



Yo digo NO!

EL AMOR NO ES VIOLENCIA

GUÍA PARA EL PROFESORADO SOBRE LA PREVENCIÓN Y RESPUESTA A LAS CIBERVIOLENCIAS SEXUALES Y DE GÉNERO



FUNDACIÓN INDERA

El Bien-estar es nuestra Fundación



Este Proyecto está financiado por el Programa de la Unión Europea en derechos, igualdad y ciudadanía (2014-2020). El contenido de este informe representa solo las opiniones de las autoras y es de su exclusiva responsabilidad. La Comisión Europea no acepta ninguna responsabilidad por el uso que pueda hacerse de la información que contiene.

Esta Guía ha sido elaborada por las organizaciones participantes en el proyecto REC "Yo digo NO. Empoderando a la juventud, especialmente a las chicas, para que se alcen contra la ciberviolencia sexual y de género en las relaciones de pareja, 2019 - 2021"

Coordinación del proyecto:

AUTONOMOUS WOMEN'S CENTER (AWC), Beograd, Serbia

Organizaciones colaboradoras:

FUNDACION PRIVADA INDERA, Barcelona, España

CESI – CENTAR ZA EDUKACIJU SAVJETOVANJE I ISTRAZIVANJE CESI, Zagreb, Croacia

NOK A NOKERT EGYÜTT AZ EROSZAK ELLEN EGYESÜLET – NANE, Budapest, Hungría

Edición:

Sanja Cesar

Autoría: Éva Horváth, Lilla Kallós, Rachel Andras, Eulàlia Pedrola Vives, Marina Ileš, Tanja Ignjatović, Sanja Cesar, Nataša Bijelić

Traducción:

Marthe Johanna Tanghe T'hooft, Fundación INDERA

Diseño:

Beatriz Pousa Batista, Fundación INDERA

Para más información contactar a:

Email: fundacion@fundacion-indera.org

Sitio web: www.fundacion-indera.org

© 2021, Fundación Privada INDERA, todos los derechos reservados



FUNDACIÓN INDERA

El Bien-estar es nuestra Fundación

NANE
NŐK A NŐKÉRT EGYÜTT
AZ ERŐSZAK ELLEN EGYESÜLET



autonomni
ženski
centar
Beograd

CONTENIDO

Introducción	03
1. Violencia sexual y de género en relaciones íntimas	05
1.1 Comprendiendo y abordando la violencia de género en relaciones íntimas	05
1.2. Ciberviolencia sexual y de género	14
2. Fomentando la prevención y respuesta a la violencia sexual y de género en las escuelas	19
2.1 ¿Cómo percatarse si el alumnado está siendo expuesto a violencia, específicamente a violencia de género y (ciber)violencia sexual (en una relación de pareja)?	19
2.2 ¿Cómo responder a la sospecha o revelación de violencia sexual y de género?	21
3. Prevención de ciberviolencia sexual y de género en un ambiente escolar	26
3.1 Creando un ambiente escolar seguro y no violento	26
3.2 Incorporando el peligro del abuso en las relaciones online en el plan de estudios vigente	28
3.3 Incorporando la perspectiva del género en la educación y prevención	29
3.4 Instrucción para el profesorado	30
3.5 Implicar a los niños y a los jóvenes en la prevención de la violencia de género	30
3.6 La participación de los/las jóvenes: La educación y los grupos de apoyo entre compañeros/as	31

CONTENIDO

3.7 Actividades destinadas a empoderar a las chicas y apoyarlas para que puedan enfrentarse a la violencia	32
3.8 Lidiando con espectadores	33
3.9 Involucrando a los progenitores en la prevención, y por qué es vital	33
3.10 Colaborando con la comunidad local y otros agentes importantes	36
<hr/>	
4. Colaborando con la comunidad local y otros agentes importantes	37
<hr/>	
5. Referencias	43
<hr/>	

INTRODUCCIÓN

Aunque la tecnología digital haya permitido mejor acceso a información y comunicación, también ha creado un espacio apto para reproducir el desbalance de las relaciones de poder de género y diversos métodos de discriminación que sustentan la violencia contra mujeres y niñas.

La normalización de la violencia en las relaciones de pareja se está convirtiendo cada vez en más rutinario. Las investigaciones y los datos muestran claramente que Internet facilita los actos de violencia, los delitos sexuales y de otros tipos, tanto en línea como fuera de ella, y que perpetúa los estereotipos negativos y perjudiciales de las niñas y las mujeres, así como las nociones negativas de la masculinidad.

Las estrategias de prevención destacadas en la investigación sobre la violencia contra las mujeres y las niñas incluyen acciones dirigidas a hacer más visible la ciberviolencia y a aumentar la conciencia pública para que dicha violencia no se trivialice ni se ignore. Además de esto, hay que incorporar a un mayor número de agentes relevantes, entre los que se encuentran el profesorado.

Comprendiendo que para un cambio esencial no basta con establecer normas legales y protocolos de actuación, esta guía pretende sensibilizar sobre la ciberviolencia sexual y de género en las relaciones de pareja de la juventud y proporcionar a las personas profesionales con herramientas de protección y apoyo eficaces y eficientes para las y los jóvenes dentro del sistema educativo.

Esta guía, elaborada en el marco del proyecto europeo titulado "Yo digo NO. Empoderando a la juventud, especialmente a las chicas, para que se opongan a la ciberviolencia sexual y de género en las relaciones de pareja", consta de cuatro partes:

- La primera parte está diseñada para ayudar al profesorado a mejorar sus conocimientos sobre el fenómeno de la ciberviolencia sexual y las violencias basadas en el género, sus formas, causas y consecuencias, centrándose especialmente en la violencia en las relaciones de pareja en la adolescencia.
- La segunda parte ofrece a las y los profesionales información sobre qué hacer cuando el alumnado está expuesto a la violencia, concretamente a la violencia (cibernética) sexual y de género (en una relación de pareja).
- La tercera parte ofrece ideas sobre cómo prevenir y proteger al alumnado de la ciberviolencia sexual y de la violencia de género, especialmente en la escuela, así como sobre los procedimientos institucionales que garantizan una respuesta eficiente y eficaz, sensible a las necesidades particulares de la juventud.
- La cuarta parte pretende ofrecer a las y los profesionales de la educación un apoyo práctico para mejorar la prevención, la intervención y la construcción de un clima escolar menos permisivo con cualquier forma de discriminación y violencia.

Por último, esta publicación pretende recordarnos que lo que perseguimos es una sociedad que diga no a la violencia y que podemos, incluso con los pasos más pequeños, ser participantes activos para que esto sea una realidad.



Sobre el proyecto "Yo digo NO. Empoderando a la juventud, especialmente a las chicas, para que se opongan a la ciberviolencia sexual y de género en las relaciones de pareja"

El objetivo del proyecto, que se llevará a cabo entre agosto de 2019 y julio de 2021, es conseguir la erradicación y prevención de la ciberviolencia sexual y de género en las relaciones de pareja adolescentes (entre 15 y 19 años). A través de la cooperación con los centros de enseñanza secundaria, el proyecto desea garantizar una mayor concienciación de la juventud y las y los profesionales de la educación sobre la ciberviolencia sexual y de género en las relaciones de pareja, los estereotipos de género y las normas que contribuyen a la tolerancia de la violencia. El proyecto busca especialmente capacitar a las chicas para que se opongan a la violencia y no acepten la violencia en sus relaciones de pareja.

1. Violencia sexual y de género en relaciones íntimas

1.1 Comprendiendo y abordando la violencia de género en relaciones íntimas

Relaciones íntimas en la adolescencia

La adolescencia es una época de exploración y desarrollo de las competencias emocionales y sociales. Las y los adolescentes están aprendiendo a reconocer y gestionar sus propias emociones y están inmersos en el desarrollo de su capacidad para ser sensibles y eficaces en sus relaciones con los demás: familia, amistades, novias y novios. En la adolescencia, las relaciones románticas tienen la capacidad de ser experiencias saludables que aumentan la confianza y enseñan a las y los jóvenes a dar y recibir en la intimidad. Cuando las relaciones se caracterizan por el respeto mutuo, la intimidad, la confianza, el compromiso y la buena comunicación, las y los jóvenes son más felices consigo mismos.

Sin embargo, para algunas personas las relaciones románticas pueden estar asociadas a un malestar adicional, y a consecuencias como la violencia de género. Los comportamientos tóxicos y poco saludables pueden partir de algo aparentemente "inocente" y desembocar en la violencia y el abuso. Las y los adolescentes pueden incluso malinterpretarlo como algo romántico. Por ejemplo, algo puede empezar como celos por pasar tiempo con otros, pero puede dar lugar a que se aislen de los amigos y la familia a medida que avanzan las relaciones.

Para desarrollar relaciones positivas y sanas, la juventud debe ser capaz de reconocer cuándo una relación es nociva y destructiva. Necesitan comprender y reconocer cómo los equilibrios de poder desiguales y los estereotipos de género pueden afectar a su desarrollo y a las relaciones que les rodean.

El rol de los estereotipos y las normas de género en el mantenimiento de la violencia de género

Desde que nacemos, la sociedad trata a las niñas y a los niños de forma diferente en función de su sexo biológico asignado. Nos rodean de mensajes, instrucciones y reglas sobre cómo debemos actuar, hablar, pensar, arreglarnos como niño/niña/mujer/hombre, qué es femenino y qué es masculino.

Los estereotipos de género son juicios y generalizaciones ampliamente aceptados sobre una persona de un género o sobre todo dicho género, que pueden referirse a los rasgos de la personalidad, el papel en la relación/familia, la ocupación y el aspecto físico, y se derivan de los roles de género tradicionales que históricamente han creado una jerarquía entre los géneros en la sociedad.

Las normas y los estereotipos de género refuerzan la jerarquía entre géneros porque forman la socialización de los niños y las niñas en adultos de manera diferente.

Las mujeres y los hombres tienen diferentes conductas que son consideradas aptas o aceptables. Los mandatos tradicionales de género suelen decir que las niñas y las mujeres deben ser complacientes, tímidas, sensibles, cariñosas y solidarias con su entorno. Mientras que los niños y los hombres deben ser revoltosos, confiados, exploradores, dominantes y agresivos.

Mandatos de género y relaciones

Nuestra sociedad refuerza las relaciones heterosexuales como estándar, donde los rasgos masculinos y femeninos se complementan según los roles de género tradicionales. La disparidad en lo que la sociedad espera del comportamiento de niños y niñas y hombres y mujeres puede llevar a que los niños/hombres dominen a las niñas/mujeres y a que éstas sean sumisas y vulnerables, menos independientes y asertivas. Si alguno de los mencionados/as se desvía de lo anterior, es probable que la sociedad la penalice por no ser normativa (por ejemplo, "ella es demasiado masculina y ahuyentará a los hombres", "él es un "blandengue o un niño de mamá o no es un hombre de verdad" por dejar que ella le diga lo que tiene que hacer"), lo que probablemente los condicionará aún más.

La socialización en torno a la sexualidad también muestra disparidad. A las niñas se les enseña desde pequeñas que una de sus principales cualidades es su aspecto físico. Ven los cuerpos femeninos en los anuncios, películas y otros medios de comunicación a través de una perspectiva masculina, siempre según los estándares de belleza imperantes. Aprenden a observar su cuerpo desde una perspectiva externa, por lo que pierden la conexión con él, lo que tiene consecuencias en su autoestima, en los límites físicos percibidos y en la forma de relacionarse con su propia sexualidad, que puede convertirse fácilmente en un objeto para las necesidades de otra persona.

Los mensajes sobre la sexualidad dirigidos a los chicos, también acelerados por el porno, suelen tratar de conquistar, de demostrar su masculinidad utilizando el cuerpo de alguien; como si se tratara de una necesidad indiscutible e instintiva que tienen que satisfacer. Las chicas, sin embargo, con sus límites físicos desdibujados y sus necesidades relegadas a un segundo plano por la socialización, a menudo son incapaces de decir o no son escuchadas cuando dicen que no a las insinuaciones sexuales, sobre la base de una concepción cultural centrada en el placer masculino.

También existe un claro doble estándar en la forma en que la sociedad ve a las niñas/mujeres y a los niños/hombres a la luz de su vida y expresión sexual. Si las chicas y las mujeres adoptan un papel más activo en su vida sexual, a menudo se las estigmatiza, mientras que en el caso de los chicos y los hombres es algo que se aprecia (Kardos y Sudár, 2019).

La violencia de género está profundamente relacionada con los mandatos y los estereotipos de género, porque castiga la expresión de género no estándar en varios ámbitos de la vida.

¿Sana, dañina o abusiva?

Cada relación es diferente y lo que funciona bien en una puede no hacerlo en otra. Sin embargo, la norma que puede establecerse en cualquier relación es el hecho de que ésta se base en la igualdad o no. La igualdad en una relación podría utilizarse como marcador para definir si es sana, dañina o incluso abusiva.

He aquí una breve lista con algunas indicaciones que ayudan a determinar si una relación es sana, dañina o abusiva, extraída de un folleto informativo de la Asociación NANE¹

Lo más probable es que la relación sea sana si:

- Los miembros de la pareja actúan con decencia, respeto y amor hacia el otro.
- Los problemas pueden discutirse, y las discusiones darán lugar a cambios.
- El uso de la comunicación no violenta tiene resultados positivos en la relación.
- Ambas partes invierten la misma cantidad de energía para resolver problemas comunes.
- Uno puede expresar libremente sus sentimientos.
- Ambas partes integrantes de la pareja están contentas y se apoyan mutuamente en el éxito y el crecimiento personal.
- Ambos tienen la oportunidad de cambiar y mejorar.
- Ambos se animan mutuamente a mejorar y sienten que su vida es más completa.
- Ambos se sienten más fuertes.
- Se dejarían ir si quisieran romper.

La relación no es saludable si:

- Los integrantes de la pareja no pueden discutir sus problemas.
- Los miembros de la pareja pueden hablar de los problemas, pero nada cambia.
- El uso de la comunicación no violenta en la relación no da resultados.

¹ Relación saludable, NANE. Disponible en: https://nane.hu/en/wp-content/uploads/healthy_relationship_print.pdf

La relación es abusiva si, además de los aspectos mencionados anteriormente, también se cumple alguno de los siguientes:

- La pareja responde a los éxitos del otro con culpa, subestimación o enfado.
- El comportamiento de la pareja es grosero o duro con el otro si están solos o en público.
- La pareja trata al otro como si fuera invisible, no le dice ni una palabra, no le responde.
- Sólo uno de los dos puede cambiar, desarrollarse y mejorar, el otro nunca podrá hacerlo.
- El mundo de la pareja se hace cada vez más pequeño (las amistades y familiares, las antiguas aficiones, los objetivos y los deseos van desapareciendo).
- Uno se siente cada vez más débil e impotente.
- El miembro de la pareja no dejaría ir al otro si quisiera romper: chantajea al otro con sus sentimientos, enfermedad, hijos, etc. o amenaza con el asesinato o el suicidio en caso de que el otro se vaya.
- La pareja amenaza al otro con violencia física.
- La pareja (a veces) golpea al otro o le obliga a participar en actividades sexuales que al otro ni le gustan ni quiere.

Lo que es sano, dañino o abusivo en una relación depende de las normas establecidas. Por lo tanto, una relación no sana o que no funciona puede ser aceptable para uno o abusiva para otro.

Poniendo orden a los términos: violencia de género/ violencia machista

Según UN Women² la violencia de género (gender-based violence) se refiere a los actos dañinos dirigidos contra una persona o un grupo de personas en razón de su género. Tiene su origen en la desigualdad de género, el abuso de poder y la existencia de normas dañinas. El término se utiliza principalmente para subrayar el hecho de que las diferencias estructurales de poder basadas en el género colocan a las mujeres y niñas en situación de riesgo frente a múltiples formas de violencia. Si bien las mujeres y niñas sufren violencia de género de manera desproporcionada, los hombres y los niños también pueden ser blanco de ella. En ocasiones se emplea este término para describir la violencia dirigida contra las poblaciones LGBTQI+, al referirse a la violencia relacionada con las normas de masculinidad/feminidad o a las normas de género.

Esta violencia puede ser física, sexual y/o psicológica, e incluye:

- Violencia en relaciones íntimas
- Violencia sexual (incluida la violación, la agresión sexual y el acoso o el hostigamiento)

² <https://www.unwomen.org/es/what-we-do/ending-violence-against-women/faqs/types-of-violence>

- Esclavitud (explotación sexual, tráfico de mujeres, mantenerlas en cautiverio y explotarlas físicamente.)
- Prácticas culturales nocivas, como los matrimonios forzados, la mutilación genital femenina (MGF) y los llamados “delitos de honor”
- Ciberviolencia y acoso a través de las nuevas tecnologías

Según las Naciones Unidas, la violencia de género afecta más a las mujeres debido al desequilibrio de poder históricamente establecido entre hombres y mujeres, que hace que los hombres dominen a las mujeres en la sociedad e impiden que éstas desarrollen todo su potencial.

En España el uso del concepto Violencia de Género tiene otra definición³.

Según la Ley Orgánica 1/2004 Artículo 1, de Protección Integral contra la Violencia de Género se refiere a “todo acto de violencia (...) que, como manifestación de la discriminación, la situación de desigualdad y las relaciones de poder de los hombres sobre las mujeres, se ejerce sobre estas por parte de quienes sean o hayan sido sus cónyuges o de quienes estén o hayan estado ligados a ellas por relaciones similares de afectividad, aun sin convivencia. (...) que tenga o pueda tener como resultado un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para la mujer, así como las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, tanto si se producen en la vida pública como en la vida privada”

Es decir que, en España, cuando hablamos de violencia de género hablamos de aquella violencia que se ejerce sobre la mujer por parte de quien es o ha sido su pareja. Debido a esta restricción de significado del término en español, en los últimos tiempos se ha ido acuñando una nueva expresión, “violencias machistas”, para definir en España lo que se recoge internacionalmente como violencia de género o violencia contra las mujeres: todas aquellas violencias que sufren las mujeres y niñas por el hecho de serlo, y que englobaría todas aquellas violencias descritas anteriormente en este texto como “gender-based violence”.

Por otro lado, lo que en España se conoce como violencia de género se define según UN Women como **Violencia contra las mujeres y niñas en el ámbito privado, violencia en la pareja** (intimate partner violence en inglés) o violencia doméstica (domestic violence, aunque es un término poco recomendado actualmente).

En la siguiente lista hemos recolectado los ejemplos más comunes:

Abuso emocional

Menospreciar e insultar a la pareja, o a las personas y cosas que ama/le gustan, ridiculizarla (su aspecto, religión, origen étnico, etc.). Amenazas de hacerle daño a ella, o a las cosas y personas más preciadas para ella, amenazas de suicidio. La persona abusadora la aparta de sus pensamientos o emociones, pero la mantiene bajo control; a menudo actuando con celos extremos; arruinando su confianza en sí misma; y cuestionando o ignorando sus decisiones independientes. Controlar lo que viste, con quién se reúne, qué hace en su tiempo libre (también utilizando la tecnología). Culpar a la pareja de todo, incluso de sus propios arrebatos emocionales. Cuestionar las emociones y/o experiencias de la pareja (incluyendo la gravedad del maltrato).

Negarse a hablar de los problemas, o incluso negar su mera existencia. Comportarse de forma amenazante: destruir cosas, dañar objetos, aterrorizarla con armas, utilizar un tono o una mirada amenazante, interrogarla de forma ofensiva o conducir de forma peligrosa. Acosar a las antiguas parejas.

³ https://www.inmujer.gob.es/servRecursos/formacion/Pymes/docs/Introduccion/02_Definicion_de_violencia_de_genero.pdf

Abuso físico

Empujar, golpear, asfixiar a la pareja, agarrarla por los brazos, los hombros, apretarle los dedos, tirarle del pelo, golpearla, patearla, morderla, sacudirla, quemarla, amenazarla o herirla con armas. Negar los derechos de libertad de movimiento e independencia de la pareja. Encerrar a la otra, o dejarla fuera, atándola a algo, impidiéndole dormir, lavarse, comer, beber o atender a sus otras necesidades fisiológicas.

Abuso sexual

Forzar o manipular a la otra persona para que participe en actividades sexuales que no desea, ignorar si dice que no, ignorar las señales de que la otra persona no está disfrutando de la actividad, rogar por cosas a las que ya ha dicho que no, herirla o humillarla durante el sexo, violarla, herir sus genitales u obligarla a tener relaciones sexuales con otras personas. Negarse a utilizar preservativos, impedirle tomar anticonceptivos, obligarla a abortar o a no hacerlo. Compartir en línea imágenes/vídeos privados de desnudos o sexuales sin consentimiento, chantajearla con la publicación de imágenes sexuales privadas y exigirle favores sexuales a cambio.

Abuso social y económico

Aislar a la otra de recursos sociales y económicos; aislarla de su familia y amigos, impidiéndole estudiar, tener un trabajo (completo o parcial) o ganar dinero (por ejemplo, diciéndole que estar juntos es más importante), a menudo de forma manipuladora y encubierta. Cuestionar sus decisiones económicas, controlar lo que puede o no puede hacer, con quién puede quedar, con quién puede hablar, a dónde puede ir, qué puede ponerse. Impedirle hacer nuevos amigos, hablar con su familia. Mirar el teléfono de la pareja, leer sus correos electrónicos, registrar sus bolsillos y bolsos, acompañarla a todas partes y mantenerla vigilada a tiempo completo en el trabajo o en la escuela.

Esta lista no está completa: hay muchas formas de violencia y suelen darse juntas. El objetivo es el mismo: el efecto emocional en la víctima. La violencia física o sexual siempre tiene consecuencias emocionales también, y el objetivo suele ser ese efecto emocional en la víctima (para que se sienta menos, que sienta que se lo merece, que es su culpa, que no tiene sentido intentar cambiar las cosas, que no tiene ningún poder), no los moratones o las cicatrices físicas.

Mitos y realidades sobre la violencia de género y las violencias machistas

En nuestras sociedades existen conceptos erróneos y mitos comunes sobre la violencia de género que tienen un gran potencial para traumatizar aún más, silenciar a las víctimas, dar permiso a la mentalidad de los agresores y evitar que quienes pudieran ayudar apoyen a las víctimas.

Los mitos, que están presentes tanto a nivel individual como institucional y social, son una de las formas en que la violencia de género se ha mantenido y justificado a lo largo de la historia.

Aquí hay algunos ejemplos:

- Mito: La violencia de género es un problema de ira. Los hombres no pueden controlar su ira.

Realidad: Sentirse enfadado no implica automáticamente ser violento. El comportamiento violento es una elección. Los hombres que son violentos con las mujeres eligen la violencia como una forma de ejercer poder y control sobre sus parejas. Esto es posible gracias a las normas de masculinidad, que permiten e incluso animan a los hombres a ser agresivos. Creen que tienen derecho a controlar, dominar y herir a sus parejas. La mayoría de los hombres que son violentos con sus parejas pueden controlar perfectamente su ira hacia otras personas, especialmente su jefe u otras figuras de autoridad.

- Mito: Los celos son una señal de amor.

La realidad: Los celos no tienen nada que ver con el amor; son más bien un signo de posesividad, falta de confianza e inseguridad. También es uno de los signos más comunes de alerta temprana de abuso.

- Mito: Las mujeres maltratadas deben haber hecho algo para provocar al agresor. ("se lo merece"; se lo ha "buscado")

Realidad: Nunca es culpa de la víctima. Este tipo de declaraciones que culpan a la víctima sugieren que, para que el maltrato cese, la víctima debe buscar las razones por las que es maltratada y que tiene que hacer algo para cambiar su comportamiento. Sin embargo, la responsabilidad de la violencia siempre corresponde a la persona que se comporta de forma violenta.

- Mito: La violencia sexual es más probable que la cometa un desconocido.

La realidad: Todo lo contrario. De hecho, dos tercios de las agresiones sexuales son cometidas por alguien conocido por la víctima. Según algunos estudios, solo el 2% de los agresores son completos desconocidos.

- Mito: El abuso en línea está impulsado por la pasión, no por la violencia.

Realidad: El abusador puede fingir que ama tanto a una persona que no puede evitarlo. Pero estas acciones excesivas no provienen de un lugar de amor. El abuso es un acto de control y violencia. El agresor crea miedo mediante mensajes intimidatorios o amenazantes, aísla a la víctima limitando su capacidad de comunicación con amigos y familiares o la humilla publicando imágenes íntimas en Internet

Ciclo de la violencia

El ciclo de la violencia es un modelo desarrollado para explicar la complejidad y la coexistencia del maltrato con los comportamientos amorosos. Es necesario entender que romper el ciclo de la violencia es mucho más complicado que solo dejar al agresor.

Al principio de la relación, la persona que ejerce el maltrato suele actuar de tal manera que hace que la pareja **se sienta importante**: con mucha atención, promesas, vínculos, planificación mutua del futuro, regalos. A menudo se percibe como un cuento de hadas. Las representaciones de la sociedad (literatura, películas, socialización, etc.) sobre el amor romántico nos proporcionan imágenes poco saludables de cómo deberían funcionar las relaciones, de cómo debería comportarse cada persona en la relación y de cómo es ser amado, por ejemplo, a menudo se piensa que los celos son una prueba de que se ama a alguien, mientras que a menudo son el signo de que la pareja quiere poseer y controlar al otro; el amor incluye sufrimiento y sacrificio, pero a pesar de las heridas y los conflictos, el amor prevalecerá, y se debe hacer lo que sea necesario para que funcione.

Tras el comienzo romántico, **la tensión empieza a acumularse** y la relación se llena de pequeñas peleas y conflictos. Es importante señalar que estos conflictos se forman en torno a casos en los que el agresor intenta controlar a la víctima y quitarle su libertad. Por ejemplo, diciéndole que no debe ir a una fiesta en la que esté presente su ex. O que no se ponga un determinado vestido o se maquille. La persona agresora puede justificar sus acciones diciendo que cuida y ama a la pareja, y estas señales pueden a veces malinterpretarse como cuidado en una relación, cuando en realidad son intentos de control.

Después suele haber un **estallido violento** que es, desde el punto de vista de la víctima, algo grave en ese momento. Puede ser verbal, o físico, o sexual, lo importante es que sea algo impactante o muy hiriente para la víctima.

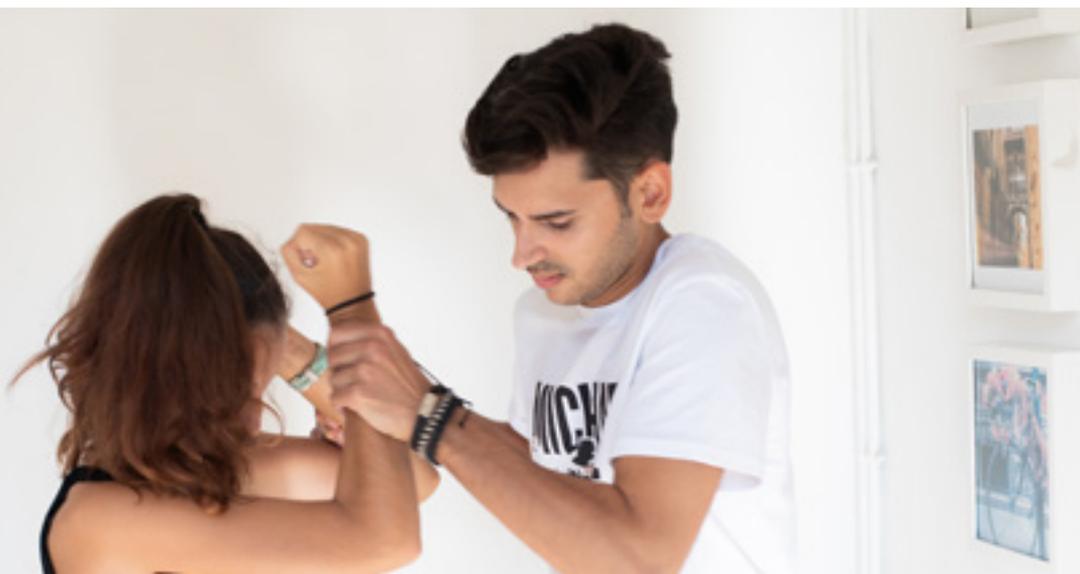
Los buenos ratos vuelven cuando la persona agresora percibe que la relación está en peligro y que la víctima podría querer romper. Por lo general, empieza a mostrar de nuevo su buena cara, actúa con amabilidad, hace promesas de que nunca volverá a comportarse así, da mucha atención y amor, con el fin de mantener al otro en la relación. Esta fase también se conoce como **“luna de miel”**. Los cambios son sólo temporales y las promesas que hace no duran mucho: cuando siente que la relación vuelve a ser segura, deja de ser amable y la tensión empieza a acumularse poco a poco. Si ya ha conseguido que la víctima dependa de la persona agresora, es posible que no tenga que esforzarse en evitar que se vaya, porque no podría irse fácilmente.

También es importante saber que la violencia y el maltrato en la relación suelen agravarse con el tiempo.

Los signos de alerta temprana incluyen:

- Celos constantes o irracionales, o enfadarse cuando la pareja quiere estar con amistades o familia
- Querer saber dónde se encuentra la otra persona en todo momento
- Cambios de humor impredecibles
- Amenazado con irse si la otra persona no hace lo que desea
- Insistencia en los roles de género tradicionales
- Forzando actos sexuales no deseados o no consentidos
- Intentar hacer que la pareja se sienta culpable en caso de no actuar como la persona abusadora le instruye o desea
- Amenazando con hacerse daño a sí mismos o a la pareja si ésta desea dejar la relación
- Antecedentes de violencia en relaciones previas

Más tarde, discutiremos cómo reconocer los signos en la escuela como profesorado.



Violencia en las relaciones LGBTQ+

A veces pensamos que la violencia sólo puede darse en las relaciones heterosexuales, porque son la mayoría. Hay muchos estereotipos en torno al género que hacen que la violencia en las relaciones LGBTQ+ sea muy difícil de reconocer, incluso para las propias víctimas. Estos conceptos erróneos incluyen:

1. La violencia sexual no es posible entre dos mujeres
2. Si hay violencia en una relación lésbica, seguramente no es física (es decir, no es peligrosa)
3. Los hombres son fuertes (o no tienen emociones) por lo que realmente no es posible dañarlos (emocionalmente)
4. No hay desequilibrio de poder en las relaciones entre personas del mismo sexo

Es importante saber que una relación LGBTQ+ puede ser tan violenta como una heterosexual, pero es más difícil pedir ayuda, debido a las actitudes homófobas y a la falta de servicios especiales. Por ello, es aún más importante apoyar a estos/as alumnos/as como profesorado.

Entre las formas especiales de violencia de pareja LGBTQ+ se encuentran el control de la salida del armario (amenazar con sacar a la persona del armario), los comentarios bifóbicos, el confundir el género a propósito, etc.⁴

Efectos emocionales de la violencia de género

Los efectos emocionales de la violencia de género pueden ser graves y duraderos. La violencia sexual es una de las violaciones de los derechos humanos más traumatizantes desde el punto de vista emocional.

Según la encuesta⁵ de la Agencia de Derechos Fundamentales sobre la violencia contra las mujeres, las consecuencias a largo plazo de sufrir violencia física o sexual son las siguientes:

- Pérdida de confianza en sí mismo/a 36%
- Ansiedad 35%
- Sentirse vulnerable 34%
- Dificultades en relaciones 29%

Violencia en las relaciones entre adolescentes

Según un estudio⁶ realizado en EE. UU., la violencia en las relaciones entre adolescentes es diferente de la violencia entre personas adultas. Las diferencias incluyen:

- La violencia es más mutua. Según la observación de las parejas físicamente violentas, la violencia es mutua en el 58% de los casos.
- El desequilibrio de poder entre las parejas no es tan grande, ser dependiente económicamente del otro es inusual.

^{4,5,6} Más información disponible en Bleeding Love: <https://www.bleedinglove.eu/project/>.

- Falta de experiencia y habilidades para gestionar las relaciones.
- La relación se produce más de cara a los demás (en la escuela) y no en privado, lo que significa que los/las compañeros/as y la presión del grupo tienen mucha más influencia en la forma de comportarse de la pareja.

Según otra encuesta⁷, tanto los chicos como las chicas intentan controlar a su pareja, pero los chicos tienen más "éxito". *"Las chicas con experiencias violentas se enfrentan a fuertes sentimientos de miedo, inutilidad, vergüenza y culpabilidad, mientras que los chicos suelen desestimar sus experiencias de víctimas como algo insignificante. [...] El uso de la violencia por parte de la novia afecta menos a los adolescentes varones o se percibe más como una molestia y un fastidio, que normalmente se ignora, pero al que a veces responden con un acto de violencia mucho más fuerte."*

1.2. Ciberviolencia sexual y de género

El Comité del Convenio sobre la Ciberdelincuencia del Consejo de Europa creó una definición integrando en el contexto cibernético la definición sobre la violencia contra las mujeres del Convenio de Estambul:

*"La ciberviolencia es el uso de los sistemas informáticos para causar, facilitar o amenazar con la violencia contra las personas que tiene como resultado o puede tener como resultado un daño o sufrimiento físico, sexual, psicológico o económico y puede incluir la explotación de las circunstancias, características o vulnerabilidades de la persona."*⁸

La razón por la que debemos hablar de la ciberviolencia como una categoría separada reside en el hecho de que el ciberespacio tiene muchas características que pueden potenciar, perpetuar y diversificar los actos violentos contra las mujeres y las niñas y los grupos vulnerables. La naturaleza y las causas de la violencia no son diferentes de la violencia de género fuera de línea, pero las herramientas pueden ser distintas, la visibilidad de la violencia puede ser diferente (las pruebas se ocultan más o se difunden rápidamente en Internet), así como las leyes que regulan los espacios en línea. Una cosa debe quedar clara, la ciberviolencia cometida a través de las redes digitales y en relación con los datos personales es igualmente dañina e impacta gravemente en la vida de la víctima.

¿Cuáles son las características de los espacios en línea que influyen en la naturaleza y el impacto de la violencia?

El anonimato puede amplificar la violencia. La falta de medios de identificación puede animar a la persona agresora con la percepción de que no tiene que asumir responsabilidades, o de que no tiene que cumplir las normas.

El uso generalizado de Internet y las redes sociales hace que el intercambio de información sea más rápido y amplio. Las imágenes, los comentarios y los datos ofensivos, violentos o reveladores que se publican en línea pueden difundirse rápidamente y a gran distancia, dejando a las víctimas vulnerables y sin control sobre su privacidad personal.

^{7,8} Más información disponible en Bleeding Love: <https://www.bleedinglove.eu/project/>.

Culpabilización de la víctima, revictimización y traumatización. Estas respuestas de los iguales y de las personas ajenas a la sociedad también pueden experimentarse en el caso de la violencia sexual y de género fuera de la red, debido a las normas y mitos tóxicos de la sociedad. La mayor publicidad y las “costumbres” de los espacios en línea pueden dar lugar a largos hilos de comentarios y a la formación de una opinión pública que traumatiza aún más a las víctimas.

La ciberseguridad es frágil. Las contraseñas, los códigos de acceso y la información completa de inicio de sesión pueden obtenerse con ciertos programas de piratería informática fácilmente accesibles en Internet. Los sitios y aplicaciones que guardan la información de acceso también pueden hacer que las cuentas personales sean más accesibles y sus propietarios más vulnerables.

Las políticas de moderación y denuncia siguen poniéndose al día. Gracias al gran revuelo de la opinión pública, han surgido más funciones en las redes sociales para denunciar los mensajes violentos o el acoso en línea, pero todavía no parece que las políticas de las redes sociales puedan proteger a las víctimas de actos violentos en línea o poner fin a un proceso una vez que se produce.

Internet no olvida. Las imágenes subidas, los datos, los resultados de las búsquedas siguen siendo accesibles de diversas maneras. Incluso cuando las personas a las que pertenecen la información o las imágenes ya no quieren que sean visibles.⁹ Esto puede contribuir a que el acto violento sea más permanente y persiga a sus víctimas.

La tecnología da nuevas herramientas de violencia de pareja. En una relación abusiva se pueden utilizar muchas características online y tecnológicas para ejercer un mayor control sobre la pareja, como el rastreo, el software de hacking, las plataformas online, la información de acceso guardada, etc. El acoso en línea es muchas veces la extensión del abuso en la vida real.

Como concluye el informe publicado por GenPol (2019), las consecuencias de ser víctima de la ciberviolencia pueden ser tan graves como las de la violencia offline, pero debido a estos factores mencionados, la ciberviolencia tiene el potencial de tener consecuencias importantes en la vida social y profesional y la víctima puede llegar a retirarse de los espacios online o abandonar sus puestos públicos o la carrera profesional deseada.

Formas de ciberviolencia sexual y de género

Las siguientes categorías no son la única clasificación de las formas de violencia en línea, las categorías también pueden superponerse entre sí, al igual que las formas de violencia de género fuera en el mundo físico. Las formas enumeradas proceden del extenso paquete de recursos sobre ciberviolencia titulado #HerNetHerRights publicado por el Lobby Europeo de Mujeres¹⁰.

El Consejo de Europa define el **discurso de odio sexista** como “las expresiones que difunden incitan, promueven o justifican el odio por razón de sexo”. Normalmente, se trata de las amenazas de violación, muerte y tortura que pueden recibir las mujeres y las niñas.

El **ciberbullying** consiste en comportamientos repetidos como el envío de mensajes de texto malintencionados, el inicio de rumores o la publicación de imágenes con el objetivo de atemorizar y socavar la autoestima o la reputación de alguien, lo que a veces empuja a las personas vulnerables a la depresión y al suicidio.

^{9,10} Más información disponible en Bleeding Love: <https://www.bleedinglove.eu/project/>.

El **ciberacoso** es el uso de medios digitales para comunicarse o interactuar con una persona no consentida. El acoso sexual en línea puede adoptar la forma de condiciones de humillación y sexualización por el hecho de ser mujer. Pueden utilizarse palabras ofensivas, sexistas e insultantes como “zorra”, “puta”, “perra”, así como comentarios sobre el aspecto físico de las mujeres.

El **doxing** se refiere a la búsqueda y publicación en línea de información privada en Internet para exponer públicamente y avergonzar a la persona a la que se dirige.

Los **creepshots** también se denominan voyerismo digital. Los creepshots consisten en que los agresores toman a escondidas fotos o vídeos de las zonas privadas de las mujeres para su gratificación sexual. En algunos casos, el acto de tomar la imagen sin el conocimiento de la víctima, y la subsiguiente violación de su intimidad y agencia, es lo que proporciona el disfrute sexual.

La “**pornovenganza**” es el hecho de utilizar fotos y vídeos privados de carácter sexual, cedidos o intercambiados, y publicarlos en línea para avergonzar y humillar a la víctima. Puede ser la extensión de la violencia de pareja a los espacios online. Las imágenes también pueden obtenerse pirateando el ordenador, las cuentas de las redes sociales o el teléfono de la víctima, y pueden tener como objetivo infligir un daño real en la vida del “mundo real” de la víctima (como conseguir que la despidan de su trabajo). Actualmente se debate el uso de la palabra venganza, pues pone el foco en algún comportamiento que haya hecho la víctima y que merezca venganza por parte de la persona agresora, y se opta por usar el término **sexprea- ding**, que hace referencia al acto de divulgar las imágenes.

El **hacking**, el acto de interceptar comunicaciones y datos privados puede tener como objetivo a las mujeres y las niñas, especialmente en forma de pirateo de cámaras web.

La **suplantación de identidad** en línea es el hecho de utilizar el nombre o la identidad de otra persona con la intención de perjudicar, defraudar, intimidar o amenazar a cualquier persona, la suplantación de identidad en línea puede utilizarse para desacreditar a las mujeres víctimas ante sus compañeros sociales y profesionales o con fines delictivos similares a la suplantación de identidad fuera de línea.

La **distribución maliciosa** es el uso de herramientas tecnológicas para distribuir material difamatorio relacionado con la víctima y/o organizaciones; por ejemplo, utilizando las nuevas tecnologías como herramienta de propaganda para promover la violencia contra las mujeres, llamar a la violencia contra los servicios de aborto, etc.

Ataques en masa y cibermobs: las hordas hostiles incluyen cientos, a veces miles de personas, que acosan sistemáticamente a una persona.

Sexting abusivo: El sexting es el intercambio electrónico consentido de fotografías de desnudos o sexuales. Sin embargo, es diferente del intercambio no consentido de las mismas imágenes. Aunque los chicos y las chicas adolescentes envían mensajes sexuales en la misma proporción, los chicos tienen entre dos y tres veces más probabilidades de compartir las imágenes que les han enviado a terceros.

Tráfico facilitado digitalmente: El tráfico de mujeres utilizando medios tecnológicos como la captación, incitando a las mujeres a la prostitución ayudado por el amplio alcance y el anonimato de Internet y a menudo con el uso de perfiles falsos. Es importante ser consciente de cómo las herramientas digitales les facilitan a los traficantes sexuales ampliar su alcance a las mujeres/niñas vulnerables.

La violencia en línea se dirige con más frecuencia a las mujeres y las niñas y a las personas que muestran una expresión sexual o de género no conforme, de forma similar a los espacios fuera de línea. Otras circunstancias como la etnia o la discapacidad hacen que se corra más riesgo de ser víctima de la violencia en línea (y fuera de ella).

Como podemos observar, muchos de los actos violentos mencionados anteriormente tienen un aspecto sexual, lo que ha contribuido a los debates actuales de que ciertas formas de ciberviolencia deberían clasificarse como formas de violencia sexual.¹¹

Datos sobre la ciberviolencia sexual y de género en las relaciones íntimas

Si bien la tecnología desempeña un papel importante en el empoderamiento de las niñas y las mujeres, las características de los espacios en línea mencionadas anteriormente conllevan también la falta de seguridad para los grupos vulnerables.

Según un informe de la Organización Mundial de la Salud de 2013¹² **1 de cada 3 mujeres habrá sido víctima de abusos físicos o sexuales** a lo largo de su vida. La Agencia de los Derechos Fundamentales de la Unión Europea (FRA) descubrió en 2014 que el **20% de las mujeres jóvenes de entre 18 y 29 años de la UE han sufrido acoso sexual en línea**, y que al menos 1 de cada 10, lo que significa que aproximadamente **9 millones de chicas europeas han sido víctimas de una forma de violencia de género digital antes de cumplir los 15 años**. Según un informe de las Naciones Unidas de 2015, **mundialmente el 73% de las mujeres y las niñas han sufrido alguna forma de violencia en línea**.

Un estudio del 2009 en el Reino Unido¹³ ofrece un panorama importante sobre la prevalencia de la violencia en las relaciones de pareja de los adolescentes, pero también destaca las diferencias entre chicos y chicas en la percepción de la violencia y el impacto percibido por las víctimas. Los resultados fueron los siguientes:

- Casi el **75% de las chicas y el 50% de los chicos declararon haber tenido experiencias de abuso emocional. El 33% de las chicas, pero sólo el 6% de los chicos, pensaban que esto tendría efectos negativos en su bienestar**. Las formas de violencia emocional más nombradas fueron “ser objeto de burla” y “ser controlado y chequeado constantemente”
- Alrededor del **33% de las chicas y el 16% de los chicos declararon haber sufrido algún tipo de violencia sexual. El 70 % de las chicas y el 13 % de los chicos declararon que había repercutido negativamente en su bienestar**
- Aproximadamente el **25% de las chicas y el 18% de los chicos declararon haber sufrido violencia física por parte de su pareja. El 11% de las chicas y el 4% de los chicos declararon haber sufrido violencia grave**. De nuevo, **un número considerablemente mayor de chicas (75%) que de chicos (14%) sufrieron un impacto negativo en su bienestar**

¹¹European Institute for Gender Equality (EIGE) (2017). Ciberviolencia contra niñas y mujeres. Disponible en: <https://bit.ly/3f0u8af>

¹²World Health Organization (2013). Estimaciones mundiales y regionales de la violencia contra las mujeres. Disponible en: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241564625>

¹³Barter C., McCarry M., Berridge D., Evans K. (2009). Explotación y violencia de pareja en las relaciones íntimas de los/las adolescentes. Disponible en: http://www.womenssupportproject.co.uk/userfiles/file/partner_exploitation_and_violence_report_wdf70129.pdf

Como se mencionó anteriormente, la ciberviolencia no se presenta sola como una nueva forma de violencia, sino que está **conectada** con la violencia de pareja. La encuesta de Women's Aid de 2017¹⁴ declara que:

- El 45% de las víctimas de la violencia doméstica declararon haber sufrido algún tipo de abuso en línea durante su relación
- El 48% declaró haber sufrido acoso o abuso en línea por parte de su expareja una vez que había dejado la relación
- El 38% denunció el acoso en línea una vez que había dejado la relación
- El 75% de las víctimas de acoso y abuso en línea se quejan de que la policía no sabe cuál es la mejor manera de responder a los abusos o el acoso en línea. Esto incluye al 12% que ha denunciado los abusos a la policía y no ha recibido ayuda

En cuanto a la plataforma en la que se produce específicamente el acoso en línea, el informe del Pew Research Center de 2014¹⁵ sobre la población estadounidense nos dio información:

- El 66% de los usuarios de Internet dijo que su incidente más reciente se produjo en una red social o aplicación
- El 22% en la sección de comentarios de un sitio web, el 16% a través de los juegos en línea
- 16% en una cuenta de correo electrónico personal
- 10% en foros de discusión (como Reddit)
- 6% en un sitio web o aplicación de citas en línea

Según la investigación, las mujeres son más propensas a ser acosadas en las redes sociales, mientras que los hombres, especialmente los más jóvenes, son más propensos a ser acosados en los sitios de juegos en línea.

En cuanto a la identidad de los agresores, la investigación de PEW descubrió que el 38% de las encuestadas fueron acosadas en línea por un desconocido y el 29% no pudo determinar la identidad de su acosador.

Cada vez hay más estudios sobre las causas de que el espacio en línea sea tan arriesgado para las niñas y las mujeres.

Las legislaciones todavía se están poniendo al día con este vasto y creciente ámbito y los críticos subrayan que el cambio de políticas en el sector tecnológico es necesario. El sector de las tecnologías de la información, dirigido y dominado por el hombre, crea políticas y herramientas que no se tienen en cuenta bajo el aspecto de los riesgos para la seguridad de las niñas, las mujeres y otros grupos vulnerables.¹⁶

¹⁴ Women's Aid Federation of England (2014) Mundo Virtual, Miedo Real. Disponible en: https://www.womensaid.org.uk/wp-content/uploads/2015/11/Women_s_Aid_Virtual_World_Real_Fear_Feb_2014-3.pdf

¹⁵ Pew Center Research (2014) Acoso en línea. Disponible en: <http://www.pewinternet.org/2014/10/22/online-harassment/>

¹⁶ UN Broadband Commission for Digital Development (2015) Ciberviolencia contra mujeres y niñas: una llamada de atención mundial. Disponible en: https://www.unwomen.org/-/media/headquarters/attachments/sections/library/publications/2015/cyber_violence_gender%20report.pdf?v=1&d=20150924T154259

2. Fomentando la prevención y respuesta a la violencia sexual y de género en las escuelas

2.1 ¿Cómo percatarse si el alumnado está siendo expuesto a violencia, específicamente a violencia de género y (ciber) violencia sexual (en una relación de pareja)?

Es más fácil obtener información sobre un caso de violencia si los actos se producen directamente y pueden **observarse** en un contexto escolar (durante un recreo, en clase, durante actividades extraescolares, etc.).

Sin embargo, a veces, el profesorado y personal escolar **no reconocen** ciertos comportamientos o declaraciones como violencia (más frecuentemente cuando se trata de violencia psicológica). Como el resto de la sociedad, a veces, los/las profesores/as pueden creer **que no es** un problema "grave" que requiera una reacción (que es una "cosa menor"). A veces, incluso el personal profesional de apoyo (pedagogos, psicólogos), cree que se trata de una relación "privada" en la que **no se debe interferir**. Esto último es habitual en el caso de la violencia que se produce en las relaciones de pareja (de los/las jóvenes).



Importante: La violencia **no puede** ser un "asunto privado". La violencia es inaceptable, es un delito, hay que ponerle fin y evitar que se repita, así como proporcionar ayuda y apoyo a la persona expuesta a la violencia. Todo el personal de la escuela tiene la **obligación** de reconocer y responder en consecuencia a toda la violencia que afecte a los alumnos de la escuela o sea perpetrada por ellos.

Cuando el profesorado u otro personal de apoyo profesional sospechan, reciben información u observan que el alumnado está expuestos a la violencia, pueden **comprobar** las inquietudes por la seguridad, la protección y el bienestar de los alumnos de diferentes maneras:

- **Directamente** – preguntando/hablando con el/a alumno/a que muestra cambios de comportamiento y reacciones (siempre en privado, en un entorno seguro)
- **Indirectamente** – hablando con sus amistades del colegio o con sus padres (también en confianza y en un espacio seguro), o a través de actividades con todo el alumnado, centradas en diversos temas, desde el reconocimiento de la violencia hasta la diferenciación de las relaciones de pareja sanas y no sanas, pasando por el reconocimiento de las señales de alarma de la (ciber) violencia sexual y de género en las relaciones de pareja de los/las jóvenes (a través de las cuales el/la profesor/a se muestra abierto a escuchar los problemas relacionados con este ámbito y a ayudar en su solución)

La violencia no siempre se produce en las instalaciones de la escuela o de una forma fácilmente perceptible y reconocible. **No hay señales directas** (seguras) en el comportamiento, las emociones, las relaciones sociales, las actividades escolares y los logros que indiquen definitivamente (de forma inequívoca) que un/a alumno/a está expuesto a alguna forma de violencia.

Sin embargo, los **cambios** en el comportamiento, en la expresión de las emociones, en las relaciones sociales, en las actividades escolares y en el rendimiento, podrían ser una **señal de alerta** de que el/la estudiante **tiene un problema**. La literatura relevante discute algunas de las señales que indican que los/las estudiantes están expuestos a la violencia y que como profesorado o personal profesional pueden **reconocer**, tales como:

- **Cambios en el comportamiento**, que implican una amplia gama de reacciones, como la pérdida de interés o el abandono de actividades que antes eran importantes para los/las alumnos/as, pero también tensión, confusión, "secretismo", evitación del contacto visual, dificultades psicofísicas (como dolores de cabeza, dolor de estómago, insomnio, fatiga, pérdida de apetito), presencia de lesiones (moratones, cicatrices)
- **Cambios en el estado de ánimo** y en la expresión de las emociones, también incluye una amplia gama de reacciones que van desde la pérdida de la alegría hasta una actitud sombría, nerviosismo, aislamiento, apatía, miedo, precaución, culpa, vergüenza, sentimientos ambivalentes, impotencia, desconfianza, ansiedad, depresión, pensamientos suicidas, irritabilidad y estallidos de reacciones emocionales (estallido de ira repentino e inapropiado, llanto)
- **Cambios en las relaciones sociales**, pérdida de interés por socializar con el resto de los y las estudiantes, aumento del distanciamiento, evitación de actividades escolares comunes, retraimiento y distanciamiento incluso de las amistades más cercanas, hasta el cese total de las relaciones con las amistades y el (auto)aislamiento
- **Cambios en los intereses y logros escolares**, pérdida de interés y abandono de las actividades escolares, retirada de la participación en las actividades escolares, ausencia de clases, problemas de concentración, problemas de aprendizaje, descenso de los resultados escolares (los resultados escolares pueden incluso mejorar, como resultado de los esfuerzos añadidos invertidos, especialmente cuando la violencia proviene de alguien ajeno a la escuela, a menudo de la familia)
- **Cambios en el uso de ordenadores y teléfonos móviles**, como la disminución o el cese total de su uso, hasta el aumento de su uso (seguimiento obsesivo de contenidos o mensajes, cierre de páginas/chats cuando alguien se acerca), evitar responder a preguntas relacionadas con el tiempo de uso de los dispositivos, con la persona con la que se comunican, lo que siguen en línea, la eliminación de cuentas y la apertura de otras (complementamente) nuevas
- **Mala imagen de sí mismo/a** (que es diferente de un período anterior), baja autoestima, independencia emocional y/o económica de su pareja, ser chantajeado/a, forzado a actos a los que no estaría de acuerdo antes.



Importante: La presencia de **uno** de los comportamientos enumerados no indica necesariamente la presencia de malos tratos en una relación de pareja, pero si se observa un número mayor de signos, debe comprobarse qué está ocurriendo. A veces, la presencia de un solo signo es un indicador (seguro) de alto riesgo, es decir, de la posibilidad de que la violencia se intensifique (dicho signo es, por ejemplo, la existencia de **celos** en una relación de pareja).

No todas las personas reaccionan de la misma manera en una situación de violencia y abuso en las relaciones de pareja, o no reaccionan con la misma intensidad, y algunos cambios en el comportamiento de la víctima no son necesariamente negativos. Por lo tanto, **no hay signos típicos ni víctimas típicas.**

Las consecuencias de la violencia digital son similares a las del acoso o el hostigamiento en la vida real que se producen fuera de Internet y pueden suponer un grave riesgo para la seguridad debido a la rápida e incontrolable difusión de los datos personales, la falta de protección y la posibilidad de que la violencia se transmita en directo.

2.2 ¿Cómo responder a la sospecha o revelación de violencia sexual y de género?

Algunos principios claves:

- La seguridad de la víctima es una prioridad en la actuación de todos en el centro escolar y en todas las instituciones al margen del colegio
- El autor es el único responsable del comportamiento violento
- Todas las intervenciones deben tener en cuenta la desigualdad de poder entre la víctima/superviviente y el autor de la violencia
- Es necesario respetar las necesidades, los derechos y la dignidad de la víctima de la violencia
- La urgencia de los procedimientos a tomar debe ajustarse a la evaluación de la gravedad de la situación y la posible puesta en peligro de la víctima/superviviente
- La escuela y todas las instituciones pertinentes son responsables de poner fin a la violencia, y de tomar las medidas necesarias para la protección y el apoyo al/la superviviente de la violencia

Normas generales de comunicación con una persona que sufre violencia¹⁷

Respetar y alabar la decisión de revelar la violencia: No es fácil admitir/revelar la existencia de la violencia, se necesita mucho valor que debe ser respetado. Hay que elogiar al/la alumno/a por su decisión de confiarle a alguien que tiene un problema. La revelación de la violencia debe tomarse siempre en serio: la compasión, la comprensión y la disposición a ayudar son fundamentales en ese momento.

Hablar con el/la alumno/a que estuvo (se sospecha que estuvo o hay información de que estuvo) expuesto a la violencia -siempre **primero** con la víctima de la violencia y nunca en presencia del **agresor- inmediatamente** después de recibir información sobre la violencia.

Garantizar la seguridad de la persona que ha sufrido la violencia: si la violencia se ha producido en ese momento y el agresor está presente, **separar inmediatamente al agresor de la víctima** hasta que se completen todos los procedimientos escolares previstos y los procedimientos ante otras instituciones, así como evitar el contacto (independientemente de que dicho contacto no sea necesariamente negativo, p. ej., el agresor puede enviar mensajes de amor o intentar disculparse) y la posible influencia sobre la víctima (en forma de presión para que se abstenga de denunciar la violencia o de participar en los procedimientos, amenazas, intimidación, chantaje, publicación de la denuncia). p. ej., el agresor puede enviar mensajes de amor o intentar disculparse) y la posible influencia sobre la víctima (en forma de presión para que se abstenga de denunciar la violencia o de participar en los procedimientos, amenazas, intimidación, chantaje, compartir públicamente contenidos íntimos sobre la víctima, etc.);

Crear a la persona y proporcionar apoyo: Prepararse para escuchar y aceptar lo que oyes. Asegúrate de que el/la estudiante que revela la violencia tiene un entorno de apoyo. No presiones para que se revelen más detalles (anima a la persona que te ha confiado a que vuelva y continúe la conversación, cuando esté preparada; dile que puede estar presente una persona de confianza, si esto le facilita las cosas; asegúrate de que la persona de confianza no hable en lugar del alumno expuesto a la violencia).

No juzgar ni culpar: No hay justificación para la violencia. Diga claramente a la persona que revela la violencia que no ha hecho nada malo o incorrecto, que no tiene la culpa de la violencia. La violencia es siempre una elección y una responsabilidad de la persona que la ejerce. Repite este mensaje a la víctima/superviviente de la violencia. Ten cuidado: algunas preguntas pueden sonar (involuntariamente) como si estuviéramos culpando a la superviviente. No se deben utilizar preguntas que empiezan con "POR QUÉ...", porque las víctimas pueden percibir las como si estuvieran juzgando o culpando ("Por qué enviaste tus fotos... o Por qué no...").

Asegurarse de que hay un espacio seguro y confidencial: Encuentra un tiempo y un espacio donde puedas escuchar a la persona que revela la violencia en un entorno seguro y confidencial (nunca hables en presencia de otras personas, a menos que se trate de una persona de confianza elegida por la víctima/superviviente), o en espacios comunes (donde pasan o permanecen otras personas).

No hacer demasiadas preguntas: El profesorado y el personal de la escuela no determinan ni necesitan probar lo sucedido (no investigan el caso). Esto significa que, si la conversación es confidencial, no comprobarán con (hablarán con) la persona identificada como autora de la violencia lo que ha sucedido y las declaraciones de la víctima/superviviente de la violencia: creen en la expe-

riencia de la persona que les confía y están ahí para ayudar. Sin embargo, ten en cuenta la obligación de informar sobre cualquier sospecha y/o información de violencia a los responsables de la escuela (servicio de apoyo profesional, equipo escolar de protección contra la violencia), por lo que, si la conversación no puede ser confidencial, **debes** informar a la víctima sobre ello.

Escuchar activamente: escucha atentamente, intenta comprender lo que le dice el alumno, fíjate en la comunicación no verbal, en las emociones, comprueba que te ha entendido correctamente.

No dar consejos: El profesorado no tiene conocimientos y habilidades (específicas) para el asesoramiento y el trabajo terapéutico. Deben respetar la experiencia de la víctima y proporcionar apoyo a los/las alumnos/as que confían en ellos. No hay soluciones "prefabricadas", así que no intentes pensar de antemano lo que vas a decir, para aconsejar. No hagas comentarios generales sobre la situación de la persona afectada, ni buenos ni malos.

Controlar tus reacciones. Es importante mantener la calma, no mostrar disgusto, ira o miedo. Reaccionar de forma exagerada puede asustar a los/las alumnos/as (y hacer que decidan no hablar de su experiencia). Por otro lado, la ausencia de reacción puede dar la impresión de que no crees que sea importante lo que la persona afectada te confía, que lo que está diciendo no es importante. Sé consciente de tu comunicación no verbal (expresión facial, ojos, gestos, movimientos, tono de voz).

No hablar con otros sobre el tema de tu conversación. A no ser que estés obligado a comunicar cualquier sospecha y/o información sobre violencia, no hables con compañeros/as, otros/as alumnos/as, padres, etc. sobre lo que te han contado. Las conversaciones de consulta deben mantenerse sólo con expertos de la escuela (servicio de apoyo profesional, pedagogos, psicólogos). Incluso entonces, es bueno contar con el consentimiento informado del/la alumno/a. En las conversaciones consultivas con los expertos no es necesario facilitar los datos personales de los/las alumnos/as.

Proporcionar información adecuada: Los profesores deben proporcionar información adecuada, sencilla y correcta sobre lo que pueden y no pueden hacer, para informar claramente sobre su obligación de respetar las posibles restricciones en la confidencialidad de las conversaciones con los profesores. La escuela debe respetar los procedimientos prescritos, y cada profesor debe saber a quién dirigirse en la escuela en caso de recibir información sobre la ocurrencia de violencia.

No prometer lo que no se puede cumplir. Es útil que la escuela disponga de una lista actualizada de direcciones, números de teléfono, correos electrónicos y direcciones de sitios web de todas las instituciones, organizaciones y personas pertinentes para consultas, apoyo y ayuda.

Ponerse en contacto con las instituciones adecuadas. Cuando se trata de violencia, estás obligado a informar a los órganos competentes del centro escolar o a las instituciones responsables fuera del centro, se debe informar al alumno que ha revelado la violencia y se debe garantizar el apoyo de una "persona de confianza".

Respetar las necesidades y los derechos de la víctima - junto con la cuestión de la seguridad, esto puede ser el derecho a ser informado, el derecho al apoyo psicológico y al empoderamiento, la remisión al apoyo legal, la protección sanitaria si se requiere, etc. La escuela no puede satisfacer todas las necesidades, pero está obligada a proporcionar información adecuada, completa y correcta y a informar o remitir al/la alumno/a a otros servicios disponibles en la comunidad.

Otras medidas a tomar

Hablar con el/la alumno/a que ha perpetrado (se sospecha o hay información al respecto) la violencia -nunca en presencia de la persona que ha sobrevivido a la violencia- **inmediatamente** después de recibir información sobre la misma.

Hablar con los/las estudiantes que tienen (o pueden tener) información sobre la violencia que está ocurriendo (espectadores y testigos de la violencia) - **inmediatamente** después de recibir información sobre la violencia.

Hablar con los padres de los/las alumnos/as que han participado en el evento (o que tienen información al respecto) en reuniones individuales, de acuerdo con las normas y procedimientos pertinentes, **lo antes posible** (según la ley).

Desarrollar un plan de apoyo individual para la persona que ha estado expuesta/sobrevivido a la violencia, que incluya actividades claras y concretas para la recuperación y el empoderamiento de la víctima/superviviente, los responsables de la aplicación concreta, los plazos, el método de seguimiento y evaluación de los efectos y el plazo para la revisión del plan; la persona que ha sobrevivido a la violencia **participará activamente** (en todas las fases), **lo antes posible**.

Elaborar un plan de acción individual para/hacia el/la alumno/a que ejerce la violencia, que incluya medidas claras y concretas, responsables de la ejecución concreta de las actividades, plazos, método de seguimiento y evaluación de los efectos y plazo para el examen y la revisión del plan; la organización de un trabajo especializado con el agresor en la escuela o la remisión a instituciones que apliquen un tratamiento psicosocial para los agresores no puede en ningún caso sustituir a las medidas que representen sanciones por el acto cometido, **lo antes posible**.

Aplicar medidas, seguimiento de los efectos, revisión de las medidas y actividades planificadas, en caso de que las medidas planificadas no produzcan los efectos previstos o se produzcan cambios en las circunstancias, **de forma continua** (según los plazos del plan individual).



Informar al profesorado y a los grupos profesionales de la escuela sobre las medidas adoptadas y sus efectos, el **análisis** de las causas y las consecuencias, el análisis de la idoneidad de la respuesta de la escuela, la recomendación de un plan para reducir los factores de riesgo y reforzar los factores de protección, la puesta en marcha de actividades de **prevención** obligatorias para evitar que la violencia se produzca y/o se repita, la mejora del nivel de concienciación, los conocimientos y las habilidades de todas las partes interesadas en todos los temas y cuestiones importantes, **de forma continua**.

Mantener registros adecuados sobre el evento y todas las medidas planificadas y aplicadas, **de forma continua**.

Formas específicas de protección contra la ciberviolencia sexual y de género

A continuación, se ofrecen varias informaciones importantes sobre lo que se debe hacer en caso de conocimiento de la ciberviolencia sexual y de género, independientemente de que se produzca en una relación de pareja o en otro tipo de relación¹⁸:

- **Abstenerse de sugerir** a la víctima que “apague” Internet y las redes sociales, ya que esto no detiene la violencia, mientras que la víctima puede quedar aún más aislada
- **Ignorar** los mensajes que no son importantes, que no ponen en peligro y que no afectan a la reputación de uno mismo (la mayoría de los agresores esperan una reacción y están dispuestos a continuar e incrementar su acoso y violencia una vez que ven que lo han conseguido) - en vez de eso
- Usar la opción de **bloquear** a quienes envían mensajes violentos (en diferentes plataformas, como Facebook, Instagram y Twitter)
- Dejar de **seguir, desetiquetarse** de la publicación (Facebook) o de la fotografía (Facebook e Instagram), dejar de ser amigo/a de las personas con las que no se siente seguridad y comodidad a la hora de compartir contenidos
- **Denunciar contenidos** (Facebook e Instagram) que infrinjan las normas/directrices de la comunidad (proporciona una descripción clara de dónde se encontró dicho contenido)
- Recolectar **evidencia** a través de capturas de pantalla y guardar mensajes (la evidencia de abuso es importante para emprender medidas legales)
- Acudir a las **organizaciones especializadas** que se ocupan de los derechos digitales y a las organizaciones de protección de los derechos de los/las niños/as y las mujeres para obtener información y apoyo
- **Informar** a las instituciones responsables - organismos de lucha contra la delincuencia de alta tecnología en la policía o departamentos especializados de la fiscalía
- **Recordar** a los/las niños/as y adolescentes que deben mantener sus contraseñas **a salvo** de todo el mundo, y que es importante buscar ayuda: si no se puede evitar que se produzca la violencia, es importante detenerla **lo antes posible**

¹⁸ #HerNetHerRights – Mapa de la situación de la violencia en línea contra las mujeres y las niñas en Europa. 2017. Ileš, M. 2018. Digitalno nasilje protiv žena i devojčica, u: Ignjatović, T., Ileš, M. Ignjatović, T., Ileš, M. (ur.): Odgovor obrazovno-vaspitnih institucija na rodno zasnovano nasilje i nasilje u porodici. Autonomni ženski centra. Disponible en: https://www.womenngo.org.rs/images/publikacije-dp/2018/Odgovor_obrazovno_vaspitnih_institucija.pdf STOP Cyber Violence – Toolkit for Trainers. 2017. Stowarzyszenie Instytut Nowych Technologii (Poland), Crystal Clear Soft (Greece), CSP - Innovazione nelle ict S.C.A.R.L. (Italy), Asociatia Direct (Romania).

3. Prevención de ciberviolencia sexual y de género en un ambiente escolar

La prevención eficaz y sistemática de la violencia entre parejas íntimas entre adolescentes representa la estrategia clave para reducir los índices de violencia de género. Debemos trabajar para iniciar el cambio a nivel individual, en las relaciones, en la comunidad y en la sociedad en su conjunto. Dado que casi todos los/las niños/as y adolescentes asisten a la escuela, el sistema educativo es el escenario ideal para la aplicación de programas de prevención de la violencia de género, incluidos los que abordan la ciberviolencia en las relaciones de pareja.

Las acciones tienen que centrarse en el cambio de las normas culturales y sociales que rodean al género, a la vez que se trasladan estos esfuerzos a la era digital: es necesario educar a la próxima generación de usuarios/as de las TIC en materia de información y alfabetización mediática, así como en su percepción de la seguridad. Al mismo tiempo, las iniciativas de prevención que abordan las relaciones saludables podrían desempeñar un papel fundamental en el cambio de las actitudes estereotipadas que alimentan y refuerzan la desigualdad de género, pero también en la concienciación de los adolescentes sobre cuestiones relativas a su propia seguridad en sus relaciones y/o en otros contextos. La creación de expectativas de relaciones sanas y no violentas y el desarrollo de habilidades que son partes importantes en este sentido, como la construcción de una relación amorosa y respetuosa con sí mismos/as y con su cuerpo, el aprendizaje de la comunicación desde la comprensión y no desde la reacción, el apoyo mutuo y el respeto, pueden ayudar a reducir los riesgos de experimentar y perpetrar la violencia de pareja.

3.1 Creando un ambiente escolar seguro y no violento

Un clima que se sienta seguro y no violento en la escuela es crucial para la prevención e intervención en la violencia, en particular la violencia cibernética sexual y de género en las relaciones de pareja. Para crear un entorno escolar seguro hay que centrarse en los valores y principios que se defienden en la escuela, y en **la forma en que se ponen en práctica**. Para ello, las escuelas deben ser un lugar de conexión y apoyo afectivo entre estudiantes, profesorado y otros miembros del personal. Esto requiere el esfuerzo de todos los que participan en el entorno escolar.

Para ello es importante contar con políticas y procedimientos escolares que establezcan el respeto a la diversidad, hagan de la escuela un espacio seguro y libre de discriminación, y faciliten la denuncia de incidentes dando apoyo a los y las estudiantes que experimenten cualquier forma de abuso y violencia. Las políticas escolares deben apoyar a los/las estudiantes para que pidan ayuda y denuncien la violencia o cualquier uso inapropiado de la tecnología para controlar, intimidar o acosar a otras personas, que presencien o conozcan. Es importante compartir la política ampliamente y mostrarla públicamente para asegurarse de que toda la comunidad escolar la conoce y para aplicar de forma coherente las medidas y acciones en los centros educativos.

A menudo se señala que la **relación** entre profesorado y alumnado es clave y que define todas las demás relaciones en la escuela. Se dice que los/las docentes no sólo guían a los alumnos y alumnas en el proceso de aprendizaje, sino que son **modelos de comportamiento** y actúan como **apoyo** en el desarrollo de la personalidad de los/las estudiantes.

Por lo tanto, el apoyo adecuado al profesorado, y al resto del personal escolar, puede tener importantes efectos positivos en el desarrollo de los/las estudiantes, especialmente si están expuestos a circunstancias y experiencias negativas. Sin embargo, también se señala que la escuela es el lugar de los **desencuentros/malentendidos** entre tres actores principales: alumnado, profesorado y familias. Las críticas más frecuentes de los/las alumnos/as a los/las profesores/as se refieren a su falta de interés por los/las niños/as y al insuficiente contacto humano entre profesores/as y alumnos/as.¹⁹

Para que la escuela sea un lugar seguro y alentador para el desarrollo de los/las niños/as y los/las jóvenes, es necesario garantizar un entorno de confianza en el que los/las alumnos/as puedan hablar *abierta y honestamente* sobre los diferentes problemas y los diferentes aspectos de su seguridad, así como asumir la *responsabilidad* de su comportamiento. Esto incluye fomentar su *participación* en la aportación de sugerencias y en la creación de diferentes actividades, la disposición del profesorado, del personal de apoyo profesional y de la dirección del centro a *escuchar y respetar* las propuestas de los y las estudiantes, así como a *integrarlas* en los planes de estudio y en las actividades.

El papel de los y las docentes como **modelos** de comportamiento no discriminatorio y no violento es especialmente importante en la adolescencia. El profesorado debe mostrar claramente, con lo que dice y hace, que respeta la diversidad y promueve la igualdad y la equidad en la escuela, para que los y las estudiantes tengan la sensación de que su personalidad es respetada y puedan construir un sentimiento de pertenencia a un grupo y al contexto escolar. Al mostrar interés por los alumnos y alumnas, los/las profesores/as construyen una relación de confianza con ellos/as y muestran su disposición a apoyar y ayudar a sus alumnos/as.

En todas las escuelas hay profesores/as en los que los/las alumnos/as (padres y madres, compañeros/as) **confían** más. A menudo los llamamos "personas de confianza", y les describimos como personas que tienen capacidad de escucha activa y no juzgan:

- Saber escuchar (oír y reconocer los signos no verbales de su interlocutor) transmitiendo: *"escucho tu problema"*
- Que tratan de entender lo que la otra persona está tratando de decir o cómo se siente, *"entiendo cómo te sientes"*
- Muestran claramente que están dispuestos a ayudar a encontrar una solución al problema: *"te ayudaré a pensar sobre el problema, intentaremos encontrar una solución"*

No todos los profesores y profesoras tienen esta capacidad, pero es importante que haya personas en la escuela que tengan esta función y también personas que tengan un buen conocimiento de las normas y procedimientos escolares, consultas con expertos en la escuela, información sobre las instituciones responsables, contactos de profesionales en los servicios pertinentes, números de teléfono de organizaciones especializadas que prestan apoyo a las víctimas/supervivientes de la violencia.

Estas personas representan un apoyo no sólo para el profesorado y la dirección del centro, sino también para los padres y los/las alumnos/as cuando se produce o se sospecha de violencia.

¹⁹ Polovina, N., 2014. Vršnjačko nasilje u školi: porodični faktori uticaja u ekosistemskoj perspektivi. *Nastava i vaspitanje*, 63(4), 717-732; Zotović-Kostić, M., Beara, M. 2016. Mentalno zdravlje mladih u AP Vojvodini – stanje i perspektive. Centra za proizvodnju znanja i veština, Novi Sad. Disponible en: <http://cpzv.org/cpzv/uploads/Mentalno-zdravlje-mladih-u-APV.pdf>

Sin embargo, es fundamental que todos los/las profesores/as y el personal escolar mantengan una comunicación constante con los/las alumnos/as y les animen a buscar apoyo y a expresar lo que observan, sienten y experimentan.

Sé claro: Di a tus estudiantes que el abuso es inaceptable y que lo consideras un asunto muy serio.

Habla con tus alumnos/as: Pregunta a sus alumnos/as qué piensan sobre la violencia en las relaciones de pareja y animálos a reflexionar de forma crítica sobre las repercusiones negativas de esas relaciones afectivas.

Escucha: Presta atención, escucha lo que te dicen los y las estudiantes, hazles saber que te interesa, que estás ahí para ellos.

Anima, apoya, ayuda: Ten cuidado de no minimizar la importancia de sus problemas por su edad, su falta de experiencia o la duración de sus relaciones afectivas. Sé su apoyo y señala que estás del lado del estudiante que ha estado expuesto a la violencia. Ten en cuenta que son los propios estudiantes los que deben decidir si terminan o abandonan la relación insana. No juzgues. Apoya y ayuda.

Prepárate: Familiarízate con estos temas, con las formas de prestar apoyo, con los pasos y con los procedimientos. Proporciona información sin prejuicios ni juicios. Sé consciente del riesgo de escalada de violencia en el momento de dejar/terminar una relación de pareja insana y violenta. Sé consciente de la responsabilidad de denunciar la violencia a la que han estado expuestos los/las alumnos/as.

El profesorado (al igual que los padres) debe transmitir a sus alumnos/as mensajes de apoyo, interés, confianza y respeto, y algunos de ellos son²⁰:

- **Apoyo:** Me gustaría que supieras que puedes contar conmigo. Me alegro de que hayas acudido a mí en busca de ayuda, trabajaremos conjuntamente para encontrar una solución.
- **Mostrando interés:** Lo que escuché ayer sobre los mensajes insultantes que estáis intercambiando en Facebook me preocupa mucho, ¿te gustaría hablar de ello? ¿Has conseguido tomar una decisión? ¿Estás seguro/a? ¿Cómo te sientes?
- **Confianza:** Gracias por compartir esta experiencia conmigo. Siempre puedes decirme si algo te preocupa. Lo que hablamos queda entre nosotros/as
- **Respeto:** Me gustaría hablar de nuevas aplicaciones, significa mucho para mí aprender de ti. Estoy orgulloso/a de tus habilidades y de que puedas encontrar tanta información útil en Internet

3.2 Incorporando el peligro del abuso en las relaciones online en el plan de estudios vigente

Una parte central de la prevención de la violencia sexual y de género en la escuela implica trabajar directamente con los estudiantes para examinar algunas de las causas fundamentales del comportamiento violento y ayudarles a comprender el panorama general de la violencia y de cómo afecta a nuestro bienestar, para ser menos vulnerables a la violencia. Las medidas educativas destinadas a abordar la discriminación y prevenir la violencia deben considerarse parte de un proceso continuo que no puede limitarse a una actividad educativa puntual en una sola clase.

²⁰Kuzmanović, D. i sar. 2016. Digitalno nasilje – prevencija i reagovanje (pg. 40).

Si una escuela tiene la **capacidad de revisar los planes de estudio** y las rutinas existentes puede identificar dónde se pueden integrar las posibles actividades en lugar de tener que crearlas como programas independientes. Por ejemplo, podrían incorporarse a la educación sobre salud y sexualidad, a la educación sobre habilidades para la vida, a la educación sobre las TIC y a la educación cívica, donde el profesorado puede estar ya tratando temas como el desarrollo de relaciones saludables y/o habilidades de comunicación, la resistencia a la presión de los compañeros y compañeras, la gestión de las emociones, la seguridad en línea, la promoción de la igualdad de género y los derechos humanos.

Si se recurre a grupos clave como los/as profesores/as, los/las estudiantes y otro personal que ya participa en la impartición de las clases, se contribuirá a garantizar que se seleccionen los puntos de entrada más apropiados y aceptables para las lecciones sobre prevención de la violencia sexual y de género.

Cómo reconocer y responder adecuadamente a la violencia sexual y de género -la violencia de pareja en particular-también es la piedra angular de los **planes de estudio de educación sexual integral**. Cuando sea posible, la enseñanza de este plan de estudios debe organizarse como parte de una educación sexual integral, para que el alumnado tenga claro cuáles son los comportamientos seguros y saludables en las citas. La educación sexual debe fomentar el respeto por los demás, independientemente de su género o sexualidad, y ayudar a liberar el potencial de las escuelas como lugares de empoderamiento tanto para las niñas como para los niños, así como para la prevención de la violencia de género. Las Orientaciones Técnicas Internacionales sobre Educación Sexual²¹ se elaboraron para ayudar a los organismos educativos y a otras autoridades pertinentes a desarrollar y aplicar programas y materiales de educación sexual integral en las escuelas y fuera de ellas.

Una forma de empoderar a la juventud para que se mantenga segura en línea es en las clases, **impulsando sus habilidades de alfabetización mediática digital**. La sensibilización y el tratamiento de las estructuras subyacentes de la disparidad de género y la cultura del sexismo que facilita la perpetuación de la violencia sexual en línea pueden contribuir a crear un entorno más seguro en línea. Las escuelas deben concienciar sobre el género y proporcionar educación sobre el **uso seguro de la tecnología** y la **ciudadanía digital** como parte de la **educación cívica**. Además de las cuestiones de privacidad y ciudadanía digital, los estudiantes deben aprender a crear contenidos con sensibilidad de género y a tener un impacto significativo en Internet.

3.3 Incorporando la perspectiva del género en la educación y prevención

Un enfoque sistemático de la prevención de la (ciber)violencia de género debe reconocer el papel de las normas sociales de género y que las relaciones de género son relaciones de poder, incluyendo intervenciones que exijan el cambio de actitudes y comportamientos que perpetúan la violencia sexual y de género. La educación sensible al género mejora la calidad de la enseñanza y facilita una comprensión más profunda de las necesidades, el comportamiento y las actitudes de la población, mejorando la capacidad de pensamiento crítico de las y los estudiantes al proporcionarles nuevas herramientas para identificar los estereotipos, las normas y los roles sociales relacionados con el género.

Para ello necesitarás apoyo externo, así que ponte en contacto con una organización experta y desarrolla un proyecto para tu centro educativo con el objetivo de analizar los planes de estudio de tu institución educativa (gramática y formación profesional) para identificar puntos de entrada para estos temas.

²¹ Orientaciones técnicas internacionales sobre educación sexual. Un enfoque basado en la evidencia. (2018) UNFPA Disponible en: www.unfpa.org/publications/international-technical-guidance-sexuality-education

Pide ejemplos concretos de cómo los temas de la igualdad de género y la violencia de género podrían integrarse en las lecciones de varias asignaturas dentro del plan de estudios existente y ofrece al profesorado directrices sobre cómo incluir estos temas en su trabajo habitual. El proyecto podría incluir el desarrollo de un conjunto de planes de lecciones en cooperación con los/as profesores/as de la escuela y el personal de apoyo con formación, demostrando la amplia gama de posibilidades de informar a los/las estudiantes y animarlos a discutir los temas mencionados.

3.4 Instrucción para el profesorado

El profesorado es crucial para la aplicación de los programas de prevención de la violencia. Unos profesores bien formados, apoyados y motivados son la clave para impartir programas de prevención de alta calidad, incluidos los destinados a abordar la ciberviolencia sexual y de género en las relaciones de pareja. Nuestros datos²² muestran que la mayoría de los y las docentes creen que su función debe incluir el abordaje del problema de la violencia cibersexual en las relaciones de pareja en su trabajo con los y las estudiantes. Hacen hincapié en la necesidad de formación profesional y de materiales educativos útiles, así como en la necesidad de mejorar la cooperación multisectorial.

Los y las docentes no sólo siguen el **currículo formal** en las escuelas, sino que también **contribuyen al "currículo oculto"**. El comportamiento y las prácticas del profesorado, que a menudo se llevan a cabo de forma inconsciente, transmiten poderosos mensajes a sus estudiantes, que pueden contribuir, y de hecho contribuyen, a perpetuar los estereotipos de género y la autopercepción de género.

Una formación organizada específicamente para el profesorado podría ayudarles a comprender mejor la naturaleza de la violencia de género y sus efectos, cómo responder si observan violencia y cómo trabajar con otros en la escuela para ayudar a prevenir la violencia de género. Para aplicar el plan de estudios con eficacia, los profesores y las profesoras deben tener confianza, estar comprometidos y disponer de recursos suficientes; deben sentirse respaldados por el marco jurídico, la dirección del centro y todas las instituciones y autoridades pertinentes; también deben tener acceso a la formación y a los recursos. El/la director/a del centro educativo debe animar, orientar y apoyar a los y las docentes que participan en la formación.

3.5 Implicar a los niños y a los jóvenes en la prevención de la violencia de género

Dado que en muchas culturas la violencia forma parte de ser un hombre, es importante involucrar a los niños y a los jóvenes en los programas de prevención y apoyarlos para que comprendan cómo pueden seguir patrones normalizados de abuso y violencia y cómo éstos son perjudiciales no sólo para los demás, sino también para ellos mismos.

Empezar a hablar con los niños y los chicos jóvenes sobre lo que significa ser un hombre y cómo la imagen dominante de la masculinidad está suprimiendo su sensibilidad y ternura, y que ser un hombre significa ser cariñoso y atento les ayuda a entender que ser violento es para la mayoría una reacción al no poder

²² La concienciación del profesorado de secundaria sobre la ciber-violencia sexual y de género en las relaciones de pareja adolescentes, informe transnacional para Hungría, España, Serbia y Croacia realizado en el marco del proyecto "NO SGBV: Yo digo NO. Empoderando a la juventud, especialmente a las chicas, para que se opongan a la violencia cibernética sexual y de género en las relaciones de pareja", https://6d72e450-e7fb-42e5-8510-549d0254e8bd.filesusr.com/ugd/69226b_8ce691ec4078402fb97cdf3e8bb7ad06.pdf

expresar sus sentimientos y que es un mecanismo para lidiar con la presión que experimentan, les apoya para que se conviertan en modelos de conducta, agentes de cambio y defensores de la igualdad y el respeto mutuo entre mujeres y hombres y también entre hombres.

3.6 La participación de los/las jóvenes: La educación y los grupos de apoyo entre compañeros/as

Los enfoques de educación entre iguales son eficaces porque utilizan la influencia de los compañeros y compañeras de forma positiva. A diferencia de los facilitadores adultos, los educadores de iguales pueden ganarse más confianza y credibilidad, ya que es menos probable que se les vea como figuras de autoridad que enseñan cómo deben comportarse los jóvenes. Por lo tanto, los educadores y educadoras de iguales pueden crear un entorno en el que los y las jóvenes participantes se sientan cómodos para explorar temas delicados como la desigualdad de género o la violencia (cibernética) sexual y de género.

Los y las jóvenes obtienen una gran cantidad de información de sus compañeros y compañeras, especialmente sobre temas delicados o que no suelen ser tratados dentro del sistema educativo general, es decir, el currículo escolar. Los/las adolescentes que experimentan el abuso en el noviazgo son más propensos a contárselo a sus amistades que a cualquier otra persona. Por lo tanto, los grupos de educación entre iguales pueden ser una gran fuente de apoyo, al tiempo que crean una influencia positiva y poderosa.

Al formarse como **educadores entre iguales**, los y las jóvenes se empoderan porque pueden ver en sí mismos el potencial para convertirse en modelos de conducta; tienen más confianza cuando sienten que se escuchan sus necesidades, puntos de vista y opiniones y que forman parte de algo. Esto puede inspirarles una gran sensación de logro, animándolos a desarrollar valiosas habilidades para la vida, como la presentación, la facilitación, la comunicación y la empatía.

Al fomentar una cultura de apertura en los grupos de iguales, es probable que los/las adolescentes se sientan seguros/as para revelar experiencias personales de abuso. Es posible que los educadores de iguales no sepan si los jóvenes con los que trabajan tienen una experiencia personal de violencia de género, pero



cualquier revelación debe tomarse muy en serio. Sin embargo, no es el papel de los educadores de iguales proporcionar asesoramiento o consejo o tratar de “rescatar” a los y las supervivientes del abuso. En cambio, pueden escucharlas y animar a las/los supervivientes a hablar con personas que puedan proporcionarles ayuda y orientación. La idea general de estas actividades es apoyar la participación y la voz de los/las estudiantes en la lucha contra la desigualdad, la violencia (cibernética) sexual y de género y la discriminación, al tiempo que se promueve la igualdad de género entre sus compañeros y compañeras.

3.7 Actividades destinadas a empoderar a las chicas y apoyarlas para que puedan enfrentarse a la violencia

Los grupos y talleres para chicas pueden ser una forma estupenda de que la adolescentes reciban apoyo para **afrentar los problemas de autoestima y de imagen corporal, para trabajar su asertividad, para saber que no están solas y para aprender habilidades que les ayuden a ganar confianza**. A veces pueden sentirse más cómodas en un entorno sólo para mujeres.

Trabajar en grupos o talleres con niñas puede animar a las participantes a compartir sus experiencias, expresar sus sentimientos e ideas y trabajar los temas que surjan, como los relacionados con la autoestima, la asertividad y los límites. Las y los facilitadores deben garantizar siempre un entorno seguro y de apoyo, a la vez que estimulan un debate constructivo e interactivo entre las participantes, garantizando siempre el secreto del grupo explicando y respetando los derechos de las participantes a la privacidad.

A través de la interacción social y la participación en el propio proceso del grupo, las personas del grupo tienen la oportunidad de trabajar en su independencia, autoestima y confianza propia; también se fortalecen y se empoderan. Tienen que saber dónde pueden denunciar la violencia y buscar ayuda y apoyo cuando lo necesiten. Las chicas tienen que aprender, como parte de su trabajo en grupo, que no deben ser culpadas o estigmatizadas por la violencia que puedan sufrir, y que se sientan confiadas cuando hablen de la violencia y apoyadas cuando tomen sus propias decisiones.



3.8 Lidiando con espectadores

La violencia suele tener lugar en presencia de otras personas. La ciberviolencia sexual y de género suele ocurrir también en los espacios en línea, con la presencia -además del agresor y los/las supervivientes- de muchas otras personas, como espectadores. Sin embargo, es muy poco probable que la mayoría de ellas intervenga. La explicación de por qué la gente tiende a abstenerse de ayudar es porque creen que otra persona acabará interviniendo y haciendo algo. A veces no se dan cuenta de la agresión, no creen que sea su responsabilidad o no tienen los conocimientos necesarios para intervenir.

En su mayoría, los y las jóvenes recurrirían primero a sus compañeros/as si se encontraran en una situación de violencia digital. Teniendo esto en cuenta, está claro que los/las jóvenes son, de hecho, de gran ayuda entre ellos/as y representan un eslabón importante en la respuesta a los comportamientos violentos en la esfera digital. Si se les dota de las habilidades necesarias para actuar contra la violencia, podrían ayudarles a prevenir la violencia en el noviazgo y asegurarse de que la víctima reciba ayuda y apoyo.

De ahí que un gran enfoque sea **enseñar a los/las espectadores/as a intervenir en situaciones que impliquen violencia sexual y de género**. El papel de un espectador incluye la interrupción de situaciones que podrían llevar a una agresión antes de que ocurra o durante un incidente, hablar en contra de las normas sociales que apoyan la violencia sexual y de género (cibernética), y tener habilidades para ser un aliado eficaz y de apoyo a los y las supervivientes. Las acciones efectivas para los espectadores incluyen: prestar menos atención al agresor; redirigir al agresor a una actividad diferente; mostrar apoyo a la víctima, incluso en una situación segura después del incidente; ayudar a la víctima a alejarse; denunciar el incidente y obtener apoyo de una persona de confianza; y dar un buen ejemplo.

Las escuelas pueden ofrecer programas educativos para espectadores/as que proporcionen a los/las participantes las habilidades que les ayuden a actuar cuando vean comportamientos que pongan a otros en riesgo de violencia, victimización o perpetración. Entre ellas se incluyen la denuncia de los mitos sobre la violación y el lenguaje sexista, el apoyo a las víctimas/supervivientes y la intervención en situaciones potencialmente violentas.

3.9 Involucrando a los progenitores en la prevención, y por qué es vital

Las familias tienen un papel incuestionable en el desarrollo de la comprensión de sus hijos/as sobre el género, los roles de género, la igualdad de género, así como su aprendizaje sobre el comportamiento responsable en las relaciones de pareja, incluido el comportamiento responsable en línea. Por lo tanto, la cooperación entre los representantes de la escuela y los padres es esencial para la prevención de la violencia. Si bien los padres ya están involucrados en los asuntos escolares de diferentes maneras y existe un claro entendimiento de que la cooperación entre profesores y padres es necesaria en beneficio de la educación y la crianza de los estudiantes, si se trata de abordar la ciberviolencia, la violencia de género, en el contexto de las relaciones de pareja de los y las jóvenes, esto requiere competencias y conocimientos adicionales de ambas partes.

Una investigación a escala europea²³ ha demostrado que, en la mayoría de los países, la mayor parte de los niños y niñas afirma que sus padres ejercen una mediación activa al menos de vez en cuando (hablan con ellos, les animan, les ayudan y les sugieren formas de utilizar Internet de forma segura). Según la misma investigación, los padres son la principal fuente de ayuda cuando a sus hijos e hijas les ocurre algo desagradable en Internet.

Hablar regular y abiertamente con el/la hijo/a sobre sus relaciones y lo que hace en Internet ayudará a crear confianza y puede disminuir el deseo de los padres de controlar a sus hijos/as sin que ellos/as lo sepan. Los y las jóvenes pueden beneficiarse de la oportunidad de hablar con personas adultas de confianza, como sus padres, sobre salud sexual y relaciones saludables.

La insuficiente participación y atención de los padres, la falta de límites claros y de información sobre los posibles peligros presentes en Internet, el comportamiento violento de los padres... todo ello contribuye al comportamiento violento de los jóvenes²⁴. Además, un clima escolar desfavorable -incluyendo la mala comunicación y las relaciones negativas entre los/las participantes de la vida escolar (profesorado, otros profesionales y padres)- conduce a un aumento de todas las formas de violencia, incluida la esfera digital.

Además de trabajar en su propio nivel de competencia digital, el profesorado también tiene un papel importante en el empoderamiento de los padres, especialmente en lo que se refiere a una mejor comprensión de sus hijos e hijas y su desarrollo y su papel como padres, animándolos a trabajar en sus capacidades y competencias parentales dentro de la crianza familiar. Al implicar a los padres en el debate sobre la violencia (cibernética) sexual y de género, habrá más oportunidades de abordar directamente temas delicados, como el acoso sexual, la sexualidad y las relaciones de los y las adolescentes, la violencia de pareja, etc. Estas conversaciones pueden ser un reto, pero dar la oportunidad a los padres de hablar de estos temas puede llevar a una mayor concienciación y comprensión mutua entre padres, alumnos/as y profesores/as. Contar con la presencia de representantes de grupos de mujeres puede enriquecer estas conversaciones y mejorar la colaboración con las fuentes de referencia formales o informales de la comunidad.



¿Qué puedes hacer como docente para fomentar la participación de los padres?²⁵

- Informar a los padres sobre sus actividades: Implica a los padres en la creación de un entorno seguro para el alumnado y en la creación de buenas relaciones con todos. Esto puede conseguirse en las reuniones de padres y profesores/as, o mediante mensajes o conversaciones telefónicas con los padres
- Fomentar las buenas relaciones: Cooperar con otros profesores/as en la organización de obras de teatro y reuniones con alumnos/as y padres/madres, traer a oradores/as invitados/as para que hablen de temas de interés para los padres/madres, pedir a los/as alumnos/as que asistan a las reuniones de padres/madres, escribir o hablar con los/las padres/madres de forma periódica, dar deberes que requieran comunicación con los/as padres/madres, implicar a los/as padres/madres en las actividades de clase

²³ Smahel, D., Machackova, H., Mascheroni, G., Dedkova, L., Staksrud, E., Ólafsson, K., Livingstone, S., and Hasebrink, U. (2020). EU Kids Online 2020: Resultados de la encuesta en 19 países. EU Kids Online. Doi: 10.21953/lse.47fdeqj010fo, pps. 8 and 125.

²⁴ D.Kuzmanović, et al.(2016)., Digitalno nasilje-prevenција i reagovanje, Ministarstvo prosvete, nauke i tehnološkog razvoja Republike Srbije i Pedagoško društvo Srbije, Beograd, p 26.

²⁵ Ibid. pg.98-99.



- Pedir información y establecer contacto con los padres. Si un/a alumno/a muestra signos de advertencia de estar expuesto/a a la violencia o de ser violento/a con los demás, ponte en contacto con sus padres. Asegúrate de que la reunión se celebre en la escuela y pide al pedagogo/a o al psicólogo/a de la escuela que asista.
- Documentar y supervisar: Hacer informes de las reuniones, anotar todos los datos importantes, las conclusiones, los acuerdos tomados. Es importante mantenerse en contacto con los padres para controlar si el acuerdo se mantiene, es decir, para supervisar el comportamiento del/la estudiante y llevar un registro de los cambios. Es bueno tener más comentarios positivos que negativos sobre el comportamiento del alumno/a, porque así tendrán la oportunidad de ver un lado positivo de su hijo/a.
- Organizar reuniones entre padres y docentes en las que los padres puedan decir cómo conciben su cooperación con la escuela y qué pueden ofrecer en ese sentido.
- Formar equipos compuestos por dos profesores/as-coordinadores/as y un grupo de padres. Esto puede hacerse en función de las preferencias personales y los intereses de los padres: por ejemplo, un equipo para organizar visitas, un equipo para organizar talleres...
- Iniciar diferentes actividades planificadas y ejecutadas con la ayuda de los padres: Organizar reuniones en las que el alumnado presente temas específicos a los padres, señalar fechas significativas, realizar visitas a instituciones relevantes, iniciar debates educativos sobre seguridad y protección frente a la violencia (con la participación de representantes de la escuela y expertos externos -incluidos padres-expertos-); organizar grupos de discusión sobre diferentes temas, actos promocionales, presentaciones de las normas de la escuela o de la clase para los padres; organizar un día de intercambio de papeles (los padres y los alumnos y alumnas asumen el papel del profesorado) o un club de padres y profesores/as; informar y participar en actividades locales, por ejemplo, en consejos de padres a nivel municipal o en asociaciones nacionales de padres y docentes; organizar talleres interactivos para estudiantes sobre temas relevantes.
- Organizar asesoramiento pedagógico-psicológico para los padres o talleres destinados a reforzar las competencias parentales. Estos pueden centrarse en temas de actualidad y pueden incluir debates con especialistas en los campos pertinentes.

3.10 Colaborando con la comunidad local y otros agentes importantes

Dada la gravedad de la violencia en el noviazgo y en la pareja, así como la complejidad de este problema, una respuesta eficaz requiere un compromiso y una colaboración continuos de las escuelas, las familias y las comunidades, así como de los responsables políticos. Muchas comunidades locales participan en esfuerzos coordinados para prevenir la violencia contra las mujeres, reuniendo a sectores clave como la salud, la policía, la educación y los servicios de apoyo psicosocial. Las escuelas pueden participar en los comités de coordinación comunitarios existentes que se ocupan de la prevención de la violencia.

Cuando se trata de intervenciones, ya sea en la escuela o en otras instituciones, **las escuelas pueden beneficiarse de las consultas con profesionales de otras instituciones y de una mayor cooperación con personas en puestos especializados.**

Algunos ejemplos serían:

- Invitar a la policía local y permitirles que compartan el trabajo que están haciendo para prevenir la violencia de género.
- Invitar a expertos que expliquen cómo se lleva a cabo el grooming en línea y cómo se coacciona a los y las jóvenes para que participen en actividades de abuso, explotación y tráfico sexual.
- Invitar a especialistas en el tema de la seguridad en línea

4. Colaborando con la comunidad local y otros agentes importantes

La **prevención** de cualquier tipo de violencia, incluida la (ciber)violencia sexual y de género hacia los/las menores/jóvenes debe ser una tarea básica de las instituciones educativas, así como de la sociedad en su conjunto, y es también una obligación formal (legal) de los/las profesores/as y de la escuela. Esto implica **informar y enseñar** a los/las niños/as sobre estos temas dentro del sistema educativo - en todos los niveles, en los planes de estudio y en los programas de las asignaturas obligatorias y optativas, en las actividades libres y en las actividades realizadas en cooperación con la comunidad. La prevención también implica **capacitar** al alumnado para que reconozca los riesgos, busque ayuda y denuncie cualquier tipo de acoso y violencia.



Importante: Las actividades de prevención llevadas a cabo por el centro educativo deben ser **sistemáticas y continuas** e incluir a todas las partes interesadas del centro, principalmente a su alumnado, así como a los padres, a los representantes de las instituciones y organizaciones pertinentes y a la comunidad en su conjunto.

Los y las jóvenes pueden ser objeto de muchas formas diferentes de violencia (cibernética) sexual y de género mientras crecen, y es posible que los y las monitoras no siempre puedan saber si los y las jóvenes con los que trabajan han tenido alguna experiencia personal de abuso. No hay "señales" específicas que permitan identificar fácilmente si los/las adolescentes están sufriendo violencia de género, pero es crucial tener en cuenta que todas las formas de violencia de género pueden tener efectos devastadores en el bienestar de los y las jóvenes. Fomentar una cultura de apertura en relación con estas cuestiones puede hacer que los y las jóvenes se sientan más seguros/as y confiados/as para hablar de sus preocupaciones y experiencias.

Las metodologías experienciales e interactivas permitirán a las personas participantes aprender "a través de la práctica" y, al mismo tiempo, les darán la oportunidad de cooperar entre sí y tomar el control del proceso de aprendizaje.

Existen numerosas formas de organizar actividades escolares relacionadas con la prevención de la (ciber)violencia sexual y de género hacia los/las estudiantes, incluso en sus relaciones de pareja, a continuación, enumeramos algunas:

"Situation mapping": Al principio, sería bueno saber cuál es la situación - qué piensan y saben los y las jóvenes sobre el tema, cuán extendidos están los diferentes tipos de violencia - como parte de su experiencia de víctimas/supervivientes o agresores o como espectadores/testigos - qué necesidades hay en términos de información y conocimiento. La recopilación de esta información, es decir, el "mapa de situación", suele realizarse en forma de encuesta anónima al mayor número posible de estudiantes de todos los cursos, o en otras formas que permitan a los/las estudiantes expresar libremente sus puntos de vista, actitudes, preguntas y expresar sus experiencias. También pueden utilizarse los resultados de otras investigaciones (como la nuestra) como base para la planificación de actividades de prevención, o como ayuda para elaborar una lista de preguntas relevantes.



Importante: Es de crucial importancia que los y las estudiantes participen activamente en estas actividades, en todas las fases, en cooperación con un mayor número de docentes (con diferentes campos de especialización - sociología, psicología, matemáticas, informática, arte...) y podría representar un modelo de cooperación inter-sujetos que contribuya a un mayor número de objetivos y resultados de la educación, así como a las competencias necesarias para la solución de diferentes tareas de desarrollo y de la vida y la resolución de problemas.

Planificación conjunta: Los datos recogidos deben presentarse a todo el alumnado, pero también a otras partes interesadas en el centro educativo como el profesorado, los padres y la dirección del centro, con el fin de fomentar el debate sobre las necesidades y las posibles actividades, así como para recomendar y desarrollar un programa de actividades de prevención que se ajuste a la situación específica del centro y a las necesidades de su alumnado.

Plan de actividades: Contiene una lista de actividades y medidas que la escuela debe aplicar para prevenir cualquier tipo de violencia, crear un entorno seguro y alentador para el desarrollo de los y las jóvenes, fomentar el respeto y la confianza entre los y las estudiantes y los/as empleados/as de la escuela y la tolerancia de las diferencias, cuestionar los estereotipos y los prejuicios, adquirir conocimientos y habilidades para establecer relaciones de pareja sanas, reconocer los riesgos de la violencia, aumentar el conocimiento de las normas y los procedimientos, desarrollar la preparación para reaccionar ante todo tipo de violencia, así como aumentar la preparación para apoyar a las personas que están expuestas a la violencia o que la han sufrido.

Implementación de las actividades y seguimiento de los efectos: La existencia de un plan de actividades de prevención es necesaria, pero es importante que las actividades de los planes escolares se lleven a cabo. Además, es importante planificar con antelación una forma de recoger información sobre los efectos de las actividades realizadas, así como las reacciones de las personas participantes. Los datos procesados pueden ayudar en la planificación de futuras actividades, en la orientación hacia la selección de aquellas mejor evaluadas, que fomenten los cambios más positivos, llegando al mayor número de personas...

Informar a todos: La escuela está obligada a organizar la información de todos los empleados/as, docentes y padres/madres sobre la prohibición de todo tipo de violencia, sobre las soluciones legales, los pasos obligatorios y los procedimientos para denunciar la sospecha o el conocimiento de actos de violencia. La información debe ser clara, accesible y por escrito, lo que significa que debe encontrarse en carteles, tabloneros de anuncios, periódicos escolares, páginas web y espacios similares. Es bueno que la información se coloque en lugares a los que el alumnado pueda acceder fácilmente y leerlos de forma confidencial (por ejemplo, en el interior de la puerta del lavabo de la escuela). Es importante que la información se discuta en clase, en la clase del director/a, en los talleres, en las reuniones profesionales, en las reuniones de la asociación de pedagogos, en las mesas redondas, en las reuniones del parlamento estudiantil, etc.

Papel de los compañeros y compañeras: El alumnado de secundaria confía con mayor frecuencia a sus compañeros y compañeras su experiencia de violencia, incluida la (ciber)violencia sexual y de género en sus relaciones de pareja. Por ello, la información y el conocimiento de los/las estudiantes sobre la violencia (cibersexual y de género), pero también sobre otras formas de violencia y todos los temas aquí mencionados son de importancia clave para la prevención, pero también para el apoyo a las personas que han sobrevivido a la violencia.

Ideas útiles para actividades de prevención en la escuela

Hay una lista prácticamente interminable de ideas para las actividades de prevención en las escuelas, a continuación, se enumeran algunas (la lista no es definitiva)²⁶:

- Páginas especiales en el sitio web de la escuela dedicadas a la seguridad en línea y a la violencia digital, incluida la violencia sexual y de género,
- Búsqueda de contenidos adecuados (véase: www.true2you.eu; <https://es.fundacion-indera.org/icansayno>), análisis y debate sobre los contenidos, elaboración de diferentes presentaciones (tabloneros de anuncios escolares, carteles, periódico escolar, gráficos...),
- Encontrar y/o preparar contenidos interactivos para el aprendizaje (cuestionarios, pruebas, resolución de situaciones problemáticas...) (véase: www.true2you.eu; <https://es.fundacion-indera.org/icansayno>),
- Ver videoclips y películas sobre los temas tratados y organizar debates,
- Elaboración y difusión de materiales educativos, especialmente en línea (con respeto obligatorio a la privacidad de los datos y las fotos),
- Preparación de escenarios y realización de obras de teatro, con debates con los espectadores y espectadoras sobre los diferentes aspectos de la situación, las consecuencias y las posibles soluciones,
- Organizar diferentes cursos de formación entre iguales (véase: www.true2you.eu; <https://es.fundacion-indera.org/icansayno>), organizar formación para los y las estudiantes más jóvenes (por ejemplo, en las escuelas primarias),
- Participación de los estudiantes que han asistido a los cursos para proporcionar apoyo directo a sus compañeros y compañeras (hermanos, hermanas) en el ajuste de su configuración de seguridad en los dispositivos utilizados,
- Invitar a representantes de instituciones y organizaciones relevantes a la escuela para que hablen sobre diferentes aspectos de temas relevantes,
- Organizar cuestionarios de conocimientos sobre temas relevantes en los que pueden participar tanto el alumnado como el profesorado o los padres (los equipos mixtos pueden estar formados por jóvenes y adultos),
- Organizar debates sobre libros o películas sobre temas relevantes, en los que puedan participar tanto los/las estudiantes como los/las profesores/as, pero también el personal de apoyo profesional y los/las padres/madres,
- Implementar acciones en la escuela o la comunidad local, marcando el día internacional y nacional de diferentes temas (por ejemplo, seguridad, aprendizaje digital, protección de los niños contra la violencia, 16 días de activismo contra la violencia de género ...),
- Aumentar la visibilidad de las plataformas de ayuda a al profesorado, en las que se puede difundir información, así como experiencias, dilemas; foros en los que los profesores y profesoras pueden comunicarse con sus colegas, tener acceso a especialistas que respondan a sus preguntas y referir a los profesores y profesoras para que los utilicen.

²⁶ Kuzmanović, D. i sar. 2016. Digitalno nasilje – prevencija i reagovanje (pp. 42-43)

¿Qué debe saber el profesorado sobre la prevención de la violencia digital?

Directrices para los/las docentes (también para los/las padres/madres)²⁷ en general señalan que no es necesario que conozcan todos los avances en el campo de las tecnologías digitales, pero que es muy **importante** que muestren interés por lo que hacen los alumnos en línea y en las redes sociales (la experiencia de la pandemia del virus SARS-cov 2 ha orientado a muchos adultos, incluidos los/las profesores/as a trasladar la comunicación al espacio digital, lo que puede ayudar a que este tipo de comunicación -sus ventajas y riesgos- se comprenda mejor y se utilice más).

Es importante **hablar** con los alumnos y las alumnas sobre las ventajas de las tecnologías digitales, pero también sobre los riesgos. Hablar de este tema transmite el mensaje de que los y las estudiantes son importantes, que los y las profesoras les aceptan y respetan, que están dispuestos a intercambiar información y conocimientos con ellos/as y a cooperar en la mejora de sus conocimientos y los del propio profesorado. Por lo tanto:

- **Pedir ayuda** a al alumnado sobre las nuevas tecnologías: es una forma segura de establecer y reforzar un contacto basado en el respeto y la confianza
- **Hablar** con los/las alumnos/as sobre los **riesgos potenciales** en internet y las redes sociales: escuchar lo que tienen que decir al respecto, animarlos a explorar estrategias de protección, a preparar una presentación sobre las pautas de protección frente a la violencia digital para sus compañeros/as, profesores/as y padres; animarlos a definir reglas de uso seguro de internet y las redes sociales (la participación en el establecimiento de las reglas mejora la probabilidad de que se respeten). Probablemente ya sepas que las prohibiciones, órdenes, intimidaciones, amenazas o castigos no son soluciones satisfactorias
- **Hablar** con los/las estudiantes sobre los efectos de la **presión de grupo** en su comportamiento, sobre las formas y estrategias de hacer frente a la presión social para aceptar los estereotipos de género y los prejuicios, el lenguaje y los chistes sexistas, no sólo en la vida real sino también en la realidad online; animarles a no compartir ni darle a me gusta a esos comentarios, a reconocerlos como violencia contra las niñas/mujeres, como una forma de su deshonra, de su degradación; hablarles de la importancia de la **solidaridad, el apoyo y el empoderamiento** de una persona expuesta a violencia, así como de la importancia de expresar una actitud y un comportamiento claros que no justifiquen la violencia perpetrada
- **Controla** tu miedo o tu ira, ya que estas emociones obstruyen el pensamiento constructivo y la resolución de problemas; **sé constante**: queremos enseñar a los jóvenes a ser responsables comportándose de forma responsable; recuerda: la **calidad de las relaciones** que se establecen con los profesores es de crucial importancia para la confianza y la decisión de los alumnos que sufren violencia de confiar en nosotros y buscar ayuda

²⁷ Vranješević, J. i sar. 2020. Ka sigurnom i podsticajnom školskom okruženju – Vodič za škole. Kuzmanović, D. i sar. 2016. Digitalno nasilje – prevencija i reagovanje. Ministarstvo prosvete, nauke i tehnološkog razvoja i UNICEF. (str. 38-39) Disponible en: <http://www.mpn.gov.rs/wp-content/uploads/2015/08/priru%C4%8Dnik-interaktivni.pdf>

Aprender a través de la experiencia y el uso de métodos creativos y formatos artísticos

Los programas educativos de prevención deben ponerse en marcha a través de la educación primaria y secundaria formal y deben adaptarse a las necesidades de comunicación de los y las jóvenes y aplicar un enfoque interactivo que tenga en cuenta el género y la edad. La organización de talleres de prevención de la violencia sexual y de género en las relaciones de los adolescentes en las **escuelas** transmite el mensaje de que la violencia no es aceptable.

Trabajar directamente con la gente joven en forma de **actividades extracurriculares** utilizando métodos creativos y medios artísticos puede ser una herramienta útil para cambiar las actitudes y los comportamientos individuales, ayudando a la gente a aprender sobre formas más sanas de relacionarse entre sí, y animándolos a denunciar la violencia y a proporcionar apoyo a cualquier víctima. El trabajo continuo y a largo plazo en un entorno escolar ayudará a cambiar las normas sociales existentes en una escuela determinada, haciéndola menos tolerante con los abusos y más comprometida con el establecimiento de normas saludables.

En un entorno escolar, **los y las docentes con una formación idónea y adecuada** pueden ser fundamentales no sólo para ofrecer actividades educativas a los y las jóvenes, sino también para diseñar diferentes actividades extraescolares, organizar campañas y actividades de sensibilización y facilitar el proceso de creación de producciones artísticas. Estas actividades deben centrarse en la creación de una **cooperación con todos los participantes**, fomentando su entusiasmo y motivación, y ayudándoles a desarrollar la confianza para establecer normas no abusivas y no violentas en su entorno escolar.

Los tipos de obras de arte que los y las estudiantes pueden crear incluyen: animaciones o cortometrajes, cómics, exposiciones fotográficas, eslóganes, carteles, dibujos; letras o canciones; relatos breves o artículos para páginas web, campañas en medios sociales; obras de teatro; folletos informativos y panfletos; conciertos y entrevistas para los medios de comunicación.

La gente joven se siente empoderada cuando se les da espacio y se apoya y escucha su voz. Al explorar la forma en que el abuso y la violencia se manifiestan en sus vidas, la gente joven empieza a darse cuenta de que tienen el poder -tanto a nivel individual como colectivo- de evitar que la violencia y el abuso formen parte de sus interacciones cotidianas.

La colaboración del profesorado y el alumnado también mejora la relación entre los dos colectivos, aumenta los niveles de confianza y permite conocer la forma de pensar de la gente joven. Esto, a su vez, conduce a una comprensión mutua mucho mejor.

Ejemplos:

Clases de música:

Las clases de música son un gran espacio para concienciar sobre el contenido abusivo, violento y sexista de las canciones musicales actuales que forman parte de la dieta visual y auditiva diaria de la gente joven. Por ello, analizar las letras de las canciones más destacadas y también el contenido de los vídeos que las acompañan les ayuda a tomar conciencia de la constante "educación" en el abuso y la violencia a la que estamos expuestos.

También se les puede animar a que escriban sus propias canciones y letras que refuercen las relaciones amorosas y respetuosas y desafíen los mitos del amor romántico.

Obras de teatro:

¿¡Le apetecería una taza de té!?²⁸ – es un ejemplo de obra de teatro sobre el consentimiento sexual, seguida de un debate interactivo con el público. La obra aprovecha la situación de tomar una taza de té para explicar el consentimiento sexual. Se muestra la coerción, el acoso sexual y las "zonas grises" del abuso sexual y, después de ver la obra, el alumnado tiene la oportunidad de hablar sobre los diferentes escenarios y sus sentimientos y pensamientos al respecto y comunicarlos entre ellos y con las personas expertas.

Murales escolares:

Se pueden desarrollar murales escolares de forma colectiva para transmitir mensajes y conseguir que el alumnado colabore y se conciencie sobre la violencia de género y la normalización del maltrato y la violencia en sus interacciones cotidianas.



Unsplash.com

²⁸ La obra de teatro fue desarrollada por NANE (Hungría), con la participación de actores/actrices y expertos/as en el tema de la violencia doméstica y está basada en el siguiente vídeo: 'Consent – it's as simple as tea' <https://www.youtube.com/watch?v=QDhKM8qWwBM>

5. Referencias

- Against Violence and Abuse: A teacher's guide to violence and abuse. Disponible en: https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/506524/teen-abuse-teachers-guide.pdf
- Banyard, V.L., Moynihan, M.M., Plante, E. (2007). Sexual violence prevention through bystander education: an experimental evaluation. *Journal of community psychology*, Vol. 35, No. 4, 463–481
- Barter, C., McCarry M., Berridge D., Evans K. (2009). Partner exploitation and violence in teenage intimate relationships. Disponible en: http://www.womenssupportproject.co.uk/userfiles/file/partner_exploitation_and_violence_report_wdf70129.pdf
- Council of Europe Convention on preventing and combating violence against women and domestic violence. Disponible en: <https://rm.coe.int/CoERMPublicCommonSearchServices/DisplayDCTMContent?documentId=090000168046031c>
- Council of Europe Cybercrime Convention Committee (2018) Mapping study on cyberviolence. Disponible en: <https://rm.coe.int/t-cy-2017-10-cbg-study-provisional/16808c4914>
- Cyber violence and hate speech online against women. (2018). European Parliament's Policy Department for Citizens' Rights and Constitutional Affairs. Disponible en: [https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/STUD/2018/604979/IPOL_STU\(2018\)604979_EN.pdf](https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/STUD/2018/604979/IPOL_STU(2018)604979_EN.pdf)
- European Institute for Gender Equality (EIGE) (2017). Cyber violence against women and girls. Vilnius: European Institute for Gender Equality, Disponible en inglés en: <https://bit.ly/3f0u8af>
- European Institute for Gender Equality (EIGE). Gender Equality Glossary and Thesaurus. Disponible en <http://eige.europa.eu/thesaurus/terms/1153>
- European Union Agency for Fundamental Rights – FRA (2014): Violence against women: an EU - wide survey. Main results. Luxemburg: Publication Office of the European Union. Disponible en: https://fra.europa.eu/sites/default/files/fra_uploads/fra-2014-vaw-survey-main-results-apr14_en.pdf
- European Women's Lobby (EWL) - Observatory on violence against women (2017). #HerNetHerRights – Mapping the state of online violence against women & girls in Europe. Brussels: European Women's Lobby. Disponible en: <https://bit.ly/3eYbYpv>
- Fancy, K. and McAslan Fraser, E. (2014). DFID Guidance Note on Addressing Violence Against Women and Girls (VAWG) in Education Programmes – Part A, London: VAWG Helpdesk. Disponible en: https://www.oecd.org/dac/gender-development/DFID-Addressing%20Violence%20Against%20Women-GuidanceNote_PartA.pdf
- Generations Against Bullying (2019.) What is an Upstander vs Bystander? Disponible en: <https://gabnow.org/wordpress/wp-content/uploads/2019/03/Be-An-Upstander.pdf>
- GenPol (2019). When technology meets misogyny. Disponible en: <https://gen-pol.org/wp-content/uploads/2019/11/When-technology-meets-misogyny-1.pdf>

- Global Guidance on Addressing School-related Gender-based Violence (2016). Social Development Direct (SDD). UNESCO and UN Women. Disponible en: <https://www.unwomen.org/en/digital-library/publications/2016/12/global-guidance-on-addressing-school-related-gender-based-violence>
- Handbook for youth workers, trainers and teachers working with youth about cyber violence. (2018). Project Stop cyber violence. Disponible en: http://www.cyberviolence.eu/wp-content/uploads/2019/01/HANDBOOK_EN.pdf.pdf
- Ignjatović, T. (2018). Rodno zasnovano nasilje u partnerskim vezama mladih: uloga obrazovno-vaspitnih ustanova, in: Ignjatović, T and Ileš, M. (ed.): Odgovor obrazovno-vaspitnih institucija na rodno zasnovano nasilje i nasilje u porodici, Autonomni ženski centar, Beograd.
- Internet Governance Forum (IGF) (2015). Best Practice Forum (BPF) on Online Abuse and Gender-Based Violence Against Women. Disponible en: <http://intgovforum.org/cms/documents/best-practice-forums/623-bpf-online-abuse-and-gbv-against-women/file>
- Kardos B., Sudár O. (2019.) Turn Me On. Patriarchátust Ellenzök Társasága. Disponible en: <http://turnmeon.hu/wp-content/uploads/2019/06/Kapcsolodj-be-Tordelt-WEB-FINAL-L-1.pdf>
- Köberlein, I. at all. Heartbeat. Relationship without violence (2010). PARITÄTISCHE Baden Württemberg. Disponible en: http://nane.hu/wp-content/uploads/2016/03/Manual_heartbeat_relationships_without_violence.pdf
- Kuzmanović, D., Pavlović, Z., Popadić, D. and Milošević, T. 2019. Korišćenje interneta i digitalne tehnologije kod dece i mladih u Srbiji: rezultati istraživanja Deca Evrope na internetu. Beograd: Institut za psihologiju Filozofskog fakulteta u Beogradu. Disponible en: shorturl.at/nyWX4
- Laxton, C., (2014). Women's Aid, Virtual World, Real Fear, Women's Aid report into online abuse, harassment and stalking. Disponible en <http://bit.ly/2h0W4OX>
- Lenhart, A., Madden, M. (2007). Social Networking Websites and Teens: An Overview, Pew Internet „American Life Project, Disponible en: <http://www.pewinternet.org/2007/01/07/social-networking-websites-and-teens/>
- OSCE-led Survey on Violence against Women: Well-being and safety of women (2019). Disponible en: shorturl.at/lmvK5
- Pana, A., Lesta, S. (2012). Youth4Youth. A manual for empowering young people in preventing gender - based violence through peer education. MIGS. Disponible en: https://medinstgenderstudies.org/wp-content/uploads/Y4Y-Manual_digital_v12.pdf
- PDST. Creating a Positive School Culture and Climate. PDST Disponible en: <http://pdst.ie/positive-school-culture-and-climate>
- Pew Research Center (2017). Men and women experience and view online harassment differently. Disponible en: <https://www.pewresearch.org/fact-tank/2017/07/14/men-women-experience-and-view-online-harassment-differently/>
- Pew Research Center (2014). Online Harassment. Disponible en: <https://www.pewresearch.org/internet/2014/10/23/12113/>

- Popadić, D. and Kuzmanović, D. (2013). Korišćenje digitalne tehnologije, rizici i zastupljenost digitalnog nasilja među učenicima u Srbiji (Utilization of digital technologies, risks and incidence of digital violence among students in Serbia). Beograd: Institut za psihologiju Filozofskog fakulteta Univerziteta u Beogradu. Disponible en: <https://bit.ly/3bNLxB4>
- School-based violence prevention: a practical handbook. (2019) World Health Organization. Geneva. Disponible en www.who.int/publications/i/item/school-based-violence-prevention-a-practical-handbook
- Smahel, D., Machackova, H., Mascheroni, G., Dedkova, L., Staksrud, E., Ólafsson, K., Livingstone, S., and Hasebrink, U. (2020). EU Kids Online 2020: Survey results from 19 countries. EU Kids Online. Disponible en: [10.21953/lse.47fdeqj01ofo](https://doi.org/10.21953/lse.47fdeqj01ofo)
- StopBullying.gov. Best Practices in Bullying Prevention and Intervention. Disponible en: www.stopbullyingnow.hrsa.gov
- Tsigoti, A., Petroulaki, K. & Ntinapogias, A. (2015). Master Package "GEAR against IPV". Booklet III: Teacher's Manual. (Rev. ed.). Athens: European Anti-Violence Network.
- Tsigoti, A., Petroulaki, K., & Ntinapogias, A. (2015). Master Package "GEAR against IPV". Booklet IV: Students' Activities Book (Rev. ed.). Athens: European Anti-Violence Network.
- UN Broadband Commission for Digital Development Working Group (2015). Cyber Violence Against Women and Girls: A WorldWide Wake-Up Call. Disponible en: https://www.unwomen.org/~media/headquarters/attachments/sections/library/publications/2015/cyber_violence_gender%20report.pdf?d=20150924T154259&v=1.
- Vranješević, J. et al (2020). Ka sigurnom i podsticajnom školskom okruženju – Vodič za škole. Ministarstvo prosvete, nauke i tehnološkog razvoja, Belgrade
- World Health Organization (2007). Engaging men and boys in changing gender-based inequity in health: Evidence from programme interventions. Disponible en https://www.who.int/gender/documents/Engaging_men_boys.pdf
- World Health Organization, Department of Reproductive Health and Research, London School of Hygiene and Tropical Medicine, South African Medical Research Council. (2013). Global and regional estimates of violence against women: prevalence and health effects of intimate partner violence and non-partner sexual violence, p. 2. Disponible en: <http://www.who.int/reproductivehealth/publications/violence/9789241564625/en/>



Para más información contactar a:

Email: fundacion@fundacion-indera.org

Sitio web: www.fundacion-indera.org

© 2021, Fundación Privada INDERA, todos los derechos reservados