, adolescente/ joven, niñas y niños) a tener relaciones sexuales y actos no deseados en contra de su voluntad.

- La violencia sexual en la niñez y adolescencia puede incluir contacto físico, masturbación, penetraciones vaginales, anales u orales, como también el exhibicionismo, voyerismo, la pornografía. Puede manifestarse en forma abierta o encubierta mediante amenazas, chantajes, engaños, gestos, palabras, insinuaciones, caricias, etc. Se da con más frecuencia contra las niñas y adolescentes.

- Según la UDAPE (Unidad de Análisis de Políticas Sociales y Económicas, 2008) la violencia sexual comercial es un tipo de violencia por acción; es decir, que las niñas, niños y adolescente se ven obligados por un adulto a tener relaciones sexuales con diferentes personas por un determinado monto económico y



convierte a niñas/os y adolescentes en objetos comerciales. Este tipo de violencia abarca un conjunto de actividades sexuales con o sin contacto físico (pornografía, violencia sexual comercial, trata y tráfico de personas) que dañan, degradan y ponen en riesgo la vida de la niña o niño.

Las características más comunes de las condiciones para la violencia sexual contra niñas, niños y adolescentes es que son de mayor incidencia en las niñas; en el domicilio o lugar de permanencia más frecuente de la víctima; los agresores son parientes, personas cercanas o encargados; en circunstancias en que la víctima está sola e indefensa.

13. Derechos

La Constitución Política del Estado Plurinacional garantiza los derechos de todas las personas en todos los ámbitos de la vida. Por otro lado, debido a las condiciones de inequidad se cuenta con la Ley No 348: Ley Integral para Garantizar a las Mujeres una Vida Libre de Violencia.

Esta Ley precautela el cumplimiento de los derechos de las mujeres de manera específica porque la experiencia demuestra que las mujeres sufren de mayor violencia, aunque también esta Ley protege a toda persona que sufre las formas de violencia y sanciona independientemente del género.



La violencia contra la mujer se refiere a cualquier conducta basada en el género que cause daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico a la mujer, ya sea en ámbitos públicos o privados como en la familia. Los tipos de violencia que se reconocen son: Violencia física; violencia psicológica; violencia sexual; violencia patrimonial y económica; violencia feminicida; violencia contra los derechos reproductivos; violencia contra la dignidad, la honra y el nombre; violencia en servicios de salud; violencia laboral; violencia en el Sistema Educativo Plurinacional; violencia en el ejercicio político y en el liderazgo de la mujer; violencia institucional.

La Ley prevé mecanismos, medidas y políticas integrales que deben ser implementadas en los diferentes niveles autonómicos (gobiernos, municipios, autonomías indígenas). En las escuelas corresponde la prevención mediante procesos informativos y todo el proceso de formación de las niñas, niños y adolescentes y de toda la comunidad educativa.

14. Adulto-centrismo

Una persona que ejerce el poder y la violencia sexual contra niñas y niños lo hace recurriendo a estrategias como el chantaje emocional, los regalos y la exigencia a las víctimas de guardar el “secreto”. Ya que en general se ha identificado que la persona que violenta sexualmente a la niña o niño es una persona del entorno, por la supuesta confianza que tiene con la niña o niño para ejercer presión. La niña o niño se siente obligada u obligado a atender, escuchar y especialmente obedecer al adulto/a abusador/a, debido también a la cultura de respeto y obediencia. En este sentido se habla de adulto-centrismo para referirse a la forma de gestionar la vida familiar, social y comunitaria, según la cual todo está organizado y desarrollado en función de los intereses y visiones de las y los adultos; y donde las niñas y niños son considerados y tratados solamente como accesorio, porque se piensa que la niñez es sólo una etapa en el camino a la adultez, que es el momento de realización de la vida plena.



Esta forma de ver ha sido asumida todas y todos de manera inconsciente por la cultura patriarcal y adulto-céntrica que impera. El efecto que tiene esta visión es en general la falta de respeto a los derechos de la niñez y adolescencia y se expresa en todos los escenarios de la vida social y comunitaria. Por ejemplo en la familia tradicionalmente los adultos tienen preferencia en la alimentación; y entre los adultos, los hombres son los más atendidos y mejor servidos. Lo mismo ocurre en los diferentes ámbitos de la vida familiar.

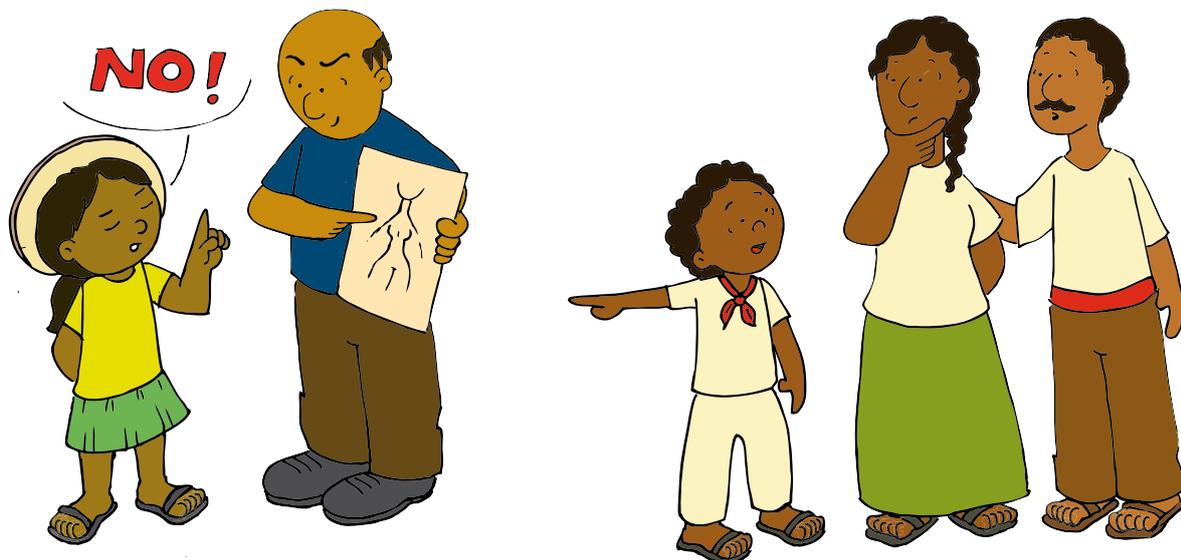
En la escuela las niñas y niños son tratados como seres en proceso y receptores de “la educación”, mediante actos de obediencia y disciplina acordes a la visión y comodidad de las y los adultos. En la comunidad, los espacios públicos y los servicios están dispuestos

para el uso de adultos y no al alcance y necesidades de las niñas y niños. Esta cultura adulto-céntrica es la realidad sobre la cual se trabaja en términos de formación integral y cultivo de los derechos en contra del maltrato infantil y la prevención de la violencia sexual.

La relación que existe entre la cultura adulto-céntrica con la vulnerabilidad a la violencia sexual es que las niñas y niños son presionados a ser obedientes y sumisos frente al adulto; y la presión que ejerce un/a adulto/a abusador/a tiene efecto inmediato en la niña o niño, que se siente indefenso e inclusive culpable, ya que por la cultura desarrollada se le enseña a pensar que sólo las y los adultos tienen razón y se les debe obediencia en cualquier circunstancia.

15. Las reglas de oro

Para hacer frente a las situaciones de violencia, en primer lugar, las niñas y los niños necesitan contar con un empoderamiento frente a la supuesta autoridad que representa el adulto; así podrá reaccionar en función de su propio interés y no a la obediencia que debe al adulto (superar el adulto-centrismo en la vida social). Si la niña o niño es capaz de relativizar la validez de la acción del adulto, podrá ser capaz de darse cuenta que ella o él no es culpable de lo que pasa, sino que la culpa recae en el adulto. Mientras se refuerce el adulto-centrismo, la niña o niño víctima de violencia no puede reaccionar, ya que piensa que el adulto tiene la razón. Generalmente las niñas y niños víctimas se sienten culpables y callan, tienen temor a denunciar y, en el mejor de los casos, sienten confusión.



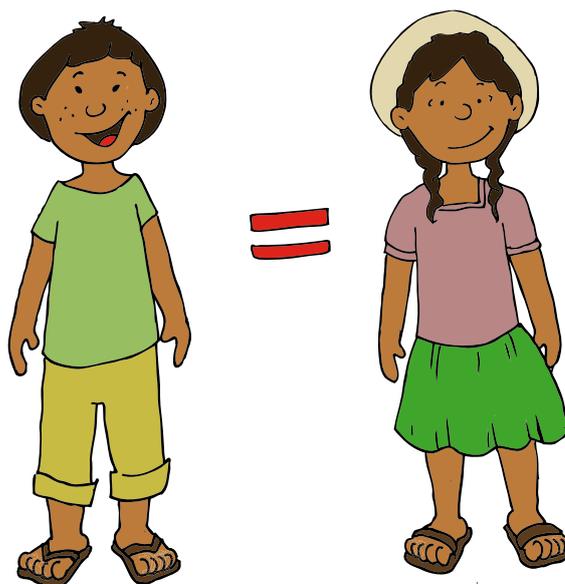
Bajo una condición de sensación de poder que tenga la niña o niño podrá cumplir ciertas reglas importantes para defenderse: Decir NO; salir corriendo; gritar y pedir ayuda; buscar a alguien de confianza y contar lo sucedido.

Estas reglas debe cumplir las niñas y niños cuando una persona:

- Toca o acaricia su cuerpo de modo que le hace sentir incómoda/o, avergonzada/o o culpable.
- Le muestra su cuerpo desnudo o sus genitales.
- Lo mira a escondidas cuando se está bañando, vistiendo o divirtiéndose.
- Le muestra revistas donde aparecen personas desnudas.
- Le toma fotos o filma estando desnudo o desnuda.
- Le obliga a acariciar o tocar el cuerpo del adulto.

16. Género

El género es el concepto que indica las diferencias socialmente construidas entre mujeres y hombres, basadas en sus diferencias biológicas. Sin embargo, estas diferencias han establecido un conjunto de desventajas que limitan a mujeres y hombres para que tengan las mismas oportunidades sociales, económicas y políticas, creando brechas que impiden su igual desarrollo.



En primera instancia debe estar clara la diferencia en sexo y género:

Sexo

Es todo aquello asociado a lo estrictamente físico o biológico de la apariencia y función de los órganos genitales de mujeres y hombres.

Género

Es la construcción social de las diferencias físicas o biológicas entre mujeres y hombres, y que se denomina socialmente como femenino y masculino.

Construcción social del género

Está referida a la determinación de roles que asigna a mujeres y hombres comportamientos, actividades y atributos que una sociedad considera como “apropiados para mujeres y hombres”. Esto ha llevado por décadas a que a las mujeres se les atribuya todas las actividades del hogar (ámbito privado) y a los hombres las actividades fuera del hogar (ámbito público), lo que se convierte en diferencias a partir de la construcción y reproducciones sociales sobre hombres y mujeres.

Estereotipos de género

Están referidos a la asignación de roles que se supone corresponde por ser hombre o mujer. Por ejemplo, cuando las personas dicen “esto es propio de mujeres”, al referirse a tareas que tiene que ver con el cuidado o el servicio.



Asignación de Roles

Rol reproductivo NO remunerado: Ámbito privado

Trabajo doméstico: Es un conjunto de actividades realizadas casi exclusivamente por mujeres. Es una actividad rutinaria y monótona. Es gratis, sin días libres, sin seguro médico, sin jubilación y sin vacaciones.

El tiempo de dedicación al trabajo doméstico es diferente si lo asume una mujer o un hombre. Igualmente ocurre con tareas que limitan las oportunidades de las mujeres para estudiar o mejorar profesionalmente, dedicarse a temas de interés (política, asociaciones, ocio, deportes y otros).



Rol productivo SI remunerado: Ámbito público

Trabajo remunerado: Genera independencia económica y mayor poder de decisión y autonomía.

Los hombres tienen resistencia a perder ciertos “privilegios” debido al cambio del papel tradicional de las mujeres. La división sexual del trabajo es uno de los pilares básicos del sistema patriarcal para subordinar a las mujeres.

En la actualidad las mujeres han aumentado su participación política y económica y su protagonismo en cargos importantes ha contribuido a abrir caminos para otras mujeres que acceden a las mismas oportunidades que los hombres.

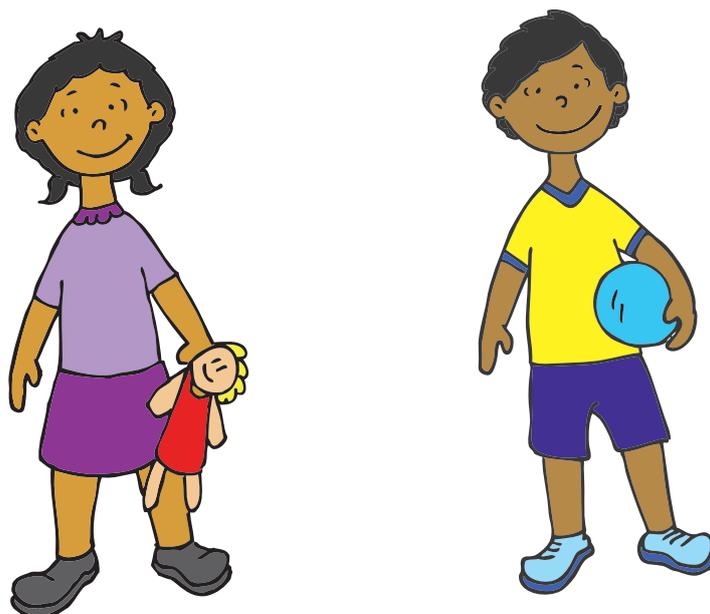
Sin embargo, esta situación ha provocado que las mujeres sobrecarguen sus horas de trabajo cumpliendo doble jornada laboral, porque al incorporarse al trabajo remunerado no han dejado de realizar las tareas domésticas, lo que afecta a su salud y reduce el tiempo disponible para el descanso y la recreación.

División Sexual del Trabajo

Durante mucho tiempo las mujeres no han accedido a oportunidades en condiciones iguales; en materia laboral han sufrido discriminación por no ser reconocidas de la misma manera que los hombres. A pesar de que muchas mujeres han tenido cargos importantes en instituciones y empresas y han desempeñado su trabajo con la misma capacidad que los hombres en similares puestos, sus salarios eran más bajos que el de los hombres. Este es un ejemplo de discriminación que crea sociedades desiguales e injustas.

Despatriarcalizar el Estado

Significa que tanto mujeres como hombres tengan los mismos derechos y la misma participación en todos los sectores de la sociedad: político, económico, social y con la misma capacidad de toma de decisiones.



Si se reconoce las vocaciones y potencialidades productivas, territoriales y socioculturales se brinda mayores oportunidades para explotar las capacidades de todas y todos quienes conforman la comunidad; además permite que mujeres y hombres contribuyan en igualdad de condiciones al desarrollo del país.

Igualdad de condiciones

Todas las personas tienen las mismas oportunidades y posibilidades de acceder al bienestar social y poseen los mismos derechos.

17. Lenguaje no sexista

El sexismo es la creencia de que el sexo masculino es superior al femenino. Muchas personas e instituciones tienen esta creencia y obran sobre esa base, así que es importante reflexionar al respecto. Una expresión del sexismo es el lenguaje.

Dentro del lenguaje y las reglas gramaticales está el uso del género para determinar la forma correcta para referirnos a personas, objetos, animales, etc.



Sexismo lingüístico

Es la forma en que se desarrollan los mensajes, ocultando y/o subordinando a un género, con frecuencia al femenino; es decir, el modo de elegir las palabras y oraciones.

Por ejemplo:

Sr. Juan Pérez y Sra.

El sexismo lingüístico se manifiesta no por el contenido sino por la redacción, que se subordina a la esposa.



Quizá las personas piensen que se “sobreentiende”, y que sería redundante aclarar la identidad de la otra persona; sin embargo, admitir la presencia, en este caso de la mujer, contribuye a la generación de comunidades y sociedades inclusivas, es subordinar la existencia de la esposa al esposo.

Existen alternativas para manifestar dentro del lenguaje la presencia de las mujeres, tomando el ejemplo anterior: Señora Rosa Martínez y señor Juan Pérez, esposos

Otros ejemplos (ver anexos: recursos materiales):

En vez de:

Los vecinos
Los bolivianos
Los artistas
Los electores
Los profesores
El ciudadano
El hombre
Los empleados

Use:

El vecindario, la comunidad
El pueblo boliviano, la comunidad boliviana
La comunidad artística
El electorado
El profesorado
La ciudadanía
La humanidad
El personal

Sexismo Social presente en el lenguaje

Son los mensajes que debido a su contenido, y no su forma, ocultan o subordinan generalmente al género femenino, por ejemplo:

- Marido y mujer
- Los trabajadores y sus esposas
- La historia del hombre

El sexismo social se ha manifestando no por la forma de redacción, sino por el contenido sexista que oculta y subordina la presencia de la esposa, las trabajadoras y las mujeres en general.

Estas son otras alternativas de lenguaje:

- Esposa y esposo / Cónyuges
- Las y los trabajadores, sus esposos y esposas
- La historia de la humanidad / la historia humana / la historia del ser humano

18. Valores

Los valores o principios socio-comunitarios promueven la convivencia armónica entre las personas a través de la práctica de la unidad, equidad, dignidad, solidaridad, respeto, honestidad, igualdad de oportunidades y otros valores socio-comunitarios.

La promoción de valores debe tomar en cuenta el contexto donde se vive; las prácticas culturales, siempre y cuando éstas sean coherentes con los derechos de todas las personas que pertenecen a la comunidad, sin ningún tipo de distinción.

Por mucho tiempo, la educación que se brinda en la familia y en la escuela en lo que se refiere a los valores ha estado condicionada por la culpa, expresada en castigos o en amenazas de ir al infierno porque predomina una perspectiva religiosa.

Por tal motivo, es importante que al hablar sobre los valores entendamos que éstos dependen del accionar de cada persona; es muy importante que las y los adolescentes al reflexionar sobre sus actos, sean buenos o malos, no lo hagan desde la perspectiva de la culpa, sino más bien de la responsabilidad.

¿Cómo se entiende esta diferencia?

La culpa es la falta, delito o pecado que se comete voluntariamente.

Culpable: Que tiene culpa. Se aplica a personas, cosas y acciones.

Cuando las personas se sienten culpables porque alguien dice algo destinado a recordar que se actuó como malas personas, por algo que se dijo, sintió o hizo, hace que quien fue aludido se sienta incómodo y, por lo tanto, vayamos experimente una sensación que inmoviliza, paraliza; el grado de inmovilización puede llevar a sentir desde una leve incomodidad hasta una severa depresión.

Remordimiento: Es otro elemento que acompaña a la culpa, se experimenta como una sensación que está continuamente presente pero no se sabe exactamente cuál es la culpa que está escondida detrás y origina malestar.

En los casos de violencia, principalmente de violencia sexual, se utiliza la culpa entre el agresor y la víctima, pues la mayor parte de las veces que un/a adolescente es víctima de acoso, el/la agresor/a utiliza amenazas para que la o el adolescente ceda ante sus peticiones. Si el hecho ha ocurrido, la situación de violencia sexual de niñas, niños o adolescentes tiende a culpabilizarlas/os para que mantengan silencio y no denuncien.

Por ejemplo:

“Mañana te voy a mostrar más videos, pero no les digas a tus papás” o “No digas a nadie lo que hemos hecho si quieres que te preste ese juego”

En estos casos la niña, niño o adolescente se siente confundida/o y culpable (inmóvil/ paralizada/o) por tener que mentir a sus padres además de sentir remordimiento, por estar en una situación de riesgo y sufrir violencia sexual.

La responsabilidad es un valor que está en la conciencia de la persona y que le permite reflexionar, administrar, orientar y valorar las consecuencias de sus actos; siempre en el plano ético.

Por responsabilidad se entiende que si se actúa de manera negativa, hay que hacer algo para dar solución al problema; es decir, se asume las consecuencias y se trata de repararlas.

En situaciones de violencia es muy importante que las y los adolescentes sepan que siempre es mejor romper el silencio, más allá de las circunstancias en que haya ocurrido la violencia sexual.

En conclusión, la culpa paraliza y puede llevar a una depresión silenciosa, a diferencia de la responsabilidad que moviliza, por lo que las y los adultos tienen la responsabilidad de informar, denunciar y proteger a niñas, niños y adolescentes de situaciones de violencia sexual.

Toma de decisiones

La adolescencia es la etapa donde se aprende a tomar decisiones; es crucial para construir el presente y futuro de las y los adolescentes.

Ellas y ellos en esta etapa se ven influenciados por diferentes mensajes y creencias que provienen de las familias, la



escuela, los medios de comunicación y otros; por lo que es necesario conocer cuáles son las influencias que tienen y con cuáles se identifican y practican.

Una de las fuentes principales son sus artistas favoritos. Las artes son un medio para transmitir mensajes, son una herramienta que puede utilizarse para el análisis y la reflexión, pero también para la transformación y la prevención.

Existen muchas obras de arte como cuadros, poesías y canciones que pueden tener imágenes o contenido agresivo o denigrante para las personas, principalmente para las mujeres. Muchos de estos contenidos pueden parecer inofensivos, pero si se observa, escucha y/o lee con atención, se encuentran mensajes negativos que promueven la desigualdad entre mujeres y hombres.

Asimismo hay canciones que contienen letras agresivas a la dignidad de las personas y contribuyen a relativizar la violencia hacia las mujeres, niñas, niños y adolescentes.



Para analizar estas situaciones es importante conocer el tipo de arte y música que consumen las niñas, niños y adolescentes, a fin de que ellas y ellos puedan cambiar sus formas de expresión cotidiana y artística.

La biografía de artistas es una buena estrategia para conocer la forma cómo llegaron a tener éxito, y las diferentes situaciones que tuvieron que pasar para llegar donde llegaron. También es una forma de reflexionar sobre el tipo de mensaje que expresan en sus obras, por que contribuyen a que estudiantes y maestros/as puedan ser críticos, opinar diferente y coadyuvar a la formación de criterios personales.

19. Cambios en la adolescencia

Durante la adolescencia los cambios físicos y emocionales pueden influir en el auto-concepto que tiene cada estudiante sobre sí mismo de su aspecto físico y su personalidad. Y es en esta etapa cuando se les debe ayudar a reafirmar su personalidad, seguridad y capacidad de verse como seres únicos.

Educar físicamente requiere incentivar a las y los estudiantes a practicar algún deporte y también comprender y asumir la identidad corporal; esto quiere decir mirarse y percibir que el cuerpo está formado de determinada manera, por el tipo de genética de cada uno y también porque se adecua al lugar donde se vive.

Y seguramente si se analiza un poco más el funcionamiento del cuerpo, de acuerdo al medio ambiente y la genética, se comprenderá por qué el cuerpo se desarrolla de un modo u otro.

Ejemplo:

En el altiplano, se puede tener más desarrollada la espalda por que hay mayor dificultad para respirar por la altura y los niveles de oxigenación.

En las últimas décadas se ha incrementado los problemas alimenticios en las y los adolescentes, llegando a afectar su autoestima por los conflictos que tienen respecto de su imagen corporal. Estos conflictos surgen principalmente porque hay una imposición de estereotipos corporales, que no necesariamente tienen que ver con la realidad.

Estereotipo:

Idea o imagen aceptada por la mayoría como patrón o modelo de cualidades o conducta.

Estereotipo corporal:

Se refiere a la imposición de un modelo corporal único, como el ideal, el cual no rescata las diversidades genéticas y culturales del mundo.

La publicidad, los programas televisivos de farándula y los noticieros señalan pautas de una supuesta imagen “aceptable”, que se caracteriza por ser joven y tener una figura esbelta y delgada para las mujeres, musculosos y bronceados en el caso de los hombres, por influencia de la cultura estadounidense en la latinoamericana.

Causas: Los estereotipos corporales surgen al pretender:

- Creer en la superioridad de una raza sobre otra.
- Pensar que sólo existe un tipo de belleza que debe ser adoptado por todas las personas.
- “Cánones de belleza” regidos generalmente por la industria de la moda y belleza.
- El exceso de predominancia de la imagen en la cultura.
- Vivir en una sociedad con culto a la imagen en carteles, televisión, cine y publicidad.

Consecuencias:

- Baja autoestima
- Discriminación
- Agresión
- Violencia
- Anorexia
- Bulimia
- Inseguridad

Amor al cuerpo: Respeto y auto-cuidado

- Incentivar a que amen su cuerpo tal como es.
- Valorar el funcionamiento del cuerpo (moverse, mirar, escuchar, correr, etc.).
- Considerar y reflexionar acerca de las discapacidades físicas de otras personas.
- Cuidar la salud interna, el correcto funcionamiento de los órganos y no solamente la apariencia.
- Consumir alimentos saludables y que se producen en la región y la comunidad.
- Asumir que somos seres únicos, no hay necesidad de imitar.

Cuando se enseña aspectos de la vida de las y los adolescentes es necesario abarcar no sólo la parte física, sino también todo lo que tiene que ver con sus pensamientos, sentimientos y emociones, porque es una etapa de cambios, de transformaciones corporales, inestabilidad emocional; aparecen los primeros sentimientos de atracción por otras personas, por lo que se convierten en temas muy importantes para ellas y ellos.

Además de explicarles las partes del cuerpo y su funcionamiento, es necesario profundizar los conocimientos acerca de la sexualidad humana desde un enfoque científico, de derechos humanos y sin prejuicios.



Esta información requiere aclarar algunos conceptos:

La sexualidad: Se organiza y desarrolla en las relaciones sociales y culturales, así como en el comportamiento, permitiendo la construcción de la identidad, la autoestima, el conocimiento del cuerpo, las relaciones afectivas y el deseo y la decisión de procrear.

- Es una dimensión esencial de la humanidad.
- Empieza al nacer y termina con la muerte.
- Se expresa en la personalidad, la corporalidad, la identidad social.

Virginidad: Es una opción para mujeres y hombres, cada persona decide si desea mantenerse virgen o no; es decir, que nadie puede obligar a otra persona a tener relaciones sexuales. Cada quien debe decidir con quién y en qué momento va a iniciar su vida sexual, sin ningún tipo de presión o prejuicio.

Prueba de amor: Es una forma de presionar a la pareja para que tenga relaciones sexuales, con la amenaza de que si no lo hace la relación se terminará.

Tener relaciones sexuales es una decisión de los dos, pero es importante que ambos estén seguros de lo que van hacer y cómo se van a sentir, además de la responsabilidad de cuidarse para no enfrentar posteriormente un embarazo no planificado.

Es muy importante que al momento de hablar de la sexualidad de las y los adolescentes sea con un lenguaje claro, simple, empático, con información científica, veraz, libre de prejuicios, creando un ambiente cordial y de confianza.

Como maestros/as es importante apreciar y valorar que las y los adolescentes compartan sus experiencias; esto requiere saber escuchar y no juzgar. Las y los maestros deben tener conocimiento acerca de la sexualidad en su conjunto para informar a sus estudiantes de lo positivo que puede ser vivir una sexualidad placentera y las consecuencias que puede tener si no se toman decisiones responsables.

Los beneficios de hablar con las y los adolescentes sobre sexualidad son:

- Aclarar todas las dudas y confusiones que puedan tener.
- Coadyuvar a que tomen decisiones informadas y responsables.
- Que tengan la capacidad de respetar las decisiones de las otras personas.
- Permite que gocen de sus derechos sexuales.
- La forma cómo pueden cuidarse al momento de decidir iniciar su vida sexual, previniendo embarazos no planificados, infecciones de transmisión sexual, VIH y sida.
- Capacidad para que puedan planificar lo que quieren para sus vidas.
- Que contribuyan a promover la prevención de la violencia sexual.

20. Relaciones de pareja en la adolescencia

En la etapa de la pubertad se comienzan a experimentar las primeras sensaciones de gusto y quizá enamoramiento; estas primeras relaciones, junto al primer beso, van a manifestarse en el entorno escolar. Muchas pueden desarrollarse de manera positiva pero es importante poner atención a las que puedan manifestar señales de violencia, para poder informar y prevenir situaciones de mayor riesgo y daño para las personas.

La idea no es que las relaciones de pareja de las y los adolescentes acaben mal, sino que como adultos; en este caso los/as maestros/as deben prestar atención para que estas relaciones se desarrollen saludable y responsablemente y no tengan consecuencias que afecten sus vidas.

En Bolivia los casos de violencia hacia las mujeres han ido en aumento día a día; muchos hombres tienen como víctima a la pareja por celos, alcoholismo, machismo, entre otros. Muchas mujeres jóvenes han muerto a causa de la violencia, por lo que es necesario analizar y reflexionar esta situación con las y los estudiantes.

Esta situación es un compromiso para trabajar la prevención desde las unidades educativas para erradicar o al menos disminuir las formas de violencia, particularmente hacia las mujeres.

Las relaciones de pareja se dan entre los 12 y 18 años y es en esta franja de edad donde se debe trabajar de forma directa en la prevención y la transformación de relaciones más igualitarias.

Es necesario cambiar la idea de “la princesa y el príncipe azul” en las relaciones de pareja; hay que crear conciencia de que la vida en pareja no es como en los cuentos de hadas; se debe reflexionar sobre el significado de la construcción real del amor.

Cómo detectar la violencia en una relación amorosa ³

“Nunca el amor va a ser una forma de violencia, ni la violencia una forma de amar”

1. Justificar es el primer error que cometen algunas de las adolescentes y/o jóvenes en base al amor: ‘aunque me haga esto, yo sé que me quiere’, que puede entenderse como ‘quien bien te quiere, te hará llorar’. Expresiones como éstas legitiman para muchas chicas y chicos las situaciones de violencia en sus relaciones de pareja.

2. Normalizar el hecho de que la pareja sea celoso/a, posesivo/a y controlador/a.

3. Celos porque mira o habla con otra persona son una forma de inseguridad y posesión.

4. Maltrato al contestar o hablarle en mal tono o gritar.

5. Revisar el celular para saber con quién habla o quién le envía mensajes es una forma de controlar.

6. Reclamos por que no le dedica tiempo y en vez de eso ocupa de estudiar.

7. Chantaje o pedir la prueba de amor para tener relaciones sexuales o la relación se termina.

8. Obligar a la pareja a cambiar sus actividades para que se quede y no vaya a los eventos del colegio o con amigos/as.

9. Criticar la forma de vestir porque todos van a mirarla y no respetar sus decisiones.

10. Hablar mal de sus amistades para aislarla/o y controlarla/o.

³Adaptado de “El Amor no es Ciego”. Instituto Andaluz de la Mujer. España: 2009.



- 11. Llamar y enviar mensajes varias veces al día para saber qué hace y dónde está es una forma de posesión.
- 12. Sólo quiere estar con ella/él, sin mucha gente, es una forma de controlar el espacio y tiempo.
- 13. Obligar a borrar a algunas personas de sus redes sociales (Facebook, Twitter, etc. porque no son del agrado de la pareja.
- 14. Cuando la expareja después de la ruptura publica fotos comprometedoras en las redes sociales o difunde información de su relación, invadiendo la intimidad de la otra persona.

PILARES FUNDAMENTALES PARA UNA RELACIÓN NO VIOLENTA



Si se trabaja el cambio en las relaciones de pareja basadas en estos pilares, comenzará a cambiar la forma de actuar de adolescentes hombres y mujeres y se transforman los roles y estereotipos de género.

21. La comunicación

La comunicación permite el intercambio de ideas, sentimientos y experiencias que han ido moldeando las actitudes, conocimientos, sentimientos y conductas ante la vida.

Integran la comunicación el emisor (transmisor del mensaje) y el receptor (quien recibe el mensaje); es importante que el emisor utilice un lenguaje claro y de acuerdo al nivel cultural del receptor para que el mensaje sea comprendido correctamente y también se nutra de la retroalimentación comunicativa.

Asertividad

El comportamiento asertivo es un tipo de habilidad social que permite expresar lo que se siente, piensa, cree o se necesita sin ofender a los otros, abriendo posibilidades de diálogo y amistad con las personas.



Comunicación Asertiva

La comunicación asertiva tiene como base los siguientes principios:

- Respeto por los demás y por uno mismo: Considerar los derechos de los otros/as.
- Ser directo: Comunicar pensamientos y sentimientos de forma clara, sin ser agresivo/a.
- Ser honesto: Ser coherente con lo que se dice y hace.
- Ser apropiado: Es necesario un espacio, un tiempo y frecuencia, entre otros.

La comunicación asertiva requiere también:

- Considerar las propias necesidades.
- Cambiar de opinión: Es válido si pensar de manera diferente.
- Cometer errores y aprender de los mismos para que no vuelvan a ocurrir.
- Ser tratado con respeto y dignidad.
- Negarse a peticiones sin sentirse culpable: No existe la obligación de ceder a los requerimientos de los demás.
- Pedir lo que se quiere: No debe confundirse pedir con exigir.
- Establecer las prioridades y tomar las propias decisiones



22. Expresión de sentimientos en la adolescencia

La forma en que la sociedad ha establecido ciertas “reglas sociales” y ha determinado los roles a las mujeres y los hombres, ha limitado la capacidad de expresión de emociones y sentimientos, lo cual puede causar represiones que posteriormente podrían manifestarse de forma equivocada.

Es importante identificar el tipo de sentimiento que se experimenta en diferentes situaciones de la vida, y más aun cuando se está en desarrollo, así es que la escuela se constituye en un espacio de interacción donde las emociones están a flor de piel, porque son para los niños y niñas nuevas experiencias que viven en un nuevo entorno social, como ya se explicó en puntos anteriores; y también por los cambios físicos y emocionales que atraviesan.

Crear momentos donde se pueda dialogar con las/los adolescentes sobre las nuevas sensaciones, permite inculcar hábitos y valores para promover prácticas positivas para sus vidas; también brinda la posibilidad de escucharlos/as, conocer las dudas, problemas y/o conflictos que atraviesan las y los estudiantes y encontrar posibles soluciones.

Estos procesos pueden ser de gran ayuda para identificar situaciones de violencia, pero requieren manejarse de manera confiable y confidencial, desde una comunicación asertiva.



Posición de poder

Cuando las personas se encuentran en posición de poder, creen que por tener algún tipo de autoridad pueden imponer su voluntad sobre otras personas, utilizando como recurso el miedo, y si existiera algún tipo de resistencia por parte de la otra persona, le impone un castigo.

23. Violencia contra la niñez y la adolescencia



La violencia contra la niñez y la adolescencia puede darse en el ámbito familiar y extra-familiar.

La violencia en el entorno familiar se sitúa en el hogar; en este caso el niño, la niña o el adolescente es víctima de la violencia ejercida por otros integrantes de la familia.

La violencia ejercida contra la adolescencia se da en la asimetría, agresor- agredido y se basa en la desigualdad de fuerza y por la dependencia afectiva y material de o la adolescente frente sus cuidadores.

La violencia en un entorno extra-familiar se presenta cuando las y los agresores son personas no ligadas al adolescente por lazos familiares puede ser la sociedad en su conjunto, comprendida por la justicia o instituciones como la escuela,

el hospital y los hogares sustitutos, que ejercen violencia contra las y los adolescentes a través de prácticas excesivas, que pueden variar desde castigos corporales hasta formas más sutiles de agresión, como la discriminación y diferentes formas de humillación.

La discriminación por lo general utiliza como medio a la agresión. Estas desigualdades inciden socialmente, se traducen en prácticas discriminatorias por razones vinculadas a determinantes sociales basados en el color de piel, cultura, sexo, género, edad y otros. Para comprender estas desigualdades, originadas en el poder dentro de la sociedad o las comunidades es necesario comprender algunos conceptos⁴ y su diferencia:

Discriminación: Se define como “discriminación” a toda forma de distinción, exclusión, restricción o preferencia fundada en razón de sexo, color, edad, orientación sexual e identidad de género, origen, cultura, nacionalidad, ciudadanía, idioma, credo religioso, ideología, filiación política o filosófica, estado civil, condición económica, social o de salud, profesión, ocupación u oficio, grado de instrucción, capacidades diferentes y/o discapacidad física, intelectual o sensorial, estado de embarazo, procedencia, apariencia física, vestimenta, apellido u otras que tengan por objetivo o resultado anular o menoscabar el reconocimiento, goce o ejercicio en condiciones de igualdad de derechos humanos y libertades fundamentales reconocidos por la Constitución Política del Estado y el Derecho Internacional. No se considerará discriminación a las medidas de acción afirmativa.

Discriminación Racial: Se entiende por “discriminación racial” a toda distinción, exclusión, restricción o preferencia basada en motivos de raza o por el color, ascendencia u origen nacional o étnico que tenga por objeto o por resultado anular o menoscabar, directa o indirectamente el reconocimiento, goce o ejercicio, en condiciones de igualdad, de los derechos humanos y libertades fundamentales reconocidos en la Constitución Política del Estado y las normas internacionales de Derechos Humanos, en las esferas política, económica, social, cultural o en cualquier otra esfera de la vida pública y/o privada. Se considera “racismo” a toda teoría tendente a la valoración

⁴ Estado Plurinacional de Bolivia. Ley Contra el Racismo y toda forma de Discriminación

de diferencias biológicas y/o culturales, reales o imaginarias en provecho de un grupo y en perjuicio del otro, con el fin de justificar una agresión y un sistema de dominación que presume la superioridad de un grupo sobre otro.

Raza: La “raza” es una noción construida socialmente, desarrollada a lo largo de la historia como un conjunto de prejuicios que distorsiona ideas sobre diferencias humanas y comportamiento de grupo. Utilizada para asignar a algunos grupos un estatus inferior y a otros un estatus superior para dar acceso al privilegio, al poder y a la riqueza. Toda doctrina de superioridad basada en la diferenciación racial es científicamente falsa, moralmente condenable, socialmente injusta y peligrosa y nada en la teoría o en la práctica permite justificar la discriminación racial.

Equidad de Género: Es el reconocimiento y valoración de las diferencias físicas y biológicas de mujeres y hombres, con el fin de alcanzar justicia social e igualdad de oportunidades que garantice el beneficio pleno de sus derechos sin perjuicio de su sexo en los ámbitos de la vida social, económica, política, cultural y familiar.

Equidad Generacional: Es el reconocimiento y valoración de las diferencias generacionales de mujeres y hombres, con el fin de alcanzar justicia social que garantice el beneficio pleno de sus derechos sin perjuicio de su edad en los ámbitos de la vida social, económica, política, cultural y familiar.

Homofobia: Se refiere a la aversión, odio, prejuicio o discriminación contra hombres o mujeres homosexuales, también se incluye a otras personas que integran la diversidad sexual.

Transfobia: Es la discriminación hacia la transexualidad y las personas transexuales o transgénero, basada en su identidad de género.

Xenofobia: Se entiende como el odio y rechazo al extranjero o extranjera, con manifestaciones que van desde el rechazo más o menos manifiesto, el desprecio y las amenazas, hasta las agresiones y diversas formas de violencia.

Misoginia: Se entiende por misoginia cualquier conducta o comportamiento de odio manifiesto hacia las mujeres o género femenino, independientemente de la edad, origen y/o grado de instrucción que logre o pretenda vulnerar directa o indirectamente los Derechos Humanos.

24. Violencia contra las mujeres o basada en género

Tipos de violencia

Violencia física

Entendida como todo tipo de conducta que se basa en el ejercicio de poder de la persona agresora y afecta y causa dolor o daño físico y emocional en la víctima. Se expresa a través de golpes, patadas, puñetes, sopapos, pellizcos, empujones, jalones, quemaduras, mordeduras, uso inapropiado de medicación, heridas por armas de fuego o corto punzantes, etc. Los daños provocados pueden ser internos y externos.



Violencia psicológica

Es toda conducta, donde el agresor/a hace o uso de poder ante la víctima y le produce daño en el desarrollo psíquico y emocional por el hostigamiento verbal y rechazo constante; agreden la identidad, dignidad y respeto de la autonomía de la persona. Es la más frecuente y difícil de reconocer, está relacionada con conductas de abuso emocional como insultos, amenazas, ridiculización, silencios ofensivos, humillaciones, comparaciones, no respeto a sus creencias, rechazo a sus deseos, falta de respuesta a sus consultas en forma intencionada, persecuciones, chantajes, prohibiciones, intimidaciones, degradaciones morales, abandono de hogar, bigamia, celos, adulterio y secuestro a los/as hijos/as, entre otros.

Acoso sexual

Conducta de presión y hostigamiento por parte del agresor que produce en la víctima daños psicológicos que interioriza, provoca traumas, denigra, utiliza a las personas y les cambia la personalidad y genera sentimientos de culpa.

Violencia sexual

“La violencia sexual comprende una gran diversidad de actos, como las relaciones sexuales bajo coacción en el matrimonio y en las citas, las violaciones sexuales en los entornos del hogar, las violaciones sistemáticas durante los conflictos armados, el acoso sexual (incluida la petición de favores sexuales a cambio de trabajo o calificaciones escolares), los abusos sexuales de menores, la prostitución forzada y la trata de personas, los matrimonios precoces y los actos violentos contra la integridad sexual de las mujeres, como la mutilación genital y las inspecciones obligatorias de la virginidad. Tanto hombres como mujeres pueden, además, sufrir violaciones detenidos o encarcelados.

La mayor parte de las agresiones sexuales tienen como víctimas a mujeres y niñas, y son perpetradas por hombres y niños. Sin embargo, la violación de hombres y niños por otros hombres es un problema constatado, y se registran igualmente coacciones a hombres jóvenes por parte de mujeres mayores para mantener relaciones sexuales” (Informe Mundial sobre la Violencia y la Salud, 2002)⁵

La violencia sexual está referida a toda forma de coerción sexual con o sin violencia física, psicológica y económica. Son actos mediante la intimidación o la fuerza para obligar a una persona en contra de su voluntad (adulto, adolescente/joven, niñas y niños) a tener relaciones sexuales y actos no deseados.

La violencia sexual en la niñez y adolescencia puede incluir contacto físico, masturbación, penetraciones vaginales, anales u orales, como también el exhibicionismo, voyerismo y pornografía. Puede manifestarse en forma abierta o encubierta mediante gestos, palabras, insinuaciones, caricias.

⁵ Estado Plurinacional de Bolivia. Ley Contra el Racismo y toda forma de Discriminación

25. Maltrato infantil

El maltrato infantil está directamente relacionado con la violencia.

La violencia contra niñas y niños se considera cuando los progenitores, cuidadores, tutores, encargados de custodia, maestras o maestros y otros ponen en peligro la integridad física y psicológica de la niña o niño. Ésta “puede generarse por abuso de medios correctivos o disciplinarios o por imposición de trabajo excesivo e inadecuado para su edad o condición física.” (Unidad de Análisis de Políticas Sociales y Económicas, 2008, pág. 10).

Es importante precisar y ampliar este concepto para comprender que la violencia contra niñas y niños también se da por parte de instituciones, ya sea “por acción, omisión, o supresión en forma habitual y también ocasional atentando contra los derechos individuales y colectivos” (Unidad de Análisis de Políticas Sociales y Económicas, 2008, pág. 10).



Los tipos de violencia son los siguientes:

- **Violencia por acción:** Violencia física; violencia psicológica o emocional; violencia sexual.

La violencia psicológica se expresa en rechazar, aterrorizar, aislar e ignorar.

- **Violencia por omisión y supresión:** Este tipo de violencia se basa en la negligencia o abandono físico o psicoafectivo y se considera un maltrato pasivo.

Cualquiera sea la forma o tipo de maltrato, sea leve o severo origina un daño real y/o potencial a la salud, la supervivencia, el desarrollo y la dignidad de la persona y los efectos son duraderos a lo largo de toda la vida o una parte de ella.

En casos de presencia de violencia al interior de una familia, en general hay silencio debido a la cultura de obediencia acrítica hacia los adultos, que se explicó anteriormente. En muchos casos, la violencia se convierte en algo cotidiano, la familia se acostumbra a vivir con ella y hacer como si no existiera, se la niega o se la ve como hechos aislados cuando la situación más dramática conlleva efectos graves sobre la vida social. Las niñas que viven violencia tienden a ser adultas víctimas de violencia y los niños tienden a reproducir comportamientos violentos siendo adultos, lo que se convierte en una reproducción cultural de una sociedad violenta.

Las causas de la violencia son complejas y es necesario puntualizar que el principal rasgo de la violencia está asociado a relaciones de poder y de desigualdad. Estas relaciones de poder son características de nuestra sociedad en diferentes ámbitos, como familiar, escolar, público y se dan en diferentes planos, de hombres sobre mujeres, de adultos sobre niñas y niños, de superior jerárquico sobre subordinado, de maestra y maestro sobre estudiante y muchos otros. En estos planos la relación de poder está mal entendida y mal ejercida, tanto por quienes lo detentan como por las y los que la sufren, quienes lo ejercen mediante actitudes y comportamientos de sometimiento acrítico.

Entre las consecuencias de maltrato infantil está el bajo rendimiento escolar ya que coloca a la niña o niño en situaciones de desmotivación para estudiar, para hacer planes y para cumplirlos. Los efectos son directos en las formas de relacionamiento social y hacia una baja autoestima y excesiva ansiedad; lamentablemente, estas conductas “negativas” por parte de la niña o niño son causa a la vez de maltrato convirtiéndose en un círculo perverso.

El factor principal para protección contra el maltrato es identificar los elementos de riesgo; es decir, tratar de evitar las situaciones que conducen al maltrato. Así, no solamente se trata de buena voluntad y decisión sino de generar condiciones objetivas que ayuden al entorno familiar y comunitario a modificar las conductas de maltrato.

La escuela es el contexto donde puede generarse condiciones favorables para hacer frente al maltrato. Una manera es construyendo una institucionalidad sólida, con la práctica cotidiana de respeto a los derechos de todas y todos en la comunidad educativa.

El rol de la maestra y del maestro es fundamental ya que educar es un proceso de formación de la persona, es la enseñanza del vivir y convivir, además debe partir del ejemplo y ser un modelo de referencia, especialmente en el nivel primario comunitario vocacional.

Es importante que las y los docentes establezcan relaciones de respeto con las y los niños y promuevan su autonomía. Esto implica repensar la forma cómo se ejerce el poder en el aula y en las actividades de aprendizaje.

Es importante crear un equipo de trabajo entre los docentes para que concientice sobre la responsabilidad de la denuncia de cualquier acto de maltrato infantil dentro de la familia o fuera de ella. Es natural que la maestra o maestro se sienta solo o temeroso frente a estas situaciones; sin embargo, hay diferentes instancias y un marco legal que protege y apoya la defensa de los derechos de la niñez y adolescencia. De manera que el rol de las maestras y los maestros en tema de maltrato infantil es de prevención, identificación y derivación.



26. Violencia en el ámbito educativo

Hay muchos factores que determinan la violencia en la escuela, como las distintas creencias acerca de la violencia, los factores socioeconómicos, la vida familiar de las y los estudiantes y el entorno externo de la escuela. En todos los casos la violencia puede ser física y psicológica.

De acuerdo con el Informe mundial sobre la violencia contra la niñez de las Naciones Unidas, se define las principales formas de violencia:

El castigo físico y psicológico.

Todo castigo donde se utilice la fuerza física y que tenga por objeto causar dolor o malestar; aunque sea leve. Dentro del ámbito educativo hay prácticas violentas hacia los estudiantes, dándoles golpes con la mano o con algún objeto, puntapiés, zarandeos o empujones, pellizcos, jalones del cabello o de las orejas u obligarlos a ponerse en posturas incómodas.

De igual forma se utiliza castigos que no son físicos pero que son crueles y humillantes, cuando se los menosprecia, se los asusta, se amenaza o se los ridiculiza.

El acoso escolar.

Ocurre cuando un estudiante sufre repetidas veces agresiones físicas, verbales, peleas o manipulación psicológica; puede abarcar la burla, la provocación, el uso de apodosos hirientes, la exclusión social. El acosador puede actuar solo o en grupo de pares de manera directa o indirecta.

El acoso cibernético es el hostigamiento por medio del correo electrónico, los teléfonos celulares, los mensajes de texto o las redes sociales (Facebook, Twitter, Youtube).

Las y los estudiantes pueden ser más vulnerables al acoso cuando sufren discapacidades, manifiestan una preferencia sexual distinta a la mayoría o proceden de un grupo étnico o cultural minoritario o un medio socioeconómico determinado.

La violencia externa.

Se produce fuera del contexto escolar, como la violencia de los grupos organizados por criminales, los conflictos políticos, la dureza de la represión policial; puede influir o incluso infiltrarse en la escuela, y puede ser puñaladas y disparos; más aun si está vinculada al tráfico de drogas ilícitas comercializadas en los alrededores de la comunidad; suele tornarse muy atemorizante y la gente se siente amenazada.

SITUACIONES DE ACOSO SEXUAL

- Una mirada lasciva, mirar con deseo distintas partes del cuerpo de una persona.
- Mostrar fotos, revistas, graffitis de naturaleza sexual.
- Decir o escribir cosas ofensivas de naturaleza sexual (por ejemplo en un escritorio, en las paredes del baño o del curso).
- Invadir el espacio personal de un niño/a o adolescente (por ejemplo cuando un adulto se para demasiado cerca de una o un estudiante para que se sienta incómodo/a).
- Presionar a alguien para obligarle a salir en una cita
- Hacer proposiciones para tener relaciones sexuales.
- Frotarse con el cuerpo de otra persona.
- Contar chistes o historias sexuales a personas que no lo han solicitado ni lo disfrutan.
- Tocar, agarrar y pellizcar cualquier parte del cuerpo de otra persona.
- Acorralar o arrinconar a una persona.
- Quitarle la ropa a alguien o quitarse la ropa delante de otra persona.



27. Recomendaciones para las y los estudiantes

Para su autocuidado

- No aceptes mirar dibujos, fotografías u objetos donde se presente el acto sexual con niño/as y adolescentes. Recházalo, di NO.
- Di NO si un amigo o conocido te invita, a cambio de regalos o dinero, a que te tomes fotos en poses provocativas, sin ropa o con adultos: Cuidado puedes estar en peligro.
- No creas que tomarte fotos en ropa íntima es divertido y te hará más popular; tampoco es un asunto sencillo para sacarle algún provecho económico. ¡La pornografía es un delito!
- No facilites nunca datos personales a través de internet, aún cuando se trate de un compañero de chat, ni respondas a correos electrónicos de usuarios anónimos o desconocidos.
- No acuerdes citas por internet. Recuerda que en el ciberespacio es fácil fingir. Las personas con quienes contactas pueden mentir respecto a ellos.
- No envíes fotos por internet.
- No respondas a mensajes desagradables o insinuantes. Si encuentras algo indecente o molesto, ponlo en conocimiento de un adulto de confianza.
- No entres a una cabina de internet con desconocidos.
- No asistas a “castings” o audiciones sin compañía de un familiar que sabes que se preocupa por tu bienestar.
- Tampoco te dejes sorprender por alguna persona que te ofrece ayuda económica, pues podría ser un explotador que luego querrá que le retribuyas con actividades sexuales.

Para sus relaciones familiares

- Si tus padres te maltratan, habla con alguien de tu confianza, ya sea de tu familia o de la institución educativa. Lo más importante es que busques ayuda.
- Aún cuando tus notas no estén bien, no desistas de asistir al colegio. Conversa con tu maestro/a para que te ayude.
- No creas que es tu obligación solucionar los problemas económicos de tu familia y menos si atentan contra tu vida e integridad.
- Si alguna persona o familiar ofrece ayudarte y te dice que te dará educación o trabajo, debes conversar con tus padres o personas de confianza y juntos analizar los posibles riesgos.



Para sus relaciones interpersonales

- Recuerda que un verdadero amigo o amiga no te obliga nunca hacer cosas que no quieres.
- Tus padres o tutores deben saber siempre con quién y dónde estás.
- Evitar ir solo o sola a lugares que no conoces con personas desconocidas o conocidas.
- No hables con extraños en espectáculos o fiestas a las que asistes.
- Camina con amigos/as en lugar de hacerlo solo.
- Si estás en un lugar y te dicen que vayan a otro, a fin de divertirse más, no aceptes sin antes informar a tus padres o tutores.
- Procura no salir solo/a del lugar a donde has asistido en compañía de otras personas.
- No aceptes ninguna bebida abierta o servida en vaso. Pide siempre que te den una en botella cerrada.
- No consumas alcohol ni aceptes probar drogas, aunque creas que todos lo hacen y que “nada te va a pasar”. Recuerda que cada organismo responde de diversa forma frente a las drogas y que no son necesarias para divertirse.
- Conoce tus derechos y difúndelos. Tienes derecho a: decir No cuando algo no te agrada, derecho a hacerte respetar. Eres una persona importante.
- No te dejes deslumbrar por lo que ves en televisión; no creas todo lo que ves ahí: la ropa de marca, el lujo o confort no te hará mejor personas, ni te hará más feliz o exitoso.

Para sus relaciones de pareja

- Tú no eres responsable del comportamiento violento de tu pareja y es difícil que puedas hacerlo/a cambiar.
- Busca ayuda. Puedes hablar con alguien en quien confías: mamá, papá u otro familiar.
- Debes tomar conciencia de que la violencia no se va detener o terminar por sí sola. Tú no puedes cambiar la conducta de tu enamorado/a haciendo cambios en tu conducta (por ejemplo, demostrando sumisión).
- Si eres tú quien se comporta de forma violenta, o tu relación con tu enamorado/a se parece a lo descrito anteriormente, busca ayuda con alguien de confianza; tu mamá, papá o tutores es una alternativa.
- Si tu enamorado/a te pide que le demuestres cuánto lo/a quieres aceptando tener relaciones sexuales con sus amigos/as, aléjate de él o ella. No te quiere y puede ser parte de una red de explotación sexual. Avisa inmediatamente a tus padres, a un familiar o persona de tu confianza.

Segunda parte:

Sugerencias para maestras y maestros



Sugerencias para maestras y maestros de niñas y niños de 4 a 5 años

Crecemos, ¿en qué etapa estamos?

Sugerencias

Presentar un dibujo de 3 edades de niña y/o niño: de meses, 1 a 2 años y 4 a 5 años.

Observar el dibujo, identificar las características de cada edad, explicar en cuál de esas etapas están.
Realizar juegos con movimientos del cuerpo para expresar cada etapas.

Conversar sobre ¿Qué aprendemos en esas diferentes edades? Escuchar con atención y respetar los ritmos de reflexión y participación.

Recordar que todas las respuestas son válidas y que no hay incorrectas. Todas las niñas y niños deben expresar lo que piensan y sienten al jugar y reflexionar sobre el crecimiento del cuerpo y el desarrollo de los aprendizajes.

Evaluación:

Ver si la niña o niño:

Participa en las actividades.

Reconoce en qué etapa (de las figuras presentadas) se encuentra.

Saludamos y despedimos

Sugerencias:

Presentar dibujos de personas contentas que saludan y se despiden.

Observar los dibujos identificando la expresión corporal y la expresión de los rostros.

Reflexionar y conversar sobre lo que hacen las personas del dibujo. Preguntar ¿Qué expresan sus rostros? ¿Cómo se sienten las personas del dibujo? ¿Por qué se sentirán así?

Jugar a saludar y despedirse con sonrisas y cariño.

Conversar sobre lo es agradable y hace sentir bien. Conversar sobre las cosas agradables de la vida.

Evaluación:

Ver si la niña o niño:

Observa con atención.

Participa en la actividad.

Expresa sus ideas y opiniones.

Reconoce situaciones de saludo y despedida y las aplica.



Demostramos sentimientos

Sugerencias:

Observar dibujos que muestran a niños y niñas que expresan emociones.

Conversar sobre cómo creen que se sienten la niña y el niño y por qué.

Escuchar las opiniones de las niñas y los niños. Hay que dar tiempo para expresar ideas respetando los silencios y aceptar todas las ideas. Recordar que no hay respuestas incorrectas, todas son válidas porque expresan pensamientos y sentimientos del momento.

De esta manera se aprende a pensar sobre los propios sentimientos, a expresarlos y a confiar en sí mismos como base preventiva frente a situaciones de maltrato y violencia sexual.

Evaluación

Ver si la niña o niño:

Observa con atención.

Expresa sus opiniones.

Nos queremos. Nos cuidamos

Sugerencias:

Observar dibujos de niños o niñas que son amenazados y preguntar ¿Qué está pasando? ¿Qué hace el niño (o niña) y qué contesta?

Completar la historia verbalmente. Comentar lo que el niño o niña tendría que hacer en esos casos.

Escuchar con atención lo que dicen niñas y niños; dar tiempo y animarlos a expresar sus ideas respetando los silencios.

Explicar que este tipo de situaciones (amenazas y violencia) no la provocan las niñas y los niños (no son culpables) y que los adultos o mayores a veces no saben controlar y manejar sus emociones. En algunos casos no son familiares o amigos, son personas que quieren hacer daño.

Hacer ejercicios de escapar y decir NO si alguien les quiere hacer daño.

Hacer ejercicios de avisar a la persona que pueda defenderlas/os en caso de que alguien les quiera hacer daño.

Evaluación

Ver si la niña o niño:

Participa en la actividad.

Expresa sus ideas.



Todas y todos somos artistas

Sugerencias:

Recordar las habilidades que cada uno posee: pintar, cantar, saltar, dibujar, bailar, jugar, contar cuentos, contar chistes, etc.

Realizar actividades donde cada uno muestre sus habilidades.

Valorar y nos felicitarse entre todas y todos. Reconocer que todas y todos saben hacer algo pero no todos y todas saben hacer siempre todo.

Evaluación

Ver si la niña o niño:

Participa con agrado en las actividades.

Reconoce alguna de sus habilidades.

Conozco mi cuerpo. Mis partes privadas

Sugerencias:

Observar dibujos del cuerpo de un niño y de una niña

Identificar las partes del cuerpo. Reconocer a la niña y al niño. ¿En qué se diferencian?

Nombrar las partes del cuerpo con los nombres correctos. Si no saben un nombre la maestra o maestro debe explicar. Reconocer la parte privada del cuerpo de la niña y del niño y analizar en qué se diferencian. Se llama la vulva (de la niña) y pene (del niño).

¿Para qué sirve la parte del cuerpo que diferencia a las niñas de los niños?

¿Por qué se llaman “partes privadas”?

Aprender que se llaman “partes privadas” porque nadie los puede tocar si no es con su consentimiento y menos si la/el madre-padre no tienen conocimiento o no están presentes.

Aprender que las partes privadas se debe cuidar como se cuida todo el cuerpo.

Escuchar a las niñas y a los niños; dar tiempo para que se animen a expresar sus ideas respetando los silencios y sus expresiones de asombro y vergüenza.

Evaluación

Ver si la niña o el niño:

Reconoce la diferencia biológica entre niño y niña.

Nombra las partes del cuerpo.

Reconoce sus partes privadas.

Cuido y protejo mi cuerpo

Sugerencias:

Vestir a siluetas de un niño y de una niña preparadas por la maestra o maestro (Tamaño natural de 4 ó 5 años).

Dibujar, recortar y adornar la ropa para vestir a las siluetas de la niña y del niño.

Cuidar que se protejan todas las partes de los cuerpos.

Explicar qué partes protege cada prenda. Se debe realizar la ropa interior necesaria.

Conversar sobre el valor e importancia de cuidar el cuerpo de cosas que pueden hacer daño, por ejemplo la falta de aseo. Otras cosas que pueden hacer daño es introducir objetos en la nariz o en los oídos, comer con las manos sucias, exponerse directamente a los rayos del sol.

Pensar y mencionar las cosas que pueden hacer daño al cuerpo en este contexto, recuperando el conocimiento de niñas y niños.

Evaluación

Ver si la niña o el niño:

Participa en las actividades.

Expresa ideas acerca del cuidado del cuerpo.

Reconoce la importancia del cuidado de las partes privadas.

Sentimos con todo el cuerpo

Sugerencias:

Realizar diversas actividades para poner en acción cada sentido. Por ejemplo, sentir el aroma de algún fruto de la naturaleza; degustar un caramelo; escuchar los sonidos del ambiente (la calle, el campo). Observar el entorno y reconocer lo que causa placer. Sentir con la piel la textura de un objeto (plantas, peluche, etc.)

Conversar de la importancia de nuestros sentidos.

Identificar aspectos del entorno gracias a los diversos sentidos.

Reflexionar sobre la falta de un sentido pero que puede ser compensado con otro.

Valorar el cuerpo. Abrazarse así mismas/os y agradecer por el milagro del cuerpo.

Cada uno y cada una se compromete a cuidar su cuerpo.

Evaluación

Ver si la niña o niño:

Participa en la actividad.

Expresa (verbaliza) sus sensaciones.



Jugar es nuestro derecho

Sugerencias:

Realizar actividades de juego a lo largo de todo el año escolar.

En cada juego reconocer qué partes del cuerpo se utilizan más; recordar cómo se cuida el cuerpo en cada actividad. Respetar los turnos en los juegos y a las/os compañeras y compañeros.

Buscar el trato amable entre todos.

Evaluación

Ver si la niña o niño:

Participa en las actividades lúdicas.

Respeta las normas en el juego.

Comprende que el juego es su derecho y es importante.

Las emociones o sentimientos

Sugerencias:

Inflar globos grandes.

Dibujar en los globos caritas con diversas expresiones: tristeza, alegría, enfadado, susto.

Conversar y preguntar ¿Qué situaciones causan tristeza? ¿En qué situación nos sentimos nos sentimos alegres? ¿En qué situaciones nos sentimos enfadados? ¿Qué causa susto?

Valorar los sentimientos y emociones diversas.

Jugar a expresar con el rostro los diversos sentimientos, luego jugar a expresar lo mismo con todo el cuerpo, no sólo con el rostro.

Valorar otra vez la capacidad de sentir de diversas maneras.

Evaluación

Ver si la niña o niño:

Participa en la actividad.

Expresa sus ideas.

Reconoce algunas emociones.



Sugerencias:

Observar un dibujo de niña o niño que recibe y expresa cariño a otra persona.

Reflexionar y preguntar ¿Cómo se sabe si una persona nos quiere? ¿Hay diversas maneras de expresar el cariño? ¿Cómo demuestran su cariño las personas que nos quieren?

Reconocer que cuando nos quieren nos sentimos alegres.

Pero una caricia fea hace sentirse raro, no alegre, no sólo asustado, quizás tristes pero algo más que eso. Se descubrirá un sentimiento raro si nos acarician de forma que no nos gusta. Por ejemplo, si aprietan de los cachetes o si pellizcan o tocan partes privadas del cuerpo.

Inflar un globo grande y dibujar el rostro de ese sentimiento raro, cuando se siente que tocan el cuerpo de manera que no agrada, que incomoda.

Reflexionar sobre ¿Qué hacer si nos tocan o nos miran de manera que nos hacen sentir raros?
Decir NO!!

Ejercitar a decir de manera segura “No me toques”. Cada una y cada uno debe decir varias veces “no me toques” hasta hacerlo con seguridad.

Aprender y practicar las siguientes reglas de oro: si alguien nos mira o nos toca de manera que nos hace sentir raros hay que:

1. Decir NO
2. Salir del sitio corriendo
3. Buscar a alguien de confianza y contárselo.

Evaluación

Ver si la niña o niño:

Ensayar a decir NO.

Recuerda y comprende las reglas de oro.



Sugerencias para maestras y maestros de niñas y niños de 6 a 9 años

El saludo amable y de respeto en la escuela

Sugerencias

Dibujar y pintar imágenes de saludo y despedida y que crear otros en el aula.

Colocar en el aula las imágenes y también pedir permiso a la directora o director para que estén en lugares visibles de la unidad educativa y a la altura de visibilidad de las niñas y niños.

Conversar sobre la importancia de saludar y despedirse amablemente de las personas y qué se siente cuando el saludo es cordial.

Comprometerse junto con la maestra o maestro a saludarse todos los días con cariño.

Averiguar palabras de cariño en idioma originario. Imaginar, inventar y realizar dibujos y pinturas para cada palabra de cariño rescatada en idioma originario y colocalas en las paredes del aula. Aprender esas palabras y comprometerse a utilizarlas en las actividades. La maestra o maestro les recordará si se olvidan.

Evaluación:

Ver si la niña o niño:

Participa en las actividades

Reconoce expresiones de cariño

Formas de expresión del cariño en lenguas originarias

Sugerencias:

Investigar en el entorno cultural inmediato, y si es posible en otros, dichos, canciones o frases utilizadas para dirigirse con cariño a las niñas y niños. La maestra o maestro relatará y dramatizará para las niñas y niños cómo los adultos expresan su cariño hacia las niñas y niños en los diferentes pueblos originarios investigados. La idea es que la maestra o maestros muestre que expresar los sentimientos no es malo. En esta actividad es importante evitar que sea chistoso. Pero se debe lograr poco a poco que las niñas y los niños encuentren natural la expresión de sentimientos, en este de cariño, y que la maestra sea el ejemplo (pedagogía del ejemplo). Y así se abrirá la posibilidad a la expresión de otro tipo de sentimientos).

Evaluación:

Se verá si la niña o niño:

Escuchan atentos la participación de la maestra o maestro.



Canciones o dichos de cariño hacia las niñas y niños

Sugerencias:

Conversar acerca de las expresiones de cariño de las niñas y los niños hacia cada uno de sus familiares más cercanos. Mostrar y verbalizar las expresiones de cariño hacia nuestra familia.

Elaborar dibujos y pintarlos y/o frases de cariño para sus familias. También pueden ser dibujos o símbolos que se haya coloreado en el aula.

Reflexionar acerca del significado de los dibujos, analizar su importancia para la vida personal de cada uno.

Evaluación

Ver si la niña o niño:

Identifica las expresiones del saludo.

Ver el uso de las expresiones de saludo en la vida cotidiana.

El buen trato

Sugerencias:

La maestra o maestro demostrará a las niñas y niños el buen trato que ella o él brinda a sus estudiantes. Puede ser recordándoles cómo los recibe cada día en el aula, cómo los saluda con respeto, las/llos llama por sus nombres, les dice por favor, muchas gracias, les habla con tono amable, etc.

Reflexionar cómo se sienten cuando la maestra o maestro los trata con respeto, con palabras y expresiones amables, y con el tono de voz adecuado.

Organizar una actividad que ayude a reflexionar acerca de la importancia del buen trato entre todas las personas.

En esta actividad subyace los conceptos de autocuidado y autoestima) Esa actividad puede incluir la invención de dibujos de buen trato como complemento a los dibujos de saludo y los dibujos de cariño elaborados en actividades anteriores; de esa manera, las actividades se relacionan entre sí y se van complementando.

Evaluación

Se verá si la niña o niño:

Participa en las actividades

Actúa con buen trato en sus interacciones cotidianas en el aula



Creamos y pintamos dibujos de buen trato

Sugerencias:

Las maestras y maestros de los cursos de primero a cuarto de primaria organizarán actividades conjuntas para que las y los estudiantes difundan y expliquen en la escuela los dibujos de buen trato que se elaboraron (junto a los dibujos de saludo y de cariño). Se puede colocar los dibujos en algunos espacios importantes de la unidad educativa (paredes, puertas) y se puede elaborar dibujos para las propias aulas.

Evaluación

Ver si la niña o niño:
Participa en las actividades
Actúa con buen trato en sus interacciones cotidianas en el aula.

El buen trato en la comunidad educativa

Sugerencias:

Aplicar y recordar permanentemente el buen trato a lo largo de todas las actividades al interior del aula y en actividades con toda la unidad. Servirán de apoyo los dibujos que se elaboraron antes y que fueron colocadas en las paredes del aula y/o de la unidad educativa.

El cariño y buen trato hacia las familias

Sugerencias:

Organizar la entrega de los dibujos de saludo, de cariño y de buen trato elaborados, a las familias, en algunas actividades del aula, de la escuela o de la comunidad.

Evaluación

Ver si la niña o niño:
Aplica prácticas de buen trato en la comunidad educativa
Identifica expresiones de buen trato.



Sugerencias:

Identificar heridas, de golpes y rasguños en la piel. Cada uno buscará si algo le duele en el cuerpo, tomará conciencia de su cuerpo y verá si necesita atención por una pequeña herida.

Con la utilización de materiales adecuados previamente organizados, la maestra o maestro atenderá los casos superficiales de niñas y niños que lo necesiten. Para esto, se habrá informado adecuadamente sobre la utilización de insumos médicos que utilizará (algodón desinfectante, mentisán, pomada analgésica, antimicótica, pañuelos desechables, paños húmedos) Se supone que la unidad educativa cuenta con un botiquín; si no fuera el caso, se debe dinamizar a las autoridades para dotar de este material y se tendría que incorporar al POA)

Reflexionar acerca de la necesidad e importancia de atención a pequeñas heridas que ocasionadas accidentalmente en la piel. Esta reflexión puede derivar en acuerdos para que a lo largo del año se cuiden entre todas y todos y recurran a la maestra o maestro cuando requieran alguna atención.

La actividad debe realizarse con naturalidad, y es oportunidad para recordar que debe evitar alusiones, críticas y burlas entre compañeras y compañeros, recordando los símbolos y compromisos de buen trato pactado en sesiones anteriores.

El propósito de la actividad es generar una vivencia de cuidado, atención y solidaridad. La actividad tiene valor en sí misma y se espera que las niñas y niños vivan la experiencia de mirar su propio cuerpo como digno de atención y cuidado. Este resultado dependerá de la actitud de la maestra o maestro. Se tendrá especial cuidado en la forma de atención que realicen los profesores (varones) a las niñas y los niños.

Evaluación

Ver si la niña o niño muestra:

Actitudes de respeto y cuidado del cuerpo en base a saberes y conocimientos de atención de necesidades elementales cotidianas.

Autoestima fortalecida y expresada en el autocuidado de su cuerpo y el cuidado de unos a otros en la vida cotidiana en la comunidad educativa.



Identificación y primera contención del maltrato por negligencia

Sugerencias:

Como parte de la actividad de cuidado del cuerpo, las maestras y los maestros realizarán curaciones a pequeñas heridas; se observará los casos delicados identificados y deberán ser derivados discretamente a la dirección de la unidad educativa para buscar la atención por parte de la familia. Los signos de alarma pueden ser:

- Heridas importantes no curadas o no atendidas;
- Si la niña o niño indica que nadie lo cuida.
- Si es muy pasivo, poco comunicativo o, por el contrario agresivo o rabioso.

La reflexión acerca de la necesidad e importancia de atención a pequeñas heridas ocasionadas accidentalmente en la piel; también puede derivar en acuerdos para que a lo largo del año, se cuiden entre todas y todos y recurran a la maestra o maestro si requieren alguna atención.

Evaluación

Prácticas de consejería a padres y madres de familia para incentivar actitudes de respeto a las niñas y niños. Fortalecimiento de actitudes de respeto a la integridad de las niñas y los niños en la familia y la comunidad.

Cuidándonos de accidentes en la calle de la Unidad Educativa

Sugerencias:

Con la participación de las familias de las niñas y niños reflexionar acerca de las situaciones de peligro del barrio que circunda a la escuela y que pueden ocasionar caídas, rasquillos u otro tipo de accidentes.

Esta actividad debe ser articulada a las acciones de mejoras de las condiciones del entorno de la unidad en el marco del Proyecto Socio-Productivo de la unidad educativa. Además debe ser planificada en conjunto entre maestras y maestros de primero a cuarto año de primaria.

Se deberá incorporar a la familia y a la comunidad en el proceso permanente de aprendizaje del cuidado del cuerpo y desarrollo de la autoestima, tanto para apoyar y fortalecer las condiciones de niñas y niños como para fortalecer la autoestima de los adultos madres y padres.

A partir de la información acerca de la situación del entorno físico de la escuela, elaborar avisos (afiches) que alerten acerca del peligro para que niñas y niños tomen precauciones y sepan cómo cuidarse.

Evaluación

Las prácticas de cuidado a las niñas y niños de la unidad educativa mediante la difusión y socialización de alertas y estrategias, de acuerdo a las características de las situaciones potencialmente peligrosas.

Los peligros identificados y las estrategias de cuidado socializadas en la comunidad educativa

Cuidado de la piel de los rayos ultravioletas

Sugerencias:

Generar acciones en el aula y/o en la unidad educativa para la protección de los rayos del sol. Reflexionar acerca del cuidado que favorece a la salud para prevenir de consecuencias graves. Ejecutar las acciones generadas en el marco del PSP analizando los posibles resultados.

Autocuidado: Lavado de manos

Sugerencias:

En el marco de las acciones de cuidado del cuerpo y prevención de enfermedades, la unidad educativa debe articular acciones de lavado de manos como rutina. Es necesario hacer hincapié en que sea cuidadoso para mantener su salud y, por ende, la de toda la comunidad.

Si es posible se puede dinamizar a madres y padres para dotar de crema humectante para uso comunitario en el aula y así complementar el cuidado de la piel en las horas cuando niñas y niños están en la escuela.

No hay que olvidar el cuidado y limpieza de las uñas, la nariz y los oídos.

Evaluación

La unidad educativa está obligada a implementar acciones para el lavado de manos.

Cuidados especiales de acuerdo a contexto

Sugerencias:

Asociado al lavado de manos debe estar el aseo de las uñas. En rigor, es una rutina propia de la vida personal y familiar; así que, cuando se considere necesario y en las circunstancias propicias, se recordará a las familias de esta importancia de lavado para las niñas y niños. Al igual que a limpieza de la nariz y los oídos.

De acuerdo con las necesidades específicas del contexto, se organizará el cuidado requerido por niñas y niños que sean posibles realizar en la escuela. Por ejemplo, crema antimicótica; crema antiséptica para sarnas y otros males que aquejan por el clima o circunstancias específicas del contexto, pero que es posible realizarlos en la escuela como parte de la rutina.

Evaluación

La unidad educativa implementará acciones para el cuidado de la salud de la comunidad educativa.



Sugerencias:

Todas las acciones anteriores deben ser implementadas poco a poco, de manera vivencial y práctica y no solamente como actividades ocasionales, sino integradas a la gestión misma de las actividades de aprendizaje apoyadas por la gestión institucional y pueden ser reforzadas con dinámicas de valoración del cuerpo. Un ejemplo es el “Cuento del Tesoro”

“Había una vez un niño llamado Luciano que anhelaba tener muchas cosas y soñaba encontrar un tesoro. Un día, ve un sapo. Luciano se acerca y lo saluda con respeto; el sapo le dice: eres bueno, sé que anhelas encontrar un tesoro, toma este mapa que te llevará a encontrar un tesoro.

Luciano sigue las indicaciones del mapa y llega a una laguna y ve su imagen reflejada en el agua, decepcionado dice: “aquí no hay nada, el sapo me mintió”, de repente escucha la voz del sol que le dice: “fíjate bien, ¿qué es lo que ves?”, Luciano responde: “solo a mí, es mi cuerpo, pero vine por un tesoro.”. –El sol le responde: “ahí está el tesoro. TÚ eres el tesoro”⁶.

El cuento debe ser adaptado por la maestra o maestro al contexto, rescatando su sentido. Puede realizarse dramatizaciones y se debe generar una reflexión y acciones como abrazarse a sí mismos, abrazarse de dos en dos, felicitarse, aplaudirse, etc. etc.

Una variación con niñas y niños más grandes es mostrar a cada niña y niño una caja con un espejo adentro indicándoles que verán en la caja un gran tesoro, y luego motivar al dialogo sobre la idea de que cada una y uno es un tesoro único irrepetible.

Es fundamental que en todas esas acciones es la maestra o maestro practique consigo mismo; en algunos casos antes que con las niñas y niños, como un participante más, que siente, que tiene necesidades y que se quiere así misma/o. Así se aplica la pedagogía del ejemplo y la pedagogía de la ternura. Se hace patente que estas actividades son de formación en valores y ante todo vivencias auténticas de la maestra o maestro y de las niñas y niños. No son tareas que se debe cumplir por cumplir, no se trata de participar adecuadamente en la tarea, se trata de tener un efecto de largo plazo en la formación de la niñez.

Evaluación

Prácticas de cuidado de la salud de niñas y niños de la unidad educativa utilizando estrategias acordes con las necesidades del contexto. Estrategias de cuidado de la salud aplicadas en la comunidad educativa de acuerdo al contexto.

Sugerencias:

En este proceso, que gradualmente aumenta de intensidad en la formación en valores, como la autoestima de las niñas y los niños, que incide en su formación integral; sobre la base de las experiencias anteriores abordará aspectos cada vez más profundos, en este caso referidos a la expresión y conciencia corporal.

Una de las maneras más serias de desarrollar la expresión y conciencia corporal es el juego. El cuerpo es para las niñas y los niños el punto de referencia para su orientación en el espacio y para situarse en el mundo físico - cultural y también socialmente. No hay que olvidar que el desarrollo motor es la base de la maduración del sistema nervioso y, por ende, los procesos intelectuales y socio-afectivos.

Es importante realizar diversos juegos al aire libre y en diferentes espacios apropiados. Durante la práctica se buscará que participen todas las niñas y todos los niños, pero dicha participación no necesariamente será de la misma manera; se debe respetar los intereses de cada niño y niña y sus habilidades y destrezas. Se debe identificar las características de cada niño y niña e invitarlo a participar en los juegos en función de esa información. La planificación de los juegos tomará en cuenta la diversidad de intereses. En ese marco será posible ofrecer las oportunidades de expresión para cada niño y cada niña. La expresión no es sinónimo de participación y obediencia en las actividades; lo ideal es que la niña y el niño se sienta libre de expresar con su cuerpo sus emociones, sentimientos e ideas, ese tipo de expresión es liberadora y formadora del espíritu descolonizado.

En los juegos se tendrá cuidado en no exigir la participación masiva acrítica y obligada de las niñas y niños, ya que esa situación coarta la creatividad y no permite el desarrollo de la autoestima.

Evaluación

Ver si la niña o niño:

Participa en las actividades.

Utiliza su cuerpo libremente en los juegos.



Conciencia del cuidado del cuerpo. Expresión corporal

Sugerencias:

Las actividades ya sugeridas en esta guía tienen o deberían tener como fondo contextual situaciones de juego.

La maestra o maestro organizará sesiones de juegos considerando los siguientes criterios metodológicos:

- Así como el estudio no es un castigo, el juego no es un premio ni es un descanso, no es una actividad extracurricular. El juego es una de las actividades curriculares más importantes; por tanto hay que cuidar su planificación y tiempo destinado.
- Una actividad curricular no implica que debe perder su esencia lúdica, humana y auténtica; no se debe formalizar el juego ni convertirlo en una tarea.
- Recordar el buen trato y otras reglas pertinentes es una condición necesaria en el desarrollo de los juegos.

Hay gran variedad de juegos para diferentes propósitos específicos de formación y para diversas edades. Así se tiene juegos para reconocimiento de partes del cuerpo; equilibrio, lateralidad; expresión gestual; movimiento de partes del cuerpo; movimiento de todo el cuerpo; coordinación; percepción de cada uno de los sentidos; ritmo; control respiratorio; relajación; funciones de las partes del cuerpo; control y ajuste corporal; percepción táctil; memoria táctil; orientación espacial; creatividad; cálculo mental; ocupación espacial; tiempo de reacción (atención, concentración); de animación, desarrollo de la expresión y lenguaje oral.

Evaluación

Prácticas lúdicas en el desarrollo de las actividades curriculares cotidianas.

Niñas y niños fortalecen su integración sensorial como base para su desarrollo motriz – cognitivo

La relación con la madre tierra

Sugerencias:

Rescatar la variedad de juegos tradicionales del contexto cultural que integran la estimulación de varios aspectos a la vez como, por ejemplo, la tunk'una en cualquiera de sus versiones, estimula el equilibrio, la concentración, la atención, lateralidad, movimiento de todo el cuerpo, coordinación. En el caso de los juegos simbólicos, los elementos de naturaleza sirven como apoyo y deben ser altamente fomentado.

Coordinar y complementar estas planificaciones con la maestra o maestro de educación física y de educación musical.

Evaluación

Prácticas lúdicas con identidad cultural en el desarrollo de las actividades curriculares cotidianas.

Niñas y niños fortalecerán su integración sensorial como base para su desarrollo motriz – cognitivo con identidad cultural.



Sugerencias:

Realizar actividades rutinarias y dinámicas donde las niñas y los niños se demuestren así mismos que todas y todos tienen capacidades específicas. No todos pueden y saben hacer lo mismo y en ello radica su valor. Por ejemplo, se les puede pedir que cada una y uno realice en privado una lista de las cosas que sabe hacer por lo menos un poquito. Motivar a que todos hagan su lista. Posteriormente, reflexionar acerca de si fue fácil o difícil hacer la lista, porqué, y la importancia de reconocer las fortalezas.

Otro ejemplo es que se les pida que completen la siguiente frase:

“Soy (dicen su nombre), y me siento orgullosa (orgullosa) de:” “ (escriben en una ficha una habilidad, por ejemplo: bailar, contar de dos en dos, cantar, dibujar, manejar bicicleta, ayudar a mi abuelo a caminar, jugar boli, jugar futbol, etc. etc.). Hacer que escriban en una ficha o pedazo de papel cada habilidad que quieran al tiempo que digan su nombre.

Cuando todas y todos han escrito las palabras, se les pide que completen la siguiente frase:

“Soy (su nombre) y todavía no me sale bien” (escriben en cada ficha)(bailar, sumar, tocar la quena, todo aquello que piensan que todavía no saben hacer) por eso seguiré intentando.”
Luego con las fichas de cada niña y niño se hace un paquetito y se lo guarda. Se explica que cada uno tiene diferentes habilidades y las aprende de manera diferente y en diferentes momentos, cada día se aprende algo y seguirán aprendiendo muchas cosas por el resto de su vida.

Otro ejemplo:

“El entierro de frases negativas”. La maestra o maestro comenta que se suele utilizar frases negativas; a veces las decimos, pero otras veces aunque no las decimos, las pensamos y sentimos, ideas y sentimientos como: “me sale mal”, “no puedo”, “nadie me escucha”, “soy mala” “todos me critican”, etc. Se pide que recuerden esas frases que se dicen a sí mismas y a sí mismos o a otros y si pueden escriben cada frase en papel, o la maestra o maestro escribe las frases que las niñas y niños indican. Luego analizará si esas ideas y sentimientos son falsos y cómo afectan al ánimo cuando se cree que encierran una verdad y que esas ideas pueden gobernar la vida y hacen daño. Por ello, esas frases serán enterradas, quemadas o simplemente tiradas a la basura. No hay que olvidar que la maestra o maestro también debe participar con sus propias frases.

Este tipo de actividades deben matizar el trabajo en aula a lo largo de todo el año escolar. Para ello las maestras y maestros deberán producir un menú de dinámicas que las utilizarán de acuerdo con la oportunidad.

Evaluación

Ver si la niña o niño:

Participa en prácticas de estrategias lúdicas adecuadas para desarrollar un autoconcepto positivo de niñas y niños de la unidad educativa.

Analizar si tiene un autoconcepto fortalecido, que se plasme en la participación productiva en las diversas actividades del aula y la comunidad educativa.



Las partes del cuerpo. Utilización de un vocabulario apropiado para referirse a las distintas partes del cuerpo

Sugerencias:

Sobre la base del estado de sensibilidad y ambiente comunitario ya logrado, la maestra o maestro realiza actividades lúdicas específicas de reconocimiento del cuerpo con las niñas y los niños.

Se elige alguna técnica mediante la cual las niñas y los niños identifiquen las partes de su cuerpo con los nombres correctos. Deben recordar de manera explícita los acuerdos de buen trato y respeto entre todas y todos, siempre haciendo referencia a los símbolos creados y difundidos en anteriores actividades.

También es ocasión para enriquecer los símbolos de respeto y buen trato quizás inventando otros nuevos que sean necesarios con relación al respeto al cuerpo.

La hipótesis que sostiene esta actividad es que las niñas y los niños entraron en un ritmo y rutinas de cuidado de sí mismos (cuidados de la piel, curación de rasmilladuras, cuidado de los rayos ultravioleta, lavado de manos, juegos con uso del cuerpo, etc.); están en proceso de sensibilizarse para ver con naturalidad el cuerpo entero sin esconder las partes genitales. Sin embargo, se debe prever que posiblemente esta actividad generará incomodidad en las niñas y niños, por lo que se la debe preparar con cuidado.

Un ejemplo de actividad es el dibujo y el armado de rompecabezas:

En grupos de niñas y grupos de niños deben dibujar la silueta de niña y niño en papelógrafo colocando los nombres de las partes del cuerpo, incluyendo los genitales. La consigna de la actividad sería: “Vamos a dibujar el cuerpo de una niña y de un niño tomando en cuenta que ambos están sin ropa; debemos dibujar todas las partes que se ven”. Se debe hacer énfasis en que la ropa no es parte del cuerpo y que hay órganos internos que no se ven a simple vista y otros que sí.

El propósito es nombrar con las palabras correctas las partes del cuerpo y aclarar que todos somos iguales como seres humanos, pero hay una diferencia de sexo.

Se puede complementar con un juego de rompecabezas:

Armar rompecabezas del cuerpo humano de niño y de niña, gracias al mencionarán las partes del cuerpo y su importancia, incluyendo los genitales. Algunas preguntas orientadoras son: ¿qué importancia tienen los ojos?; ¿cómo cuidamos los ojos? y así con las diferentes partes. También se planteará ¿qué partes son diferentes entre una niña y un niño? En la reflexión se resalta el valor del cuerpo y la importancia de su cuidado mediante el aseo y la buena alimentación.

La maestra o maestro desarrollará la actividad de las partes del cuerpo recordando a las niñas y niños que el cuerpo humano es algo natural y no algo para avergonzarse.

Evaluación

Ver si el niño o niña denomina las partes del cuerpo con nombres correctos.

Sugerencias:

Esta actividad sirve también para diagnosticar la percepción y actitudes de niñas y niños respecto a las partes genitales. Si alguna niña o algún niño presenta algún signo emocional que llama la atención puede ser pauta de que algo le pasa respecto a sus órganos genitales, ya que el reconocimiento de estas partes puede recordar alguna vivencia negativa frente a las cuales la maestra o maestro deberá actuar con discreción y cautela.

Algunos signos de alerta que es necesario identificar en la niña o niño durante esta actividad y/o por su comportamiento en la escuela son:

- Miedo
- Extrema vergüenza o sentimiento de culpa
- Nerviosismo.
- Comentarios morbosos, más información sobre el tema
- Depresión, desconfianza
- Dolor de cabeza, sentirse enfermo
- Llanto, huida

Para apoyar al reconocimiento y aceptación del cuerpo en su integralidad por parte de las niñas y niños el proceso será permanente; no se logra los objetivos con la realización de una actividad una sola vez. Por ello, es muy útil la estrategia de desarrollar gradualmente la intensidad y profundidad en el tratamiento del tema a lo largo del año escolar.

Otro elemento que se debe trabajar es la comprensión de que siendo personas iguales son a la vez diferentes y únicas.
- Reconocer a las personas como integradas al resto de la naturaleza, a la tierra, a los animales, a las plantas. Para eso también se debe buscar y trabajar con cuentos y leyendas de las culturas indígenas originarias y afro-bolivianas.

Evaluación

Prácticas de prevención de la violencia sexual contra niñas y niños realizando la identificación de signos de alarma durante determinadas actividades.



El respeto en la familia. Los deberes de la familia. Los derechos de hombres y mujeres. Los derechos de adultos y niñas y niños

Sugerencias:

Actividades para el reconocimiento de la familia como entorno primordial e inmediato que proporciona el ambiente emocional, moral, cultural y físico a las niñas y los niños.

Realizar un registro de las prácticas de las familias del contexto respecto al cuidado de sus hijas e hijos e incorporar los criterios y prácticas posibles al aula para acercar las prácticas escolares a las prácticas familiares.

Enriquecer los símbolos de respeto a la familia que se elaboraron en actividades anteriores. Una vez que se cuente con nuevos afiches o carteles, realizar la actividad con las familias para la entrega de esos afiches y/o carteles de respeto en la familia. Si no es posible la participación de las familias, las niñas y niños pueden llevar los trabajos a su casa.

Ampliar la reflexión del tema de la familia con los deberes y derechos de todos los miembros. Abordar el respeto a los adultos mayores, a las madres, a los padres, a hermanas y a hermanos.

Motivar con la elaboración de mensajes, dibujos, volantes, etc.

Tratar de manera específica el derecho a la equidad entre hombres y mujeres mediante el análisis de los roles que desempeñan las mujeres y los hombres en las familias. Hacer comparaciones de lo que hacen las mujeres de la familia en una semana o en un día y con lo que hacen los hombres en la familia.

Reflexionar sobre los valores de complementariedad en las actividades que realizan en la familia y las relaciones de equidad e inequidad.

Evaluación

Práctica de derechos en escenarios familiares, escolares y comunitarios con recursos comunicacionales diversos.

Seguimiento de retos y logros individuales

Sugerencias:

Cada niña y niño escribirá los logros obtenidos en relación con alguna actividad de educación física o educación musical realizada en el aula o la unidad educativa. Cuidar que en el grupo sean reconocidos esos logros y ver que todas las niñas y niños anoten alguno. No es necesario analizar si los logros son más o menos grandes, lo importante de esta actividad es que se distingan, acepten y valoren las diferencias y que no se comparen entre niñas y niños.

Asimismo, se pedirá que escriban los retos que se plantean poniendo un tiempo determinado y en relación con las acciones programadas en el aula o la unidad educativa. Es fundamental que sean retos posibles de cumplir.

Evaluación

Ver el planteamiento de retos y desafíos viables de cada niña y niño en el desarrollo curricular.

Sugerencias:

Reflexión sobre las palabras “respeto” y “privado”. Recordar que ya se han realizado afiches o símbolos de respeto. Se recordará qué significa respeto. Es importante motivar la participación individual de las niñas y niños y alentarlas/os con cariño y respeto a se expresen (no siempre todas y todos; algunas veces unos, otras veces otros) (evitar que las niñas y niños repitan en coro lo mismo).

Se puede usar algún relato, cuento, leyenda, etc. para recordar este término. Reflexionar sobre la palabra “privado”. ¿A qué se refiere “privado”? ¿Ustedes tiene cosas privadas? (como el cepillo de dientes, la ropa interior).

¿Cómo se practica el respeto en la escuela? ¿Cuáles son nuestras reglas de respeto? Por ejemplo:

- No se toca las cosas que no nos pertenecen sin pedir permiso.
- No se entra al baño si está ocupado.

Todas las personas tienen cosas privadas que hay que respetar; se aclara la idea mediante ejemplos de cosas privadas que se cuidan y respetan. Se debe resaltar que las cosas privadas solamente pueden tocar las personas en quienes se confía y se sabe que respetan. Se aclara que entre esas cosas privadas que se respeta está el cuerpo y las partes íntimas. Solamente se debe permitir que las toquen cuando alguien nos ayuda en el baño y será la persona que nos cuida; la doctora o doctor cuando nos atiende delante de la persona que nos cuida o la mamá o papá.

Recalcar que: “si alguien nos mira o nos toca de una manera que nos hace sentir incómodas o incómodos, avergonzados o culpables quiere decir que no es persona confiable, no nos respeta y debemos evitar estar cerca de ella o de él”. Recordarles: “Tu cuerpo es tuyo ahora y siempre y de nadie más”

Evaluación

Uso del concepto “privado” en situaciones de respeto a la individualidad de niñas y niños como forma de prevención de la violencia sexual contra niñas y niños.



**La importancia de los sentimientos. Interpretar expresiones del rostro.
Controlar y expresar lo que se siente**

Sugerencias:

Las características emocionales de las personas son también aprendidas y pueden ser abordadas como parte de la salud integral y para la convivencia armónica en la familia y la comunidad. Este enfoque es un contenido curricular. Una actividad importante y que debe ser cotidiana a lo largo del año es la relajación mediante el aprendizaje de la respiración. Por ejemplo, se les indica que el león y la hormiga respiran diferente. El león es grande y respira rápido y fuerte y la hormiga es pequeña y respira lento y despacio. La respiración adecuada para las niñas y los niños es despacio y lenta como la hormiga, porque son pequeñas y pequeños.

Es útil ayudar a aprender a respirar por la nariz y por la boca simulando que cada uno es un globo. Abrir y levantar los brazos cuando el globo se infla y bajar y cerrarlos cuando se desinfla. Esta actividad puede ser acompañada por ejercicios de relajación, a realizarse acostados en el piso y con las indicaciones de la maestra o maestro.

Estas actividades y momentos de relajación deben acompañarse con ingesta de agua pura. La unidad educativa debe dotar de botellones de agua a las aulas. Esto puede ser incluido en el POA y/o en el Proyecto Socio Productivo. El agua pura, sin endulzantes ni colorantes, es el elemento primordial para la conservación de la salud emocional y física. Reconocimiento de las emociones: amor, enojo, tristeza, alegría, sorpresa, miedo.

Mediante un cuento demostrar la variedad de emociones que sienten las personas o personajes y analizar cómo expresan estos sentimientos. La reflexión puede orientarse con las siguientes preguntas: ¿qué sentía el personaje X? ¿Por qué se sentía así? ¿Alguna vez nosotras y nosotros nos sentimos de esa manera? ¿Cuáles son las consecuencias si no controlamos los malos sentimientos?

Otra forma puede ser mostrando tarjetas con diferentes expresiones: amor, enojo, tristeza, alegría, sorpresa, miedo; se debe conversar sobre la naturalidad de esos sentimientos y la importancia de saber reconocer cuándo nos sentimos así y poder expresarlos de manera que no nos dañe ni a otras personas.

Evaluación

Compresión de las emociones como una dimensión del ser humano.

Prevención de la violencia sexual “Caricias lindas y caricias feas”

Sugerencias:

Actividad para reforzar la idea de la privacidad del cuerpo y de las partes íntimas que se trabajó antes. Reflexionar acerca de las buenas caricias y malas caricias. Es muy importante cuidar el lenguaje, el tono y las circunstancias cuando se habla a las niñas y niños de este tema. Para ello aquí se plantean sugerencias concretas.

Se puede reflexionar en los siguientes términos: primero recordar todo lo trabajado sobre el respeto y la privacidad y luego plantear el tema: “Los buenos mimos, los buenos abrazos, los buenos besos y las buenas caricias nos hacen sentir muy bien. Pueden ser de nuestra madre, padre y personas que sabemos que nos quieren bien. Pero pueden haber también malos mimos, malos abrazos, malos besos, y malas caricias, son muy feos; nos hace sentir muy mal, muy tristes.” “Son distintos, unos buenos y otros malos”.

“Las personas que te hacen los malos mimos pueden decir que es un juego, que es un secreto y que no cuentes a nadie, pero sabemos que los secretos tienen que ser de cosas buenas, no de cosas malas.”

Dar ejemplos de secretos buenos por ejemplo la sorpresa que se da a alguien con un regalo.

“Las personas que te hacen esos mimos malos, te amenazan y te avergüenzan y te hacen sentir culpable, son personas malas”.

La maestra o maestro indicará a las niñas y niños que si algo así les pasa deben ser muy fuertes y decir no y pedir ayuda.

Evaluación

Reconoce las señales de situaciones de peligro de violencia sexual contra niñas y niños.

Prevención del maltrato infantil

Sugerencias:

Realizar actividades para reflexionar sobre las buenas caricias y el amor que todas las personas necesitan como si fuera un alimento para crecer y para vivir. Se trata de actividades vivenciales (dinámica) donde la maestra o maestro, junto a las niñas y niños, expresen de manera auténtica sus sentimientos. La reflexión puede concluir con abrazos que se den unos a otros y se comprometan a tratarse bien en el aula y en la escuela.

La maestra o maestro debe estar atento para ver si este tipo de actividad reaviva malas experiencias de alguna niña o niño. Inmediatamente deberá orientar la dinámica a alguna actividad alegre indicando que si bien ahora puede haber malos tratos “nosotras y nosotros podemos cambiar esa situación tratándonos bien”.

Igual que al tratar el tema de las partes del cuerpo, donde se puede detectar signos de violencia sexual, al abordar este tema puede detectarse signos de maltrato infantil, ya que este tipo de actividades son fuertes para la sensibilidad de la niña o niño y la maestra o maestro deberá estar preparada o preparado para realizar la contención oportuna. Las señales de maltrato infantil pueden ser:

- Heridas no curadas (que posiblemente ya se detectó en la actividad de curación de rasmilladuras)
- Apariencia descuidada.
- Apariencia extremadamente cuidada y que la niña o niño no quiera “ensuciarse la ropa”.
- Conducta frecuentemente agresiva o negativa mediante la cual pide atención.
- Conducta pasiva, retraída.
- Madre, padre, familia que no participa ni asiste a la escuela. Familia aislada.



Evaluación

Ver si la niña o niño reconoce signos de maltrato infantil.

Prevención del maltrato infantil

Sugerencias:

Realizar actividades para reflexionar sobre las buenas caricias y el amor que todas las personas necesitan como si fuera un alimento para crecer y para vivir. Se trata de actividades vivenciales (dinámica) donde la maestra o maestro, junto a las niñas y niños, expresen de manera auténtica sus sentimientos. La reflexión puede concluir con abrazos que se den unos a otros y se comprometan a tratarse bien en el aula y en la escuela.

La maestra o maestro debe estar atento para ver si este tipo de actividad reaviva malas experiencias de alguna niña o niño. Inmediatamente deberá orientar la dinámica a alguna actividad alegre indicando que si bien ahora puede haber malos tratos “nosotras y nosotros podemos cambiar esa situación tratándonos bien”.

Igual que al tratar el tema de las partes del cuerpo, donde se puede detectar signos de violencia sexual, al abordar este tema puede detectarse signos de maltrato infantil, ya que este tipo de actividades son fuertes para la sensibilidad de la niña o niño y la maestra o maestro deberá estar preparada o preparado para realizar la contención oportuna.

Las señales de maltrato infantil pueden ser:

- Heridas no curadas (que posiblemente ya se detectó en la actividad de curación de rasmilladuras)
- Apariencia descuidada.
- Apariencia extremadamente cuidada y que la niña o niño no quiera “ensuciarse la ropa”.
- Conducta frecuentemente agresiva o negativa mediante la cual pide atención.
- Conducta pasiva, retraída.
- Madre, padre, familia que no participa ni asiste a la escuela. Familia aislada.

Evaluación

Ver si la niña o niño reconoce signos de maltrato infantil.

Sugerencias para maestras y maestros de niñas y niños de 10 a 13 años

Comunidades inclusivas e igualitarias

Sugerencias:

Equidad de género. Hay que transformar el lenguaje mediante el análisis de frases o dichos como:

- “Mujer al volante peligro andante”
- “Los hombrecitos no lloran”
- “Mujer tenías que ser”

Cada una de estas frases contienen mensajes sexistas, que afecta negativamente a las habilidades y capacidades de las personas, pues llorar o manejar un auto es un derecho que toda persona tiene y puede realizar independientemente de su sexo. Se elaborará una lista de ejemplos de lenguaje, palabras y frases que se utilizan solamente en sentido masculino y se cambiará el sentido para que pueda adecuarse a ambos sexos, con un lenguaje inclusivo.

Se dará una explicación de la conceptualización de sexismo y cómo se manifiesta en el uso del lenguaje. Se analizará entre todos/as el mensaje sexista y discriminador que puede existir en estas frases y cómo pueden afectar a las personas. Se recalcará la importancia de utilizar un lenguaje inclusivo, afirmando que este contribuye a la no discriminación.

Roles de género. Es imprescindible construir comunidades más justas y equitativas. Durante tres días se observará las labores que se realizan en casa y quién las realiza. Se puede usar esta ficha para anotar la información:

Actividades	Tu padre	Tu madre	Hermano/a	Tú

En el aula se dividirá en grupos y se compartirá resultados. Se expondrá los elementos que conforman históricamente la división sexual del trabajo y se profundizará los aspectos de trayectoria de la construcción social de género y su incidencia en la vida de las personas. Se reflexionará acerca de la importancia de compartir las labores, como forma de construir comunidades más justas y equitativas.

Se reforzará la idea de que mujeres y hombres tienen las mismas responsabilidades y oportunidades dentro y fuera del hogar.

Evaluación

Uso del lenguaje incluyente, libre de prejuicios, capacidad de escribir con enfoque de género. Valoración y reconocimiento de las capacidades de las personas sin distinción alguna.



Los valores y principios que promueven la convivencia pacífica, la prevención del maltrato y la violencia sexual en nuestra comunidad

Sugerencias:

Construcción de valores. Hay que reafirmar los valores y principios de la vida. Divididos en grupos se responderá ¿qué son los valores? Luego escribirán los valores que practican y mencionarán por qué son importantes en la vida de las personas, la forma en que se adoptan y cómo pueden mantenerse y no ser corrompidos. Se conversará sobre los valores positivos de la comunidad o la región y sobre valores como la igualdad, la no discriminación y la no violencia, como fundamentales para convivir de manera pacífica.

Evaluación

Establece valores y principios que previenen el maltrato y la violencia sexual.

Construyendo el proyecto de vida: Experiencias, logros y obstáculos

Sugerencias:

Decido cómo me defino. Se buscará que aprendan a tomar decisiones, sentados en un círculo se contará la historia de “Los gemelos” (ver anexos: cuento “Los gemelos”) de la forma más interactiva posible. Luego se preguntará ¿por qué se enojó el primer gemelo? ¿Qué hizo que estuviera feliz el segundo gemelo?

Se reflexionará sobre cómo las creencias influyen en el modo de percibir la realidad. Y se hará notar que puede pasar lo mismo cuando las creencias sobre una/o mismo/a pueden influir en las decisiones. Se mencionará qué tipo de creencias pueden incidir en la toma de decisiones, sus consecuencias y cómo afectan en los sentimientos; qué cosas pueden cambiar al respecto a las actitudes y pensamientos y por qué.

Evaluación

Experiencias de vida como ejemplo y lecciones aprendidas.



Sugerencias:

Valorando el cuerpo. Analizar la importancia de cuidarse y aceptarse tal como uno es: único. Por grupos, se identificará cuáles son los principales cambios que experimentan las mujeres en la adolescencia y cuáles son los que dan en los hombres. Mediante dibujos de siluetas de mujeres y hombres se designará los nombres de las partes del cuerpo y se buscará respuestas a ¿Cómo nos sentimos con los cambios? ¿Qué cambios sociales consideramos notorios en nuestra vida actual en comparación a años anteriores? (Relación con los padres, gustos, música, amigos, intereses).

Se buscará material visual que ayude a explicar claramente los cambios físicos y emocionales y a comprender que todas las personas atraviesan por esta experiencia en la adolescencia; hay que reforzar la idea de valorar el carácter único de cada ser humano y saber que no nos hace mejores, ni peores; y, por lo tanto, la diversidad es propia de las personas. Se explicará además la importancia de desarrollar la capacidad de empatía con las otras personas, de respetarlas tal cual son.

Entre todos/as se identificará la importancia de cuidar el cuerpo: los hábitos alimenticios, las bebidas que se consumen porque mediante el cuerpo la persona se relaciona y se realizan actividades como estudiar, hacer deporte, etc. Se reforzará la importancia de construir la propia personalidad, las decisiones que se toman, y la manera cómo se actúa también tiene que ser cuidada.

Autoestima. Hay que inculcar el aprecio en uno mismo. Escribirán mensajes positivos acerca de las cualidades que tiene cada grupo de compañeros y compañeras de curso; luego de manera individual se escribirá en una hoja alguna de las cualidades personales; se las colocará en las paredes del aula y, si es posible, se usará los celulares para sacar fotos a los mensajes para luego compartirlos entre todos/as.

Se reflexionará sobre la importancia de construir la autoestima a diario y se resaltarán los elementos mediante los cuales se puede fortalecer la autoestima, como las habilidades y capacidades personales. Se propondrán otras formas de construir positivamente la autoestima y se reiterará que todas y todos somos diversos en capacidades y que es eso lo que nos enriquece como personas y como grupo. Se realizarán actividades con las habilidades y talentos identificados y entre todos/as se planificarán nuevas actividades.

Nociones de sexualidad. En actividades para conocer mejor la propia sexualidad se utilizarán cartulinas, tijeras, pegamento, recortes de revistas y periódicos; en grupos construirán un collage que exprese el concepto de sexualidad y los aspectos con los que se relacionan. Se enfatizará en que deben ser lo más creativos que puedan. Cada grupo explicará el trabajo a los demás.

Se aclarará las formas como se manifiesta la sexualidad de las personas y se reflexionará sobre el significado real de la sexualidad, aclarando que no se reduce solamente a las relaciones sexuales.

Se planteará un diálogo sobre el tema, sobre lo que se piensa y siente al hablar de la sexualidad; se indagará si es un tema que se habla o no con los padres y madres y se buscará el por qué.

Se reforzará la importancia de la educación para la sexualidad porque no debe ser un tema tabú, ya que informarse y dialogar sobre el tema pueden ayudar a tomar decisiones satisfactorias para la vida.

Evaluación

Se verá la valoración, aceptación, respeto y amor hacia el propio cuerpo, fortaleciendo la salud integral comunitaria. Nociones claras sobre la sexualidad.



Las primeras relaciones de pareja, el amor romántico y los enamoramientos violentos.

Sugerencias:

Enamoramiento. Se formará un círculo y se distribuirá una hoja de papel de color diferente para mujeres y para hombres. Se pedirá que escriban cómo se imaginan a la pareja ideal; podrán resaltar cualquier aspecto (físico, cualidades, formas de ser, formas de relacionarse...). Se aclarará que será anónimo, que nadie sabrá a quién se refiere la descripción. Una vez escrito hará una bola con el papel y se la lanzará al centro del grupo, en el suelo. Después todos recogerán una de bola, que no sea la suya. Se leerá el contenido en voz alta tratando de adivinar si la escribió un chico o una chica; no debe señalarse a nadie en especial, solamente se determinará si es hombre o mujer.

Se reflexionará sobre la visión de pareja, los mitos sobre ella y sobre el amor. Si se diera el caso se rescatará los estereotipos que puedan manifestarse y se los analizará.

Se abrirá el diálogo en torno a ¿qué características tienen las parejas ideales de las chicas y de los chicos? ¿hay aspectos comunes? ¿cuáles son las diferencias? Se concluirá con una reflexión sobre las relaciones de pareja que se construyen bajo principios de igualdad, respeto, confianza y comunicación y se profundizará en el significado de estos principios.

Evaluación

Prevención de los enamoramientos violentos.

Habilidades para comunicarnos asertivamente: Expresión de sentimientos y pensamientos

Sugerencias:

Comunicación asertiva. Se aprenderá a expresar lo que se piensa y siente. Se utilizará una historia sin final (ver anexos: Comunicación asertiva "Historias sin final"). Se leerá y se planteará dos finales: uno en donde la persona utiliza la violencia y otro donde emplea la asertividad.

Se explicará de qué se compone la comunicación asertiva, cómo puede ayudar a decir lo que se piensa y siente sin ofender, y se buscará las diferencias entre ser activo/a, propositivo/a y pasivo/a y agresivo/a.

Se reflexionará sobre las siguientes preguntas ¿Cuál fue la solución más fácil? ¿La agresiva o la asertiva? ¿Cómo nos sentimos con el ejercicio? ¿Nos sentimos identificados/as? ¿Qué ventajas tiene el uso de la asertividad?

Evaluación

Uso de la comunicación asertiva.
Reconocimiento de las maneras de expresar los sentimientos.



Los tipos de violencia, las causas, las consecuencias y posibles soluciones para prevenir el maltrato y la violencia sexual

Sugerencias:

Mitos y realidades sobre la violencia (ver anexos: Mitos y realidades sobre la violencia). Es necesario informarse adecuadamente sobre la violencia. En el aula se colocará carteles en diferentes lugares que digan “De acuerdo”, “En desacuerdo”, “Indeciso/a”, se leerá afirmaciones respecto de la violencia y se verá si hay acuerdo o no. Según lo que se crea, deberán pararse bajo el cartel al que corresponde su decisión. Se debatirá preguntando por qué están de acuerdo, por qué no y si hubiera indecisos por qué se sienten así. El debate será guiado para evitar que sean agresivos; más bien, se buscará un diálogo enriquecedor.

Se preguntará ¿Cómo se han sentido durante el ejercicio? ¿cambiaron de opinión? Luego se explicará qué son los mitos, por qué son perjudiciales y por qué es necesario conocer la realidad. Se buscará las causas, consecuencias y formas de prevenirla violencia y se reflexionará sobre las situaciones de riesgo y se intercambiará ideas sobre la forma de evitar este tipo de situaciones y se identificará la violencia.

Evaluación

Verificación de saberes y conocimientos demostrados en la comprensión de los temas relacionados sobre la prevención del maltrato y la violencia sexual.



Sugerencias para maestras y maestros de adolescentes de 14 a 18 años

Comunidades inclusivas e igualitarias

Sugerencias:

Proyecto de vida e igualdad de oportunidades. Se pensará en la profesión que les gustaría estudiar después del colegio. Se elaborará una lista de definiciones sobre profesiones y oficios que hay en el municipio y se identificará el nombre de las profesiones a las que corresponden; se leerá las respuestas, se reflexionará sobre las profesiones u oficios que se piensa que son sólo para mujeres o sólo para hombres. Se explicará que es otra forma donde se expresa el sexismo.

Ejemplos:

- a. Persona que construye casas
- b. Persona cuya profesión es defender los derechos de las personas
- c. Persona que tiene por oficio cocinar y aderezar los alimentos.
- d. Persona que cura o ejerce la medicina.
- e. Persona que ayuda a las personas enfermas, especialmente en el hospital.
- f. Persona encargada de apagar incendios y salvar a personas.
- g. Persona que dirige un avión o un automóvil.
- h. Persona que realiza el trabajo de unir dos piezas de metal.

Se abrirá un espacio de reflexión y de consulta sobre lo que les gustaría estudiar después del colegio; se hará notar que ambos sexos pueden desarrollar diferentes profesiones y actividades; se podrá utilizar el cuaderno de trabajo para estudiantes.

Construcción social del género. Todas y todos tienen los mismos derechos y oportunidades. Se narrarán historias sobre décadas pasadas que representen las relaciones de las personas en cada época; por ejemplo, era la relación entre mujeres y un hombre. Se puede iniciar la narrativa en los años sesenta y avanzar a la siguiente década, tomando en cuenta las características hasta llegar a la actualidad. Se identificará los comportamientos sociales de cada época hasta la actualidad. Se reflexionará sobre los cambios, las diferencias y situaciones comunes que existen todavía en cuanto a los roles de mujeres y hombres, si existían situaciones de violencia y si ambos tenían los mismos derechos y oportunidades.

Se pedirá la opinión de lo que se entiende por sexo y género. Se explicará las diferencias biológicas y sociales de ambos conceptos y la construcción social de los géneros y sus cambios en el transcurso del tiempo.

En grupos se dialogará sobre los deberes, actitudes, prohibiciones y expectativas del comportamiento que “deben” tener las personas según su sexo y sobre la creación de estereotipos sociales en cada década. Se buscarán prácticas positivas de hombres y mujeres en comunidades igualitarias y se compartirá voluntariamente las conclusiones y reflexiones.

Evaluación

Escritura y comunicación verbal amable, cordial, incluyente, e igualitaria.

Participación equitativa entre mujeres y hombres en las actividades laborales dentro y fuera del hogar.



Los valores y principios que promueven la convivencia pacífica, la prevención del maltrato y la violencia sexual en nuestra comunidad

Sugerencias:

Valores. Los valores construyen la personalidad. Se escuchará música que les guste y se creará un ambiente de fiesta, donde se escuche y baile. Divididos en grupos, analizarán el contenido y rescatarán los mensajes positivos y negativos de las canciones.

Se profundizará en su significado analizando las palabras, cómo se refieren a las personas y qué tipo de valores hay en ellos, las consecuencias que pueden tener estos mensajes y lo que provocan en la sociedad si utilizan un lenguaje violento o palabras contra la dignidad de las personas; Se indagará lo que piensan al respecto y de qué manera se podría cambiar las frases negativas; cómo lo harían y si creen que mediante la música puede darse mensajes de prevención de la violencia.

Se expondrá la importancia que tienen los valores en la vida de las personas, ya que permiten tomar actitudes positivas para nuestra vida y la de los demás.

Evaluación

Plantear valores y principios escritos.

Buscar textos, canciones y guiones que promuevan la prevención del maltrato y la violencia sexual.

Construyendo el proyecto de vida: Experiencias, logros y obstáculos

Sugerencias:

Toma de decisiones y proyecto de vida. Las decisiones ayudan a construir la vida. Se trabajará con biografías de artistas mujeres y hombres de las diferentes disciplinas artísticas (sugerencias en anexos: (Biografías de artistas plásticos, poetas y músicos). También se puede llevar al aula biografías de artistas que les gustan. Se distribuirá por grupos la biografía de algún artista, se leerá y analizará todos los aspectos personales y de trayectoria de su vida. Se incidirá en lo más relevante de su historia.

Se hará notar cómo las decisiones de estos artistas influyeron en su vida, y cómo cada decisión fue clave para cumplir sus metas. Se analizará y destacará la propuesta artística de los autores y los aspectos relevantes de su vida y trayectoria. Se rescatará los aspectos positivos de perseverancia de esos artistas para el logro de sus objetivos

Se reflexionará sobre el tipo de mensajes que los artistas expresan en sus obras y se indagará si son positivos o negativos; se verá la relación con las experiencias de sus vidas y con los obstáculos y tropiezos por los que tuvieron que pasar.

Proyecto de vida. Se definirá las cosas que me les gustaría hacer. Se determinará cuáles son los pilares de la vida; aquellas cosas a las que se dedica más tiempo porque son importantes. Se dibujará un pilar por cada cosa o aspecto de la vida a la que hay dedicar un tiempo significativo. Terminado el trabajo, harán un círculo grande y expondrán lo realizado.

Se explicará la importancia de tener pilares, de no priorizar solamente a la pareja ni abandonar a las amistades y actividades preferidas, como el deporte, la danza y otras.

Se reflexionará acerca de sostener únicamente el pilar de la pareja, corriendo el riesgo de caer sin tener otros pilares que sirvan de apoyo. Si uno desaparece hay otros de donde sostenerse y desarrollarse. Debe quedar claro que el pilar más importante es uno/a mismo/a.

Se abrirá un debate para conocer las opiniones y se preguntará ¿habíamos pensado antes en esto? ¿cómo aportan los pilares a nuestra vida? Como conclusión, se incidirá en la importancia que tienen los pilares para construir un proyecto de vida.



Evaluación

Apreciación de las artes que inciden de manera positiva en la vida.
Capacidad en la toma de decisiones.

Fomentamos una cultura de amor y respeto al cuerpo y a los cuerpos de las y los otros, como únicos y únicas

Sugerencias:

Autoestima e identidades. Es fundamental reconocerse en la diversidad. Se trabajará con imágenes de personas de todas las regiones del país, hombres y mujeres; se pedirá que lleven recortes del periódico o fotografías. Trabajarán por grupos después de distribuir las imágenes a cada uno. Luego de dar un tiempo considerable para analizar las imágenes, deberán identificar el lugar o región del país al que corresponde cada persona y por qué.

Se rescatará opiniones y se explicará por qué cada región tiene características físicas diferentes y qué tienen que ver con el tipo de funcionamiento que realizan los órganos de acuerdo con las necesidades del contexto donde se vive: clima, topografía, etc. Se hará énfasis en lo positivo de ser diferentes y en la diversidad cultural del país como elemento de riqueza.

Se generará un espacio para analizar las realidades respecto de las imágenes corporales impuestas y se pedirá la opinión acerca de los modelos de personas que se ven en los medios de comunicación y el mensaje que transmiten. Se comparará y preguntará en qué medida es necesario que todas y todos cumplan las medidas corporales que no se adecúan a nuestra genética e identidad cultural. Se promoverá la idea de que cada persona es única y no necesita imitar a nadie; se hará notar la importancia de cuidar la salud y de fortalecer la autoestima cada día, reconociéndose en la diversidad.

Estereotipos. Somos diferentes y valoramos nuestras cualidades. Utilizando la creatividad y técnicas artísticas (dibujo, pintura, música), en una lista se pondrán cinco cualidades físicas, de personalidad, sobre los conocimientos y otras. Además se mencionará algún logro que obtenido en cualquier ámbito y momento de la vida. A partir de esta lista se dispondrá un anuncio publicitario sobre nosotros/as mismos/as, para exponer quienes somos; luego explicará el contenido de la publicidad y mediante ejemplos, podrán crear lemas, frases e imágenes. Se realizará una exposición o se planteará otra forma creativa para presentar los trabajos. Se podría abrir un espacio para tomarles fotos con sus trabajos.

Se analizará para qué sirve la publicidad y se hará hincapié en que muchas veces es utilizada para manipular creencias en las personas. Se hará notar los estereotipos en la sociedad, los modelos y la imagen de las personas y las “condiciones” para ser felices que venden los medios de comunicación. Podrán decir a quiénes admiran y por qué, y se analizará lo importante que es saber valorarse por lo que uno/a es; y que las personas que aparecen en televisión son seres humanos que tienen en su vida problemas, alegrías, igual que todas/os.

Cuidado del cuerpo, prevención de violencia. Cuidamos el cuerpo, cuidamos nuestra vida. Llevarán algún alimento de la temporada para trabajar en un espacio al aire libre (puede ser el patio de la unidad educativa), a fin de compartir lo que trajeron y destacar los alimentos regionales más beneficiosos para la salud.

Se creará un ambiente cálido y cordial con información acerca de las prácticas alimenticias saludables de la región, se destacará los valores alimenticios de los productos, las vitaminas que contienen y cómo benefician al organismo. Se hará énfasis en el cuidado del cuerpo y en cómo se pueden evitar situaciones de riesgo o peligro e identificar posibles situaciones de violencia.

Se reflexionará sobre las situaciones de riesgo y violencia que existen; las acciones, frases y comportamientos que pueden afectar la integridad corporal; del consumo de alcohol y drogas y los límites que son necesarios establecer en las relaciones interpersonales para prevenir la violencia.

Sexualidad. En grupos, dibujarán dos siluetas de adolescentes, una de hombre y la otra de mujer; en la parte de la cabeza escribirán qué piensan y qué ideas tienen sobre la sexualidad mujeres y varones adolescentes; en la boca, qué dicen sobre la sexualidad; en la parte del corazón, qué sienten sobre la vivencia de la sexualidad; en las manos, qué actividades hacen vinculadas con la sexualidad; en los pies qué errores o ‘metidas de pata’ cometen las y los adolescentes en el ejercicio de la sexualidad.

Luego se conceptualizará lo que es sexualidad. Es necesario aclarar la diferencia entre sexo, sexualidad y coito; se reflexionará sobre los prejuicios o creencias de las personas acerca de la sexualidad y los estereotipos de género en el ejercicio de la sexualidad. Se explicará sencillamente la importancia de la vivencia de la sexualidad durante el enamoramiento, la prueba de amor, la prevención de infecciones de transmisión sexual, los embarazos en adolescentes y se abrirá un espacio para preguntas, inquietudes y dudas. Se promoverá la importancia de la información para tomar decisiones responsables.

Es necesario resaltar los aspectos comunes que existen entre la sexualidad de mujeres y hombres y diferenciar lo aspectos reales de los prejuicios. Se explicará que mujeres y hombres tienen los mismos derechos y, por lo tanto, el ejercicio de su sexualidad también debe ser igualitario, en el marco del respeto.

Evaluación

Socialización de hábitos y prácticas de actividad física y alimentación saludable.

Conocimiento sobre las maneras de identificar y prevenir el maltrato y la violencia.

Vivencia de una sexualidad responsable y preventiva.

Ejercicio de una sexualidad libre de prejuicios.

Las primeras relaciones de pareja, el amor romántico y los enamoramientos violentos.

Sugerencias:

Amor romántico. Formarán grupos de 4 a 5 personas y escribirán en una hoja el estribillo de alguna canción romántica; deberán mezclar las hojas y repartir una a cada estudiante y después de un tiempo, cuando leerán los estribillos, analizarán y dialogarán sobre el contenido de las letras. Indagarán si hay violencia en los mensajes, si alguna vez habían escuchado las canciones desde este punto de vista y se verá de qué trata la historia, si hay protagonistas y cómo se imaginan que son.

Cuando hayan expuesto las conclusiones de cada grupo se analizará de qué manera pueden influir las canciones a la hora de enamorarse, se analizará las frases más recurrentes de las canciones y qué significan realmente. Reflexionemos sobre lo que es amar y construir una relación de pareja.

En un diálogo, opinarán sobre lo que piensan acerca de las canciones románticas, de las letras de las canciones analizadas y explicarán cómo se sienten, qué opinión tienen sobre los contenidos y los mensajes de las canciones y si se identifican con lo que dicen y por qué.

Prevención de enamoramientos violentos. Divididos en tres equipos de hombres y tres equipos de mujeres, responderán de manera grupal la siguiente pregunta ¿Qué relaciones afectivo-eróticas existen o pueden haber entre adolescentes? Se debe explicar que las relaciones afectivo-eróticas se refieren a las múltiples y variadas maneras de vincular afectiva y/o eróticamente a las personas expresando ternura, cariño, solidaridad, caricias, etc. En cada equipo escribirán en un papelógrafo o cartulina el mayor número de formas cómo se relacionan las y los adolescentes afectiva y eróticamente. Una vez elaborada la lista de tipos de relación, responderán a las siguientes preguntas: ¿Para que esta relación exista, quién o quiénes la conforman? ¿Qué acuerdos hay? ¿Son actos hablados o sólo se asumen? ¿Qué se puede y qué no se puede hacer? ¿Cuál es su duración? Cada equipo expondrá sus reflexiones y se discutirá acerca de la diversidad de relaciones.

Hay que explicar los rasgos de una relación violenta y reflexionar acerca de las actitudes y situaciones que parecen amor y no son, como los celos, el control, etc. Se hablará sobre la importancia de los pilares fundamentales para una relación no violenta. Será útil utilizar el cuaderno de trabajo para estudiantes.



En una plenaria se identificará las diferentes formas de relaciones afectivo-eróticas, así como sus principales características; en el diálogo se preguntará cómo se dan estas relaciones, con el fin de identificar y clarificar las dinámicas de cada relación. A continuación se contrastará las formas de relacionamiento de cada tipo de relación y se identificará los mandatos de género; es decir, qué pueden hacer las mujeres y qué los hombres, si piensan igual y si tienen los mismos derechos y deberes en la relación. Se explicará la importancia de construir relaciones desde el consenso y el respeto.

Evaluación

Reconocimiento de relaciones de pareja violentas.
Promoción de relaciones de pareja saludables.
Prevención de los enamoramientos violentos.

Habilidades para comunicarnos asertivamente: Expresión de sentimientos y pensamientos.

Sugerencias:

Comunicación y toma de decisiones. En grupos de tres personas por sexo, se hará el papel de Dra. Corazón, la consejera del amor. Se entregará la carta enviada a la Dra. Corazón por “Anónimo” a los hombres y la carta enviada por “Anónima” a las mujeres (ver anexos: cartas Anónimas) y se contestará por escrito. ¿Qué consejos les dan a él y a ella? ¿Qué papeles le toca a él y a ella en el noviazgo?

Se explicará la importancia de las relaciones en igualdad y la forma de comunicarse asertivamente. Se preguntará si mujeres y hombres tienen la misma capacidad de sentir y pensar y, por lo tanto, decidir de la misma manera. El papel que juegan mujeres y hombres cuando se relacionan dan cierto poder; por ejemplo, quien invita, decide; quien se declara tiene el control de la situación. Los roles de género crean presiones en la vida real y a veces es difícil cumplir con ellos, por esto no deben ser rígidos y estrictos.

Se hará hincapié en la importancia de la amistad en los grupos, porque influye positiva o negativamente en las decisiones de cada uno y una, y en la formación de la primera relación de pareja.

Evaluación

Reconocimiento de un enamoramiento violento.

Los tipos de violencia, las causas, las consecuencias y estrategias para prevenir el maltrato y la violencia sexual.

Sugerencias:

Prevención de violencia. Hay que informarse para prevenir la violencia y conocer los índices de violencia en el país y la región a través de datos que hay en internet o en las defensorías del municipio. En el aula trabajarán de dos en dos; escribirán en una hoja los dos datos que les causaron mayor impacto. Luego, leerán en voz alta para todos sus compañeros/as, y si es posible todas y todos dirán a la clase las respuestas dieron.

Una vez interpretados los datos, se reflexionará en torno a la situación de la violencia que se vive en el país. Se analizará las causas y se detallará los tipos de violencia, las consecuencias y la forma de prevenirla. Se enumerará los lugares donde se puede acudir para recibir información y apoyo y dónde puede ser denunciada. Deben consultar su cuaderno de trabajo.

Se creará una lista de acuerdos para mantener el trato cordial y respetuoso entre todas y todos, como una forma de prevenir la violencia. Para incentivar la creatividad, deben escribir en una hoja mensajes y palabras que contribuyan a convivir en paz y armonía. Finalmente se armará un mural con los mensajes, para que recordar y cumplir los acuerdos todos los días.



Evaluación

Conocimiento sobre el estado de situación de la violencia en las regiones y el país.
Convivencia cordial y de respeto para prevenir la violencia.



ANEXOS

RECURSOS MATERIALES DE APOYO PARA REFLEXIONAR SOBRE SEXISMO

SEXISTA

Los niños
El director
El jefe
El vigilante
Los derechos del hombre
El futuro de los niños
La condición del obrero
La situación del ciudadano

NO SEXISTA - INCLUSIVO

La infancia
La dirección
La jefatura
La vigilancia
Los derechos humanos
El futuro infantil
La condición obrera
La situación ciudadana

CARTAS A DOCTOR O DOCTORA CORAZÓN:

Querido/a Doctor/a Corazón:

Tengo quince años, estoy en secundaria y le escribo porque necesito su consejo con urgencia. Conocí a un muchacho que me gustó desde la primera vez que lo vi. No puedo dejar de pensar en él, me gustaría conocerlo y ser su novia. Mi problema es que no sé cómo hacerlo, nunca he tenido novio. Quiero que usted me diga, ¿los hombres sienten diferente a las mujeres? Si es así, ¿en qué son diferentes? ¿Quién tiene que hablar primero? ¿Quién decide a dónde vamos? ¿A quién le toca pagar? ¿Cuál de los dos se tiene que declarar? Si llegamos a ser novios ¿voy a poder seguir saliendo con mis amigas y amigos? ¿Le digo lo que siento por él o finjo que no me importa tanto? Le agradecería que respondiera a mi carta lo más rápido posible, me urge su consejo.

Anónima

Querido/a Doctor/a Corazón:

Tengo quince años, estoy en secundaria y le escribo porque necesito su consejo con urgencia. Conocí a una muchacha que me gustó desde la primera vez que la vi. No puedo dejar de pensar en ella, me gustaría conocerla y ser su novia. Mi problema es que no sé cómo hacerlo, nunca he tenido novia. Quiero que usted me diga, ¿Las mujeres sienten diferente a los hombres? Si es así, ¿en qué son diferentes? ¿Quién tiene que hablar primero? ¿Quién decide a dónde vamos? ¿A quién le toca pagar? ¿Cuál de los dos se tiene que declarar? Si llegamos a ser novios ¿voy a poder seguir saliendo con mis amigas y amigos? ¿Le digo lo que siento por ella o finjo que no me importa tanto? Le agradecería que respondiera a mi carta lo más rápido posible, me urge su consejo.

Anónimo

MITOS Y REALIDADES SOBRE LA VIOLENCIA:

MITO

REALIDAD

Que te golpee una vez, no quiere decir que se repita.	La violencia es una actitud que forma parte de un patrón de comportamiento que irá aumentando con el tiempo.
El hombre violento tiene un perfil característico. Ej.: “Tiene cara de malo”	No hay un perfil del agresor, por edad, constitución, raza o religión, carácter ni nada. Puede haber personas de muy mal carácter que jamás imagen social y que sí lo harían.
El hombre violento y maltratador es un enfermo mental.	No existe un diagnóstico concreto para la persona agresora. La violencia está motivada por el deseo de controlar y mantener poder sobre la mujer; los agresores en su mayoría están sanos y en sus cinco sentidos.
Hay hombres violentos por naturaleza.	La violencia no es una cuestión natural, es una conducta aprendida; por lo tanto, se puede enseñar a No ser violento.
El consumo de alcohol y de otras drogas es la causa de la violencia de género.	La adicción al alcohol y otras drogas puede generar agresividad, pero en ningún caso la puede justificar.
Si no denuncia será que no es para tanto.	Muchas mujeres no denuncian por miedo, por baja autoestima o por dependencia emocional, económica y laboral.
Denunciar perjudica a la unidad familiar y hace infelices a los hijos.	Una familia que vive situaciones de violencia se deteriora en su convivencia. La denuncia ayuda a resolver una situación negativa.
Los agresores suelen pertenecer a sectores sociales de bajos recursos y con muy poca educación.	La violencia en la familia se da en todos los sectores sociales y todos los niveles educacionales. Lo que se piensa es que a mayor nivel social resulta más difícil reconocerla y denunciarla.
El maltrato psicológico o emocional no es tan grave como la violencia física.	El maltrato emocional continuado o sistemático, aún cuando no exista agresión física, provoca consecuencias muy graves para el equilibrio emocional, la salud mental y la calidad de vida para la o el agredido.
Tradicionalmente se oye frases como “Quien bien te quiere, te hará llorar o Si me pega es porque me quiere”.	El amor y el respeto nunca se manifiestan a través de agresiones físicas o verbales.
La mujer pudo ser culpable de la agresión.	Nada justifica la violencia.



TOMA DE DECISIONES, ENAMORAMIENTOS:

Cuento: "Los gemelos"

Había una vez un maestro que tenía dos hijos gemelos, uno era un pesimista, el otro un optimista. Se preguntará al grupo: ¿Cómo ve el mundo un pesimista y un optimista? Cuando llovía, el primero se quejaba amargamente porque no podía salir, y el otro se entusiasmaba pensando lo bonito que quedaría el jardín. Los hermanos estaban por cumplir 10 años en el momento de esta historia. Para festejarlo, su padre decidió hacer un experimento para ver si podía cambiar la situación aunque fuera un poco. Mientras los gemelos estaban fuera con su madre, el maestro fue a comprar una gran cantidad de juguetes y juegos maravillosos. Después fue a un club hípico y compró una tonelada de estiércol. Puso todos los juguetes en el cuarto del primer gemelo y el estiércol en el del segundo. Se pregunta al grupo: ¿Qué hizo el primer gemelo cuando regresó y vio todos los regalos? y ¿el segundo? El primer gemelo entró a su habitación, descubrió la montaña de juguetes y se puso a llorar, gritando:

-¡Por dónde voy a comenzar! ¡Son demasiados! Además, se pueden romper. ¿Qué voy a hacer?

Cuando el segundo abrió la puerta de su dormitorio, la alegría iluminó su rostro y exclamó:

-¡Hum! ¡Cuánto estiércol! Seguro que hay un caballo por aquí.

Comunicación asertiva: Historias sin final

COMUNICACIÓN ASERTIVA: HISTORIAS SIN FINAL

- 1) Toda la semana has esperado que llegue el sábado, pues irás a una fiesta donde te encontrarás con tu novio. A la fiesta, llega la ex-novia de él y él la saluda. Sientes celos y estás a punto de perder el control...
- 2) Hoy vas a ir a una fiesta y te pondrás la ropa que más te gusta, la cual lavaste y planchaste desde hace unos días, pero cuando te vas a vestir descubres que la ropa no está donde la habías dejado. La buscas y la encuentras tirada, debajo de la cama de tu hermana, quien la tomó sin avisarte...
- 3) Estás en la escuela y es el momento del recreo. Pasas caminando delante de un grupito de chicos y chicas, oyes que alguien dice "una indirecta". Lo que escuchaste te hace enojar...
- 4) Estás enojado con tu mejor amigo porque en varias ocasiones tú has pagado, le has prestado dinero y no te lo ha devuelto. Piensas que si le dices cómo te sientes va a pensar que no eres buen amigo, que eres un "codo". Como te preocupa su posible reacción, mejor decides dejar de salir con él, pero él insiste...
- 5) Estás en la escuela y tu clase está por terminar. Interrumpes con frecuencia a la maestra mientras da la clase. Con impaciencia ella te dice: "Ya me cansé de repetir las cosas y que no te entre nada. La próxima vez que hables te vas del salón". Te sientes humillado y piensas que te tienes que defender...



ARTES PLÁSTICAS
(pintura, escultura, etc.)

POESÍA

MÚSICA

Mamani Mamani - Bolivia
Marina Núñez del Prado - Bolivia
Faith Ringgold – Afroamericana/
USA
Frida Kahlo - México
Salvador Dalí - España

Adela Zamudio - Bolivia
Oscar Alfaro - Bolivia
Pablo Neruda - Chile
Mario Benedetti - Uruguay
Yolanda Bedregal – Bolivia

Matilde Casazola - Bolivia
Ema Junaro - Bolivia
Calle 13 – Puerto Rico
Nina Uma - Bolivia
Bebe – España



Marco legal asociado a la prevención del maltrato infantil y violencia sexual contra niñas, niños y adolescentes

Instrumentos internacionales

- Declaración Universal de Derechos Humanos.
- Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales.
- Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad.
- Declaración de la Conferencia Mundial contra el Racismo, la Discriminación Racial, la Xenofobia y las formas conexas de intolerancia.
- Declaración de las Naciones Unidas sobre los Derechos de los Pueblos Indígenas.

Convención de los derechos del niño

Artículo 19

I. Los Estados Partes adoptarán todas las medidas legislativas, administrativas, sociales y educativas apropiadas para proteger al niño contra toda forma de perjuicio o abuso físico o mental, descuido o trato negligente, malos tratos o explotación, incluido el abuso sexual, mientras el niño se encuentre bajo la custodia de los padres, de un representante legal o de cualquier otra persona que lo tenga a su cargo.

Artículo 29

I. Los Estados Partes convienen en que la educación del niño deberá estar encaminada a:

- Desarrollar la personalidad, las aptitudes y la capacidad mental y física del niño hasta el máximo de sus posibilidades.
- Inculcar al niño el respeto de los derechos humanos y las libertades fundamentales y de los principios consagrados en la Carta de las Naciones Unidas.
- Inculcar al niño el respeto de sus padres, de su propia identidad cultural, de su idioma y sus valores, de los valores nacionales del país en que vive, del país de que sea originario y de las civilizaciones distintas de la suya.
- Preparar al niño para asumir una vida responsable en una sociedad libre, con espíritu de comprensión, paz, tolerancia, igualdad de los sexos y amistad entre todos los pueblos, grupos étnicos, nacionales y religiosos y personas de origen indígena.
- Inculcar al niño el respeto del medio ambiente natural.

Convención Iberoamericana de los Derechos de la Juventud

Artículo 11: Derechos a la protección contra los abusos sexuales

Los Estados Parte tomarán todas las medidas necesarias para la prevención de la explotación, el abuso y el turismo sexual y de cualquier otro tipo de violencia o maltrato sobre los jóvenes, y promoverán la recuperación física, psicológica, social y económica de las víctimas.

Artículo 22: Derecho a la Educación

4. La educación fomentará la práctica de valores, las artes, las ciencias y la técnica en la transmisión de la enseñanza, la interculturalidad, el respeto a las culturas étnicas y el acceso generalizado a las nuevas tecnologías y promoverá en los educandos la vocación por la democracia, los derechos humanos, la paz, la solidaridad, la aceptación de la diversidad, la tolerancia y la equidad de género.



Artículo 23: Derecho a la Educación Sexual

f. La educación sexual se impartirá en todos los niveles educativos y fomentará una conducta responsable en el ejercicio de la sexualidad, orientada a su plena aceptación e identidad, así como a la prevención de las infecciones de transmisión sexual, el VIH (Sida), los embarazos no deseados y el abuso o violencia sexual.

Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer

Acceso igualitario sin discriminación por cuestiones de género, de grupo étnico o por discapacidad, procurando reducir la deserción escolar femenina.

Educación y formación orientadas al ejercicio de responsabilidades de cuidado compartidas y la superación de todas las formas de discriminación de género.

Conferencia Regional sobre Población y Desarrollo

Garantizar a niños, niñas, adolescentes y jóvenes, sin ningún tipo de discriminación, las oportunidades para tener **una vida libre de pobreza y de violencia, la protección y el ejercicio de derechos humanos**, la disponibilidad de opciones, y el acceso a la salud, la educación y la protección social.

Instrumentos nacionales

Constitución Política del Estado

Artículo 59 inciso 5: El Estado y la sociedad garantizarán la protección, promoción y activa participación de las jóvenes y los jóvenes en el desarrollo productivo, político, social, económico y cultural, sin discriminación alguna, de acuerdo con la ley.

Ley N° 1674 Contra la Violencia en la Familia o Doméstica

Ley Integral N° 348 para Garantizar a las Mujeres una Vida Libre de Violencia

Código Niño, Niña, Adolescente

Capítulo IV

Derecho a la Educación, Información, Cultura y Recreación

Artículo I 15. (Derecho a la Educación).

I. Las niñas, niños y adolescentes tienen derecho a la educación gratuita, integral y de calidad, dirigida al pleno desarrollo de su personalidad, aptitudes, capacidades físicas y mentales.

II. Las niñas, niños y adolescentes tienen derecho a una educación de calidad y calidez, intracultural, intercultural y plurilingüe, que les permita su desarrollo integral diferenciado, les prepare para el ejercicio de sus derechos y ciudadanía, les inculque el respeto por los derechos humanos, los valores interculturales, el cuidado del medio ambiente y les cualifique para el trabajo.

Artículo I 16. (Garantías)

I. El Sistema Educativo Plurinacional garantiza a la niña, niño o adolescente:

- a. Educación sin violencia en contra de cualquier integrante de la comunidad educativa, preservando su integridad física, psicológica, sexual y/o moral, promoviendo una convivencia pacífica, con igualdad y equidad de género y generacional;
- b. Educación, sin racismo y ninguna forma de discriminación, que promueva una cultura pacífica y de buen trato;
- c. Respeto del director, maestros y administrativos del Sistema Educativo Plurinacional y de sus pares;
- d. Prácticas y el uso de recursos pedagógicos y didácticos no sexistas ni discriminatorios;

- e. Provisión de servicios de asesoría, sensibilización, educación para el ejercicio de sus derechos y el incremento y fortalecimiento de sus capacidades;
- f. Impugnación de los criterios de evaluación cuando éstos no se ajusten a los establecidos por la autoridad competente, pudiendo recurrir a las instancias superiores;
- g. Participación en procesos de la gestión educativa;
- h. Acceso a la información del proceso pedagógico y de la gestión educativa para la y el estudiante y su madre, padre, guardadora o guardador, tutora o tutor; y
- i. Sensibilización y acceso a la información adecuada y formación oportuna en educación sobre sexualidad **integral en el marco de los contenidos curriculares.**

II. La implementación del modelo educativo tiene como núcleo los derechos de la niña, niño y adolescente, su desarrollo integral y la calidad de la educación.

Artículo 117. (Disciplina Escolar)

Las normas de conducta y la convivencia pacífica y armónica, deben estar administradas respetando los derechos y garantías de las niñas, niños y adolescentes, considerando sus deberes, los cuales deben sujetarse a las siguientes previsiones:

- a. Todas las niñas, niños y adolescentes deben tener acceso e información oportuna al contenido de los reglamentos internos de convivencia pacífica y armónica correspondientes;
- b. Deberán establecerse en el reglamento de convivencia pacífica y armónica de las Unidades Educativas los hechos que son susceptibles de amonestación, sanción y las sanciones, así como el procedimiento para aplicarlas;
- c. Antes de la imposición de cualquier amonestación y/o sanción, debe garantizarse a todas las niñas, niños y adolescentes, el ejercicio de los derechos a opinar y a la defensa, garantizando así también su derecho a la impugnación ante la autoridad superior e imparcial; y
- d. Se prohíbe las sanciones corporales.

Artículo 118. (Prohibición de Expulsión)

Se prohíbe a las autoridades del Sistema Educativo Plurinacional, rechazar o expulsar a las estudiantes embarazadas, sea cualquiera su estado civil, así como a la y el estudiante a causa de su orientación sexual, en situación de discapacidad o con VIH/SIDA. Deberán promoverse políticas de inclusión, protección e infraestructura para su permanencia que permitan el bienestar integral de la o el estudiante hasta la culminación de sus estudios.

Artículo 142. (Derecho al Respeto y a la Dignidad)

I. La niña, niño y adolescente, tiene derecho a ser respetado en su dignidad física, psicológica, cultural, afectiva y sexual.

Capítulo VIII

Derecho a la Integridad Personal y Protección Contra la Violencia

Artículo 145. (Derecho A La Integridad Personal).

I. La niña, niño y adolescente, tiene derecho a la integridad personal, que comprende su integridad física, psicológica y sexual.

II. Las niñas, niños y adolescentes, no pueden ser sometidos a torturas, ni otras penas o tratos crueles, inhumanos o degradantes.

III. El Estado en todos sus niveles, las familias y la sociedad, deben proteger a todas las niñas, niños y adolescentes contra cualquier forma de explotación, maltrato, abuso o negligencia que afecten su integridad personal.



Artículo 146. (Derecho Al Buen Trato).

I. La niña, niño y adolescente tiene derecho al buen trato, que comprende una crianza y educación no violenta, basada en el respeto recíproco y la solidaridad.

II. El ejercicio de la autoridad de la madre, padre, guardadora o guardador, tutora o tutor, familiares, educadoras y educadores, deben emplear métodos no violentos en la crianza, formación, educación y corrección. Se prohíbe cualquier tipo de castigo físico, violento o humillante.

Artículo 147. (Violencia).

I. Constituye violencia, la acción u omisión, por cualquier medio, que ocasione privaciones, lesiones, daños, sufrimientos, perjuicios en la salud física, mental, afectiva, sexual, desarrollo deficiente e incluso la muerte de la niña, niño o adolescente.

II. La violencia será sancionada por la Jueza o el Juez Penal cuando esté tipificada como delito por la Ley Penal.

III. Las formas de violencia que no estén tipificadas como delito en la Ley Penal, constituyen infracciones y serán sancionadas por la Jueza o Juez Público de la Niñez y Adolescencia, conforme lo establecido en el presente Código, tomando en cuenta la gravedad del hecho y la sana crítica del juzgador.

Artículo 148. (Derecho a ser Protegidas y Protegidos contra la Violencia Sexual)

I. La niña, niño y adolescente tiene derecho a ser protegida o protegido contra cualquier forma de vulneración a su integridad sexual. El Estado en todos sus niveles, debe diseñar e implementar políticas de prevención y protección contra toda forma de abuso, explotación o sexualización precoz de la niñez y adolescencia; así como garantizar programas permanentes y gratuitos de asistencia y atención integral para las niñas, niños y adolescentes abusados, explotados y erotizados.

II. Son formas de vulneración a la integridad sexual de niñas, niños y adolescentes, las siguientes:

a. Violencia sexual, que constituye toda conducta tipificada en el Código Penal que afecte la libertad e integridad sexual de una niña, niño o adolescente;

b. Explotación sexual, que constituye toda conducta tipificada en el Código Penal, consistente en cualquier forma de abuso o violencia sexual, con la finalidad de obtener algún tipo de retribución;

c. Sexualización precoz o hipersexualización, que constituye la sexualización de las expresiones, posturas o códigos de la vestimenta precoces, permitiendo o instruyendo que niñas, niños o adolescentes adopten roles y comportamientos con actitudes eróticas, que no corresponden a su edad, incurriendo en violencia psicológica; y

d. Cualquier otro tipo de conducta que vulnere la integridad sexual de niñas, niños y adolescentes.

III. Las niñas y adolescentes mujeres gozan de protección y garantía plena conforme a previsiones del Artículo 266 del Código Penal, de forma inmediata.

Artículo 149. (Medidas Preventivas Y De Protección Contra La Violencia Sexual)

I. Sin perjuicio de lo previsto en el Parágrafo I del Artículo precedente, se adoptarán las siguientes medidas específicas de lucha contra la violencia sexual de niñas, niños y adolescentes:

a. Control y seguimiento de personas con sentencia condenatoria ejecutoriada por delitos contra la libertad sexual cometidos contra niñas, niños o adolescentes;

b. Aplicación de tratamientos psicológicos o psiquiátricos, como medidas de seguridad, para personas con sentencia condenatoria ejecutoriada por delitos contra la libertad sexual, cometidos contra niñas, niños o adolescentes, durante el tiempo que los especialistas consideren pertinente, incluso después de haber cumplido con su pena privativa de libertad;

c. Prohibición para las personas descritas en los incisos precedentes, de que una vez cumplida la sanción penal, vivan, trabajen o se mantengan cerca de parques, centros de esparcimiento y recreación para niñas, niños y adolescentes, unidades educativas, o lugares en los cuales exista concurrencia de esta población, independientemente de la aplicación de la pena privativa de libertad impuesta;



d. Tanto las instituciones públicas como privadas, que desempeñen labores en las cuales se relacionen con niñas, niños o adolescentes, para fines de contratación de personal, deberán previamente, someter a las o los postulantes a exámenes psicológicos valorando los mismos como requisito de idoneidad; y

e. Las Juezas o Jueces en materia penal, que emitan sentencias condenatorias por delitos contra la libertad sexual, cometidos contra niñas, niños o adolescentes, deberán incluir en éstas, las prohibiciones previstas en los incisos b) y c) del presente Artículo.

II. Las Juezas y los Jueces en materia penal y el Ministerio Público, que conozcan e investiguen delitos contra libertad sexual, cometidos contra niñas, niños y adolescentes, tienen la obligación de priorizarlos y agilizarlos conforme a ley, hasta su conclusión, bajo responsabilidad.

Artículo 150. (Protección contra la Violencia en el Sistema Educativo)

La protección a la vida y a la integridad física y psicológica de los miembros de la comunidad educativa, implica la prevención, atención y sanción de la violencia ejercida en el Sistema Educativo del Estado Plurinacional de Bolivia, con la finalidad de consolidar la convivencia pacífica y armónica, la cultura de paz, tolerancia y justicia, en el marco del Vivir Bien, el buen trato, la solidaridad, el respeto, la intraculturalidad, la interculturalidad y la no discriminación entre sus miembros.

Artículo 151. (Tipos de Violencia en el Sistema Educativo)

I. A efectos del presente Código, se consideran formas de violencia en el Sistema Educativo:

a. Violencia Entre Pares. Cualquier tipo de maltrato bajo el ejercicio de poder entre dos (2) estudiantes, o un grupo de estudiantes contra una o un estudiante o participante, que sea hostigado, castigado o acosado;

b. Violencia Entre no Pares. Cualquier tipo de violencia con ejercicio y/o abuso de poder de madres, padres, maestras, maestros, personal administrativo, de servicio y profesionales, que prestan servicio dentro de una unidad educativa y/o centro contra las o los estudiantes y/o participantes;

c. Violencia Verbal. Referida a insultos, gritos, palabras despreciativas, despectivas, descalificantes y/o denigrantes, expresadas de forma oral y repetida entre los miembros de la comunidad educativa;

d. Discriminación en el Sistema Educativo. Conducta que consiste en toda forma de distinción, exclusión, restricción o preferencia fundada en razón de sexo, color, edad, orientación sexual e identidad de género, origen, cultura, nacionalidad, social y/o de salud, grado de instrucción, capacidades diferentes y/o en situación de discapacidad física, intelectual o sensorial, estado de embarazo, procedencia, apariencia física, vestimenta, apellido u otras, dentro del sistema educativo;

e. Violencia en Razón de Género. Todo acto de violencia basado en la pertenencia a identidad de género que tenga o pueda tener como resultado un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para cualquier miembro de la comunidad educativa;

f. Violencia en Razón de la Situación Económica. Todo acto orientado a la discriminación de cualquiera de las y los miembros de la comunidad educativa, basada en su situación económica, que afecte las relaciones de convivencia armónica y pacífica; y

g. Violencia Cibernética en el Sistema Educativo. Se presenta cuando una o un miembro de la comunidad educativa es hostigada u hostigado, amenazada o amenazado, acosada o acosado, difamada o difamado, humillada o humillado, de forma dolosa por otra u otras personas, causando angustia emocional y preocupación, a través de correos electrónicos, videojuegos conectados al internet, redes sociales, blogs, mensajería instantánea y mensajes de texto a través de internet, teléfono móvil o cualquier otra tecnología de información y comunicación.

II. Los tipos de violencia descritos en el presente Artículo, serán considerados infracciones mientras no constituyan delitos.

Artículo 153. (Infracciones por Violencia contra Niñas, Niños y Adolescentes)

I. La Jueza o el Juez Público en materia de Niñez y Adolescencia, a denuncia de la Defensoría de la Niñez y Adolescencia, conocerá y sancionará las siguientes infracciones por violencia:

- a. Sometimiento a castigos físicos u otras formas que degraden o afecten la dignidad de la niña, niño o adolescente, así sea a título de medidas disciplinarias o educativas, excepto las lesiones tipificadas en la normativa penal;
- b. Abandono emocional o psico-afectivo en el relacionamiento cotidiano con su madre, padre, guardadora o guardador, tutora o tutor;
- c. Falta de provisión adecuada y oportuna de alimentos, vestido, vivienda, educación o cuidado de su salud, teniendo las posibilidades para hacerlo;
- d. Utilización de la niña, niño o adolescente, como objeto de presión, chantaje, hostigamiento en conflictos familiares;
- e. Utilización de la niña, niño o adolescente, como objeto de presión o chantaje en conflictos sociales, así como la instigación a participar en cualquier tipo de medidas de hecho;
- f. Traslado y retención arbitraria de la niña, niño o adolescente, por cualquier integrante de la familia de origen que le aleje de la autoridad que ejercía su madre, padre, guardadora o guardador, tutora o tutor, o tutor extraordinario;
- g. Inducción a la niña, niño o adolescente al consumo de sustancias dañinas a su salud;
- h. Exigencia de actividades en la familia que pongan en riesgo la educación, vida, salud, integridad o imagen de la niña, niño o adolescente; y
- i. Violencia en el ámbito escolar, tanto de pares como no pares, sin perjuicio de que se siga la acción penal, y siempre que se encuentre tipificada en la normativa penal.

II. Estas acciones no necesitan ser permanentes para ser consideradas infracciones.

Artículo 155. (Obligación De Denunciar)

I. Todas las personas, sean particulares, servidoras y servidores públicos, que tengan conocimiento de hechos de violencia en contra de las niñas, niños o adolescentes, están obligados a denunciarlos en un plazo máximo de veinticuatro (24) horas de conocido el hecho, ante las Defensorías de la Niñez y Adolescencia o cualquier otra autoridad competente.

Ley N° 342 Ley de la juventud

Artículo 9°.- (Derechos civiles)

1. Respeto a su identidad individual o colectiva, cultural, social, política, religiosa y espiritual, a su orientación sexual, como expresión de sus formas de sentir, pensar y actuar en función a su pertenencia.
2. Acceso a la información veraz, fidedigna, oportuna, de buena fe y responsable, y difundir información a través de medios masivos de comunicación con responsabilidad social inherente a sus intereses.
3. A la libertad de conciencia, expresión de ideas, pensamientos y opiniones en el marco del respeto y sin discriminación alguna.
4. Al derecho de libre desarrollo integral y desenvolvimiento de su personalidad.
5. A la intimidad, honra, honor, propia imagen, dignidad, integridad, privacidad personal y familiar.
6. Al desarrollo integral enfocado en lo espiritual, emocional, económico, social, cultural y político.
7. A asociarse y reunirse de manera libre y voluntaria, con fines lícitos, a través de organizaciones o agrupaciones, de carácter estudiantil, artístico, cultural, político, religioso, deportivo, económico, social, científico, académico, orientación



sexual, identidad de género, indígena originario campesinos, afro boliviano, intercultural, situación de discapacidad, y otros.

8. A una vida libre de violencia y sin discriminación.

Artículo 42°.- (Educación) El nivel central del Estado y las entidades territoriales autónomas, en el marco de sus competencias, garantizarán a las jóvenes y los jóvenes en el ámbito de la educación integral, lo siguiente:

1. La prevención, sanción y erradicación de todas las formas y prácticas de discriminación, exclusión y violencia en el Sistema Educativo Plurinacional.
2. El acceso a becas en todos los niveles de educación y formación, priorizando a las jóvenes y a los jóvenes estudiantes destacados y/o de escasos recursos económicos.
3. El incentivo a la investigación en todos los niveles de la educación, en coordinación con todas las instituciones productivas y entidades científicas. Las investigaciones estarán dirigidas a brindar la aplicabilidad de los diversos planes y programas destinados al desarrollo productivo del Estado.
4. La difusión de mensajes educativos relacionados a derechos y deberes de la juventud en los medios de comunicación.
5. El acceso y uso de tecnologías de información y comunicación.
6. El acceso a internet de forma gratuita en todas las universidades, y en forma progresiva en los establecimientos educativos del país.
7. El incentivo a la educación en las jóvenes y los jóvenes en el marco de la interculturalidad.
8. El reconocimiento y valoración de los conocimientos, aptitudes y potencialidades de las jóvenes y los jóvenes.
9. En el Sistema Educativo se prohíbe la discriminación y marginación a las jóvenes y a los jóvenes por su condición social, económica, identidad cultural, religiosa, sexual, embarazo, discapacidad y otros.
10. La educación alternativa y especializada.
11. El acceso del pasaje diferenciado estudiantil y universitario en los medios de transporte terrestre, de acuerdo a normativa vigente.
12. A la juventud de los pueblos y naciones indígena originario campesinos y afro bolivianos, el derecho a un proceso educativo propio, de carácter intercultural y bilingüe.



BIBLIOGRAFÍA

- AGRESTA. Manual de Utilización de un Lenguaje Inclusivo. I Plan de Igualdad de Oportunidades. España.
- CALVO, Yadira, CATIE (2013). Redacción con Lenguaje Inclusivo. Turrialba – Costa Rica.
- CARE Bolivia (2009). Mi Proyecto de Vida. EDUMUJER: La Paz - Bolivia.
- CARE Bolivia (2010). Guía Educativa para la Prevención de la Violencia Basada en Género. Bolivia.
- Católicas por el Derecho a Decidir (2009). Rompamos el Silencio. Las Chicas y los Chicos tenemos Derechos Humanos. La Paz – Bolivia.
- CHANGE, Center for Health and Gender Equity. Rostros y Máscaras.
- DECIDE Colectivo, Fondo de Población de las Naciones Unidas (2013). Infórmate, previene, valórate, libérate, denuncia. Sexualidad con Sentido. La Paz – Bolivia.
- DELEGACIÓN DE LA MUJER, Ayuntamiento de Sevilla (2009). Educar en Igualdad. Cuadernillo de Prevención de la Violencia de Género en el Alumnado. Sevilla – España.
- FUNDACIÓN LA PAZ (2013). Previniendo el Abuso Sexual. Guía para el Facilitador. Sexta Edición. La Paz – Bolivia.
- INSTITUTO ANDALUZ DE LA MUJER (2009). Abre los Ojos el Amor No es Ciego. Andalucía – España.
- MINISTERIO DE EDUCACIÓN, Estado Plurinacional de Bolivia (2014). Educación Secundaria Comunitaria Productiva. Programa de Estudio Primero a Sexto Año de Secundaria. La Paz – Bolivia.
- MINISTERIO DE EDUCACIÓN, Estado Plurinacional de Bolivia (2012). Una Educación Sin Violencia para vivir Bien. Carpeta Pedagógica. La Paz – Bolivia
- MINISTERIO DE LA MUJERY POBLACIONESVULNERABLES, República del Perú (2014). Guía para el Uso de Lenguaje Inclusivo. Si no me nombras no existo. Documento de Trabajo. Promoviendo el Uso del Lenguaje Inclusivo en las Entidades Públicas. Lima – Perú.
- MINISTERIO DE PLANIFICACIÓN DEL DESARROLLO, Estado Plurinacional de Bolivia UDAPE/ UNICEF (2008). Bolivia: Determinantes de la Violencia contra la Niñez y Adolescencia. La Paz – Bolivia.
- RECH, I. OMEDES, P. LETOSA, J. GUTIERRÉZ, M. Instituto Aragonés de la Mujer (2007). Crecer Juntos. Guía Práctica para la Prevención de la Violencia de Género en la Familia y en la Escuela. Aragón – España.
- REDLAC/ Red Latinoamericana y Caribeña de Jóvenes por los Derechos Sexuales y Reproductivos, ILANUD/ Programa Mujer, Justicia y Género (2002). Mujeres Jóvenes y Derechos Humanos. Manual de Capacitación en Derechos Humanos de las Mujeres Jóvenes y la Aplicación de la CEDAW.
- UNESCO/ Organización de las Naciones Unidas para la Educación la Ciencia y la Cultura. Poner Fin a la Violencia en la Escuela. Guía para los Docentes. París – Francia.
- UNICEF/ Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, INE/ Instituto Nacional de Estadística (2003). Violencia contra la Niñez en Bolivia. La Paz – Bolivia.



