

## MÓDULO 3

### CONSTRUYENDO UN MUNDO DE IGUALDAD PARA PREVENIR VIOLENCIA EN LA VIDA DE NUESTRAS HIJAS Y NUESTROS HIJOS

#### 1. COMPRENDIENDO EL GÉNERO COMO CONSTRUCTO SOCIAL

- INTERIORIZANDO EL ENFOQUE DE GÉNERO EN NUESTRA VIDA FAMILIAR
- DESPATRIARCALIZANDO
- ELIMINANDO CONDUCTAS MACHISTAS
- REIVINDICANDO POTENCIALIDADES DIVERSAS
- PROPICIANDO UNA EDUCACIÓN NO SEXISTA

#### 2. IDENTIFICANDO LA VIOLENCIA, SUS NIVELES Y SUS MANIFESTACIONES

- VIOLENCIA
- NIVELES
- MANIFESTACIONES

#### 3. PREVINIENDO VIOLENCIAS SEXUALES

- DEPRIVACIÓN
- EXACERBACIÓN
- SEDUCCIÓN
- ACOSO
- VIOLACIÓN
- COMERCIALIZACIÓN

#### 4. ACOMPAÑANDO RELACIONES SALUDABLES DE PAREJA

**IGUALDAD DE GÉNERO PARA PREVENIR VIOLENCIA****1. Comprendiendo el género como constructo social**

Para iniciar un diálogo con nuestras hijas y nuestros hijos, debemos recordar que el género es el sexo social, es decir, una construcción histórica determinada por su expresión sociocultural, y que, a diferencia del sexo biológico, es decir, las cualidades físicas y anatómicas que tenemos desde que iniciamos nuestra vida hasta que morimos, es la sociedad la que genera las supuestas acciones, comportamientos, roles, identidades, actitudes, valoraciones y oportunidades, para las mujeres y para los hombres que la componen.

Como madres y como padres, debemos entender que nuestras hijas y nuestros hijos, nacen con un sexo biológico, y que solo a través del contacto con el entorno aprenderán y desarrollarán su sexo social o género, mismo que en el transcurso de su vida se irá reafirmando o deconstruyendo. Para su bienestar, será importante no insertar en ellas y ellos, la idea de que las personas nacemos con conductas que responden al estereotipo de género como ser comportamientos, vestimentas, gustos musicales, colores, etc.

A lo largo de la historia de la humanidad, las prácticas inequitativas entre mujeres y hombres, han marcado el accionar de casi todas las sociedades, es así que en la mayor parte de estas se ha naturalizado que las mujeres expresen abiertamente sus sentimientos, a diferencia de los hombres, que tienen que sofocarlos; o que los hombres se preparen para morir en las guerras mientras que las mujeres se dediquen a las labores domésticas; generando la falsa creencia de que los hombres son duros y rudos por naturaleza, mientras que las mujeres son tiernas y sensibles.

Estas prácticas inequitativas y estereotipadas para ambos, han generado profundas reflexiones en todo el mundo, en tanto, la mayor parte de ellas han limitado el desarrollo de potencialidades personales y, en muchos casos han tenido como consecuencia prácticas violentas y de opresión.

Esta es una de las razones por la que las madres y los padres precisamos dialogar con nuestras hijas y nuestros hijos sobre lo que entendemos como equidad e igualdad de género, para ello debemos tener en cuenta que ambos términos son diferentes, y que, aunque se han manejado como sinónimos, se manifiestan en acciones diferentes.

- Las acciones para la equidad de género, pretenden brindar recursos diversos a las personas que histórica o contextualmente han vivido procesos de discriminación, por los que se ha limitado su acceso a los bienes y servicios de la sociedad, así como a la posibilidad de manifestación de sus potencialidades personales. Es decir, la equidad de género inicia el camino a la igualdad, brindando más a quién tuvo menos y menos a quien tuvo más, hasta que los derechos se equiparen.

*Ej. Podemos explicarles a nuestras hijas y a nuestros hijos que la equidad de género radica en la aceptación de las diferencias entre hombres y mujeres, entendiendo que estas diferencias no van a ser motivo de beneficios o favorecimiento a cualquiera de los sexos, mediante la equidad de género se busca que tanto hombres y mujeres, puedan acceder a beneficios, derechos, posibilidades según sus necesidades, potencialidades y requerimientos. La equidad de género es el camino hacia la igualdad de género.*

- Las acciones para la igualdad de género, pretenden que se entienda que si bien existen diferencias biológicas entre las personas, éstas tienen derecho a acceder con justicia e igualdad al uso, control y beneficio de los mismos bienes y servicios de la sociedad, así como a la toma de decisiones en los ámbitos de la vida social, económica, política, cultural y familiar. En ese sentido, el acceso a derechos y oportunidades no debe estar limitado por las diferencias biológicas, por el contrario, la sociedad debe brindar un trato justo, digno e igualitario a todas las personas que la componen.

*Ej. Podemos explicarles a nuestras hijas y a nuestros hijos que las acciones de igualdad de género están dirigidas a tratar a las personas de manera igualitaria, esto implica que no deberían existir preferencias o facilidades en razón de sexo biológico. La igualdad de género es un fin que en la actualidad buscan todas las sociedades, para integrar en pleno las aptitudes y potencialidades de su población. En tal sentido podemos decir que la igualdad de género parte de la idea de dar un trato idéntico a hombres y mujeres, haciendo caso omiso de las diferencias existentes por motivos biológicos, psicológicos, intelectuales, económicos, políticos, etcétera.*

Las madres y los padres, buscamos para nuestras hijas y para nuestros hijos, un mundo de igualdad de oportunidades, para ello, debemos realizar un análisis del contexto social en el que actualmente nos desenvolvemos.

Si hacemos un análisis de los entornos sociales en los que hemos crecido, podemos recordar que las desigualdades basadas en el género, han sido insertadas en nuestras vidas desde que nacimos, haciendo que asumamos roles, manifestados en pensamientos, sentimientos y comportamientos, que no siempre respondían a nuestra esencia. Estos roles, los hemos aprendido en nuestras vidas a través de diferentes recursos que la sociedad usa de manera consciente o inconsciente, tal como mandatos familiares, juegos, canciones, rondas, novelas, películas, etc. Por ejemplo:

- Los hombres, desde bebés hasta adultos, visten con colores afines al celeste o azul, juegan con balones y con automóviles, realizan labores manuales como construcción o reparación de artefactos, asumen que expresar emociones o sentimientos les hace vulnerables, sofocan sus afectos y su llanto, privilegian su fuerza bruta, etc.

*“...Mambrú se fue a la guerra chivirin chivirin chin chin, Mambrú se fue a la guerra no sé cuándo vendrá, ja ja ja ja ja no sé cuándo vendrá...” (Ronda)*

*“... los maté, sí señor, y si vuelvo a nacer, yo los vuelvo a matar...”* (Bolero, Cantoral)

*“...Estoy enamorado de cuatro babys, siempre me dan lo que quiero, chinga cuando yo les digo...”* (Reggaeton, Maluma)

- Las mujeres, desde bebés hasta adultas, visten con colores afines al rosa, juegan con cocinas y muñecas, realizan labores domésticas como cocinar, planchar, lavar ropa, asumen que expresar emociones o sentimientos es su privilegio, etc.

*“...Arroz con leche me quiero casar con una señorita de San Nicolás, que sepa cocer, que sepa planchar, que sepa abrir las puertas para ir a jugar...”* (Ronda)

*“...Para que todos sepan a quien tu perteneces, con sangre de mis venas te marcaré la frente...”* (Bolero, Jaramillo)

*“...La vecinita tiene antojo, antojo que quiere resolver, el vecinito le hecha un ojo, ojo que mira pa comer”* (Reggaeton, Maluma)

A nivel social debemos comprender que no se trata de anular las rondas, prohibir los juegos, o dejar de enseñar a las hijas y a los hijos las labores domésticas, sino que se trata de reflexionar sobre los contenidos existentes en estos recursos y la forma en la que las enseñanzas sociales impactan en sus vidas.

En tal sentido debemos reflexionar sobre las acciones que desarrollamos dentro de nuestros entornos más cercanos, cuestionar los estereotipos de género impuestos en nuestras vidas y entender que la igualdad de oportunidades cobra importancia porque su ejercicio permite garantizar en la vida de nuestras hijas y nuestros hijos, el desarrollo de sus potencialidades y el equilibrio de sus vivencias en comunidad, haciéndoles entender que todas y todos somos diferentes, pero tenemos los mismos derechos.

*Ej. Como madres y como padres, debemos cuestionar, debatir o cambiar si es que fuera el caso, los estereotipos de género implantados en nuestros círculos familiares, brindando a nuestras hijas e hijos, las mismas oportunidades de desarrollar sus potencialidades independientemente de su sexo, promoviendo que ejerzan por igual sus derechos, y tengan los mismos recursos, y oportunidades dentro de los ámbitos sociales en los que se desenvuelvan.*

- **Comprendiendo las políticas de género en nuestra vida familiar.**

En nuestras sociedades, se entiende el término “política” como sinónimo del término “partido”, lo que genera graves distorsiones del accionar político que todas y todos tenemos, aunque no pertenezcamos a partido alguno.

Es preciso recordar que la política no es otra cosa que “la distribución del poder en la búsqueda del bien común” que suele formar parte del accionar de los Estados, en sus diferentes niveles, pero que no se limita a ellos, pues todas las personas somos políticas en esencia. En ese sentido, en nuestras prácticas personales, y dentro de la vida familiar, podemos y debemos desarrollar políticas

que viabilicen nuestro encuentro equilibrado, así como la potencialidad de cada integrante. Las políticas familiares, tienen como base las políticas públicas planteadas en Bolivia, enmarcadas en las normas que rigen el accionar de las bolivianas y los bolivianos.

La igualdad de género, se constituye en una política pública que busca el equilibrio en las relaciones primarias, como son las que desarrollamos en nuestra familia, para luego ser irradiada a todas las otras esferas sociales; por ello se encuentra planteada en la Constitución Política del Estado; el Código Niña, Niño, Adolescente, N° 548; la Ley Integral Para Garantizar a las Mujeres Una Vida Libre de Violencia, N°348; la Ley contra el Racismo y Toda Forma de Discriminación, N°045; la Ley Integral Contra la Trata y el Tráfico de Personas, N° 263; Ley Contra el Acoso y Violencia Política Hacia las Mujeres, N°243; la Ley de la Educación Avelino Zañani - Elizardo Pérez, N°070, entre otras.

Como parte de las políticas de igualdad de género que se han ido desarrollando en nuestro país, y que podemos incorporar a nuestra vida familiar, tenemos la despatriarcalización, la eliminación de conductas machistas, la implementación del enfoque de masculinidades y el desarrollo de una educación no sexista.

- **Despatriarcalizando**

El patriarcado está entendido como aquella cultura de dominación del hombre en relación a la mujer que se presenta en la familia, la comunidad, el estado y demás estructuras sociales, cuyas causas pueden ser las prácticas o creencias sociales o comunitarias. Para contrarrestar esta cultura, nuestras hijas y nuestros hijos deben desarrollarse en un mundo donde el ejercicio de derechos, el acceso igualitario a oportunidades y la construcción de relaciones en cultura de paz, sean parte de su cotidiano; para ello es preciso la despatriarcalización que no es otra cosa que el desmontaje la cultura de dominación mencionada en búsqueda de la complementariedad entre ambos, para que la familia, la comunidad y el Estado ejerzan sus derechos plenamente, en igualdad y sin discriminación (Ministerio de Justicia, 2010).

En esta línea, las madres y los padres podemos despatriarcalizar, dejando de hacer uso de prácticas que descubrimos como violentas porque estereotipan a nuestras hijas y a nuestros hijos, y promoviendo otras que fortalezcan el acceso a la igualdad de oportunidades.

*Ej. Si nuestras hijas tienen potencialidades para constituirse en capitanas de aeronavegación, como familias deberíamos exigir que las instituciones que forman y promueven dichas potencialidades, tengan como norma la recepción de mujeres y de hombres; o si nuestros hijos tienen potencialidades para constituirse en educadores parvularios, como familias deberíamos exigir que las instituciones que forman y promueven dichas potencialidades, tengan como norma la recepción de hombres y de mujeres; etc.*

- **Eliminando conductas machistas.**

Después de medio siglo de lucha contra las conductas machistas, tenemos claro que éstas se caracterizan por colocar al hombre en una posición superior a la mujer, en ámbitos familiares, jurídicos, económicos, sociales o culturales, asumiendo que los objetivos y ambiciones de cada quien deben ser diferentes en

la vida por cuestiones naturales o divinas. Tanto ha avanzado esta lucha, que hoy en día, nos percatamos además que estas conductas machistas no solo lastiman y limitan la vida de las mujeres, sino que también repercuten en la vida de los hombres, en tanto que al someterles a ciertos roles o estereotipos se anulan muchas de sus potencialidades.

Las madres y los padres debemos realizar un profundo análisis de los mensajes que replicamos dentro del hogar, las acciones que realizamos en cuanto a la distribución de tareas y las potencialidades de cada uno de los miembros de la familia, y así, observar si por conductas machistas estas pudiesen estar siendo coartadas. Debemos recordar que todos y todas si bien somos diferentes, tenemos las mismas obligaciones, los mismos derechos y deberíamos tener las mismas posibilidades de crecimiento personal.

*Ej. Podemos eliminar de nuestras prácticas y pensamientos, restos que por crianza y transmisión cultural seguimos teniendo, y que, con pena debemos reconocer, seguimos transmitiendo, como: “es hombre, no debería estar llorando”, “mujer es, no va a poder”, “no quiero que mi hija sea ama de casa, nomás”, “a mi hijo, lo han dejado de niñera”, “al médico lo acompaña la mamá, al futbol yo”, “mi hija debe comportarse como una señorita”, “la mujer es bella, hay que exhibirla”, “si es afeminado es gay”, “los hombres deben oler a hombre”, “los hombres deben proveer”, “las mujeres son delicadas y tiernas por naturaleza” etc.*

- **Reivindicando potencialidades diversas**

Otra de las políticas relacionadas con la igualdad de género, tiene que ver con la reivindicación de potencialidades diversas en la vida de mujeres y de hombres, es imprescindible reconocer que como personas somos diversas, que ni siquiera entre mujeres o entre hombres tenemos las mismas potencialidades, por ello, es importante que las madres y los padres comprendamos a plenitud a lo que este proceso se refiere.

Muchas sociedades, durante siglos, han comprendido que existía una sola forma de manifestarse como hombre o como mujer, a ello se ha llamado masculinidad o feminidad, entendiendo por estos conceptos a la forma en la que los hombres o las mujeres han sido criados y educados, lo que incluye la manera de sentir, pensar, y comportarse, así como la forma en que se relacionan con las mujeres y otros hombres, es decir, lo que define su ejercicio de poder en sus relaciones personales.

La masculinidad no es mala en sí misma, como no lo es la feminidad, sin embargo, en la historia de la humanidad, se ha educado a las personas en el marco de los parámetros de la masculinidad hegemónica, con características machistas, expresadas en “estereotipos de género” que consisten en ideas simplificadas y distorsionadas sobre las características de las mujeres y de los hombres, tales como que “los hombres son más fuertes que las mujeres y por ello deben dominarlas”, “el deber de un hombre es proteger a las mujeres porque estas son delicadas”, “los hombres son polígamos por naturaleza, por eso buscan coito con varias”, “la infidelidad es comprensible en el hombre porque tiene poco dominio sobre sí mismo”, “el hombre propone y la mujer dispone”, etc.

Debido a esta masculinidad hegemónica se han planteado estereotipos de género, a los que los hombres y las mujeres tuvieron que adaptarse por necesidad de subsistencia, o por comodidad. Si bien estas adaptaciones les permitieron reforzar algunas aptitudes, también debilitó otras en su relacionamiento con su entorno, obligándoles a asumir papeles de dureza, dominación y violencia, que refuerzan las conductas machistas.

*Ej. La ruptura con la masculinidad hegemónica y con sus consecuentes prácticas machistas, está permitiendo que los roles dentro de la familia, viabilicen diferentes funciones, por las que tanto, las madres y los padres puedan trabajar dentro y fuera del hogar, puedan divertirse dentro o fuera del hogar, puedan desarrollarse dentro o fuera del hogar, tomando decisiones equitativas al interior del mismo.*

- **Fortaleciendo la educación no sexista**

La mayor parte de nosotras y de nosotros, hemos sido educados dentro de un sistema patriarcal, machista y de masculinidad hegemónica, en el que hasta el lenguaje privilegiaba o visibilizaba a los hombres más que a las mujeres, por ello, es común encontrar en la historia hazañas de hombres pero no de mujeres; o percatarnos de que la mayor parte de los premios nobel son otorgados a hombres y no a mujeres; o encontrar que los logros deportivos son más reconocidos y remunerados económicamente cuando son practicados por hombres que por mujeres. A todo ello, se ha denominado educación sexista.

Hoy en día se está desarrollando un mundo cuya educación es no sexista. Es cada vez más común encontrar programas educativos basados en la equidad y la igualdad de género, desde centros infantiles hasta instituciones de educación superior, que analizan los contenidos que manejan en las currículas, reestructuran la forma en que manejan sus recursos pedagógicos, así como la manera en que evalúan las potencialidades de mujeres y hombres.

*Ej. En casa podemos desarrollar una educación no sexista enseñando a nuestras hijas y a nuestros hijos que tienen los mismo derechos y las mismas obligaciones dentro del hogar; acompañando en su niñez el reconocimiento de sus potencialidades indistintamente de su sexo; explicándoles que si bien los cambios en la pubertad afectan de manera diferente a mujeres y a hombres, sus capacidades seguirán siendo las mismas; manifestándoles que al momento de reconocer la privacidad de sus cuerpos, tanto mujeres como hombres tienen derecho a la intimidad; enfatizándoles que al momento de iniciar su relaciones de pareja, deben tomar las decisiones de manera conjunta y que la decisión del inicio de la práctica coital no debe ser forzada por estereotipos de género.*

**Recuerda que:**

- El género es un constructo social. Nacemos con un sexo biológico, pero el sexo social o género lo construimos a lo largo de nuestra vida y bajo la influencia de las personas que nos rodean.

- Las mujeres y los hombres tenemos muchas potencialidades y éstas son diversas. Gran parte de las sociedades coartaron dichas potencialidades en las personas que las integran por seguir estereotipos de género basados en ideologías machistas que partieron de una masculinidad hegemónica.
- Las madres y los padres podemos construir un mundo de igualdad de oportunidades para nuestras hijas y nuestros hijos desarrollando políticas familiares de igualdad: despatriarcalizando, eliminando conductas machistas, reivindicando las potencialidades diversas y fortaleciendo una educación no sexista.

Antes de pasar al siguiente acápite, reflexiona sobre las siguientes preguntas:

- ¿Cuál es la diferencia entre sexo biológico y sexo social?
- ¿Qué políticas de género podemos desarrollar en nuestras familias?
- ¿Cuál sería una acción despatriarcalizadora en el hogar?
- ¿Qué conductas machistas podrías eliminar de tus prácticas?
- ¿Qué potencialidades que fueron coartadas por la ideología de género machista, desearías reivindicar en tus hijas o en tus hijos?
- ¿Cómo podrías desarrollar una educación no sexista en tu casa?

## **2. Identificando la violencia, sus niveles y sus manifestaciones**

### **a. Violencia**

La violencia, según la OMS, es el uso intencional de la fuerza física, amenazas contra uno mismo, otra persona, un grupo o una comunidad que tiene como consecuencia o es muy probable que tenga como consecuencia un traumatismo, daños psicológicos, problemas de desarrollo o la muerte (OMS, 2010).

### **b. Niveles de violencia**

Para que nuestras hijas e hijos entiendan que la violencia no sólo aparece cuando existen golpes de por medio, podemos decirles que la violencia es un estado de tensión que se manifiesta en la lucha por el poder, donde una persona busca someter a otra, y además podemos explicarles que la violencia puede manifestarse en cuatro niveles (Salazar, 2019).

- La agresión es el nivel más básico y primitivo de la violencia, se trata de conductas hostiles y dañinas que tienen como característica la irracionalidad. Este nivel es primitivo, aparece en el mundo animal, del cual forma parte la humanidad, generalmente cuando el cuerpo reacciona por que se siente amenazado.
- El maltrato es el segundo nivel de la violencia, se trata de conductas agresivas pensadas que tienen la intención de someter y dañar a alguien. Este nivel aparece en el mundo humano, en tanto la conducta maltratadora depende de la intención y de la reflexión de los efectos sobre la otra persona. Suele estar en relación con conductas infractoras.

- El abuso es el tercer nivel de la violencia, se trata de conductas agresivas y maltratadoras, planificadas y sistematizadas para someter y dañar a alguien. Este nivel aparece en el mundo humano en tanto la persona que abusa vulnera el derecho de las personas cometiendo delitos.
- La crueldad es el cuarto nivel de la violencia, se trata de conductas agresivas, maltratadoras y abusivas ejecutadas para el disfrute de quien las ejerce. Este nivel aparece en el mundo humano, en tanto la persona que es cruel vulnera el derecho de las personas para su disfrute, manifestando trastornos psicopáticos o sociopátipos.

*Ej. Como madres y como padres debemos desterrar la violencia y sus diferentes niveles de nuestras vidas, para que nuestras hijas e hijos, no la normalicen e incorporen en las suyas.*

### **c. Manifestaciones de la violencia**

En Bolivia, la Ley para Garantizar a las Mujeres una Vida Libre de Violencia, No 348, reconocen 6 formas de violencia: simbólica, mediática, psicológica, física, sexual, femicida; que pueden aparecer en 6 ámbitos como son los familiares, académicos, médicos, institucionales, laborales o políticos. A fin de que nuestras hijas e hijos entiendan de qué se tratan las manifestaciones de violencia podemos explicarles lo siguiente:

- La violencia simbólica aparece en las vidas de nuestras hijas y nuestros hijos, a través de mensajes culturales que limitan sus potencialidades, negando la riqueza de su esencia, es decir a través de palabras, imágenes, contenidos que se constituyen en símbolos de vida. La violencia simbólica suele relacionarse con las características étnicas, raciales, sociales de las personas, pero sobre todo aparece en las características sexuales y genéricas.

*Ej. La violencia simbólica, no se ve, por ello a veces resulta difícil identificarla, de hecho, muchas veces no nos percatamos de que nosotras y podemos estar siendo partícipes de la misma, cuando decimos cosas como “mujer es, su vida es triste”, “macho, macho, los hombres no lloran”, “las mujeres lloran de todo y de nada”, “hombre es, como va a cocinar”, “la hermosura de la mujer hay que lucirla”, “tan feo, quien se va a fijar en tí”, “ha nacido gay porque su mamá era pecadora”, “todo hombre oculta una infidelidad, es parte de su naturaleza” etc.*

- La violencia mediática aparece en la vida de nuestras hijas y de nuestros hijos, a través de mensajes estereotipados transmitidos por medios de comunicación que siguen pautas machistas y de masculinidad hegemónica, mensajes que a nombre de moda suelen alienarnos, es decir suele alejarnos de nuestra esencia. La violencia mediática suele dirigirse a que las personas consumamos los contenidos que se nos brinda, por ello gira en torno a mensajes que nos sitúan en desventaja y que nos hacen pensar que solo existimos si seguimos las pautas que se nos marcan.

*Ej. Entre estos mensajes están los estereotipos de cuerpo y rostro donde se muestra todo lo que hay que hacer o consumir para ser o existir, frases*

como “*¿Quieres ser bello?, compra esta crema*”, “*No seas enano, consume la leche fabulosa*”, “*Periquito de los palotes, es todo un hombre, tiene el miembro viril mas grande*”; pero también están los estereotipos conductuales que aparecen desde noticieros hasta canciones, tales como “*por coqueta, la violaron*”, “*se hizo popular en una borrachera...*”, “*tu eres mi perra, yo soy tu perro*”, etc.

- La violencia psicológica aparece en las vidas de nuestras hijas e hijos a través de barreras de comunicación que van lastimando su autoconcepto, su autoestima y su autoeficacia. La violencia psicológica, suele saltar con mucha facilidad de contextos familiares a relaciones con los pares o a relaciones de pareja, en tanto nuestras hijas e hijos pueden situarse en lugares de dependencia o menoscabo.

*Ej. Estos mensajes suelen estar mediados por la violencia simbólica y mediática, pero aparecen en contextos familiares, en frases como “tan tonta ¿quién te va a querer?”, “gorda estás, razón te han dejado”, “eres un maricón, nunca te enfrentas a nada”, “siempre has sido un inútil ¿cómo no vas a tener más mujeres?”, “tan bruto, te pareces a tu padre”, “inútil como su madre”, etc.*

- La violencia física aparece en la vida de nuestras hijas e hijos a través de jalones, sacudones, pellizcos, coscorrones que reciben en el entorno familiar, a raíz de pautas de crianza equivocadas que confunden la disciplina con el maltrato y asumen que es debido a estos golpes que han desarrollado sus valores.

*Ej. Estos maltratos físicos pueden tornarse en abuso cuando se intensifican, se hacen constantes en la relación familiar, y se desbordando en bofetadas, puñetazos, patadas, latigazos, etc. Nuestras hijas e hijos pueden tolerar la violencia física por parte de sus pares o de su pareja, cuando la han naturalizado en sus vidas creyendo la frase “me pega porque me quiere”.*

- La violencia sexual aparece en la vida de nuestras hijas e hijos en seis formas: cuando en lugar de brindarles acompañamiento en su desarrollo psicosexual, les censuramos, humillamos o no guiamos adecuadamente sus conductas eróticas, cometemos privación; cuando, por el contrario, les erotizamos y adelantamos la manifestación de sus conductas cual si fueran pequeñas o pequeños adultos en seducción, cometemos exacerbación; cuando alguien les acosa con expresiones y palabras situándoles en el lugar de objetos eróticos, comete acoso; cuando alguien les manosea, les hace toques impudicos, haciéndoles sentir responsables o cómplices de la situación, comete seducción; cuando alguien expone su imagen o explota su cuerpo y sus genitales con fines económicos, comete comercialización; cuando alguien penetra sus cuerpos oral, anal o genitalmente, comete violación (Salazar 2019). Por su importancia, explicamos cada una de estas formas de violencia sexual:

- *La violencia sexual deprivadora, aparece en las vidas de nuestras hijas e hijos cuando el acompañamiento del desarrollo psicosexual y la educación integral de la sexualidad, se suplen con silencios, censuras, castigos emocionales o castigos físicos. Frases como ¡cochino! ¿qué estas preguntando?; ¡te voy a amarrar tus manos a la cama si vuelvo a ver que te tocas tus genitales!; ¡dejas de ser mi hijo si eres gay!; ¡cómo te vas a vestir así! ini que fueras hombre!, reprimen el curso natural de la sexualidad, generando traumas que pueden terminar ocasionando serias dificultades en el relacionamiento consigo mismos y con las otras personas, si es que no se manifiestan en disfunciones sexuales como anorgasmias, eyaculaciones precoces o retardadas, vaginismo, entre otras. Hoy en día esta forma de violencia sexual no está tipificada como delito, sin embargo, puede ser reconocida como maltrato sexual.*
- *La violencia sexual exacerbadora del erotismo de las personas o hipersexualización, aparece en la vida de nuestras hijas y de nuestros hijos cuando les inculcamos o dejamos que alguien más les inculque pensamientos, actitudes y conductas eróticas de seducción propias a personas jóvenes o adultas, situándoles en lugar de objetos eróticos. Vestir a las niñas, niños y adolescentes como seductoras personas adultas, inscribirles en concursos de belleza y hacerles desfilar en pasarela con maquillaje y ropa sexy; exponerles a presenciar situaciones del erotismo adulto en medios de comunicación, redes, reuniones sociales o familiares; hacer uso de su imagen para promocionar productos del erotismo adulto, etc., distorsiona gravemente la autoestima y la identidad etaria de nuestras hijas e hijos por constituirse en un falso parámetro vital para su valía y ponerles en situaciones de vulnerabilidad a las otras formas de violencia sexual. Hoy en día estas y otras prácticas similares, están consideradas como violencia sexual en el Código Niña, Niño y Adolescente.*
- *La violencia sexual acosadora, aparece en la vida de nuestras hijas y de nuestros hijos, cuando alguien vulnera su espacio personal hace referencia a sus cuerpos o a su sexualidad con palabras, frases, advertencias, gestos, miradas, o silbidos que buscan intimidarles, someterles, humillarles o acorralarles, produciéndoles vergüenza. Hoy en día estas prácticas se reconocen como “acoso callejero” y si bien suelem ser tomadas superficialmente por considerar que la palabra es subjetiva y que no es posible medir el impacto de la misma en el cuerpo y en la vida de las personas, desde espacios clínicos psicológicos se evidencia altos niveles de dolo al desarrollo sexual de las personas.*
- *La violencia sexual seductora aparece en la vida de nuestras hijas e hijos cuando alguien les seduce, bajo convencimiento, chantaje o presión para que acepten o callen manoseos, besos, abrazos o toques impudicos a piernas, nalgas, genitales, para la satisfacción de quien lo ejecuta. Esta violencia era reconocida como “abuso*

*deshonesto” en el anterior Código Penal Boliviano, posteriormente al comprender que todo abuso es “deshonesto en sí mismo” y que el término “deshonesto” minimiza la comprensión del impacto que genera, hoy en día se reconoce directamente como abuso sexual y es considerado un delito que debe ser denunciado.*

- *La violencia sexual comercial aparece en la vida de nuestras hijas y de nuestros hijos cuando alguien procede a la explotación de su imagen, de sus genitales, de su cuerpo o de sus acciones eróticas, con fines turísticos, comerciales y económicos. Hoy en día, esta violencia se combate en Bolivia por estar ligada, casi siempre a acciones de trata de las personas.*
- *La violencia sexual violadora aparece en la vida de nuestras hijas y de nuestros hijos cuando alguien les penetra oralmente, genitalmente o analmente, en contra de su voluntad, bajo seducción, presión o chantaje. Hasta hace poco, esta era la única forma de violencia sexual reconocida por las sociedades, en tanto se consideraba que cuando sucedía existía pruebas objetivas del daño causado. Hoy en día se la comprende como una forma más de violencia sexual.*

Con el fin de prevenir la comisión de delitos sexuales en las vidas de nuestras hijas y de nuestros hijos, es importante hacerles conocer que en cuanto a sexualidad se refiere, el Código Penal Boliviano, identifica los siguientes delitos:

- **Violación:** Delito que consiste en sostener relaciones coitales con una persona sin su consentimiento o con un consentimiento obtenido mediante actos violentos. Se trata de una acción premeditada que conlleva agresión, maltrato y abuso mediada por el amedrentamiento, chantaje o dominio, para obtener el acceso carnal, implicando la penetración del miembro viril o de cualquier otra parte del cuerpo, o de un objeto cualquiera, por vía vaginal, anal u oral.
- **Estupro:** Delito que consiste en la acción de cualquier persona joven, adulta o anciana, que, basándose en acciones de abuso seductor, obtiene el acceso carnal con persona de uno u otro sexo mayor de catorce (14 años) o menor de dieciocho (18 años). A diferencia de la violación, en el estupro no suelen existir señales de violencia física.

Por otra parte, si bien, esperamos que la práctica coital se inicie sólo después de que nuestras hijas e hijos hubieran terminado de desarrollar físicamente y se encuentren en un equilibrio emocional suficiente para tomar las riendas de su vida erótica de pareja, es preciso saber que legalmente, en las relaciones consensuadas entre adolescentes mayores de doce (12 años), siempre que no exista diferencia de edad mayor de tres (3 años) entre ambos y no se haya cometido violencia o intimidación, quedan exentas de cualquier sanción penal.

- **Abuso Sexual:** Delito que se manifiesta en actos libidinosos realizados por cualquier persona, en los que se obligue o incite a niñas, niños, adolescentes o personas jóvenes, adultas o ancianas con discapacidad cognitiva, a sostener relaciones eróticas como caricias, besos, roses, etc. destinadas a satisfacer la

excitación sexual de la persona que comete el delito. A diferencia de la violación y del estupro, en este tipo penal no se consuma el acto carnal.

- La violencia femicida u homicida podría aparecer en la vida de nuestras hijas y de nuestros hijos, cuando alguien que tiene relación con ellas o ellos elimina sus cuerpos, causándoles la muerte. Es preciso que estemos conscientes de que para que una vida termine en esta trágica situación, han tenido que estar presentes todas las anteriores manifestaciones de violencia.

*Ej. Las madres y los padres debemos prevenir cualquier forma de violencia en la vida de nuestras hijas e hijos, y la mejor manera de hacerlo es fortaleciendo nuestras habilidades de comunicación, brindándoles una educación integral de su sexualidad, fortaleciendo el ejercicio de sus derechos, así como el cumplimiento de sus deberes.*

#### Recuerda que:

- Como madres y como padres debemos reconocer la posibilidad latente de que la violencia simbólica, mediática, psicológica, física, sexual o femicida u homicida, llegue a la vida de nuestras hijas y nuestros hijos; y de que todas o cualquiera de ellas aparezcan en ámbitos familiares, académicos, médicos, institucionales, laborales o políticos; pero también debemos recordar que, sin duda, está en manos de la familia el hecho de prevenirlas o evitarlas.

Antes de concluir, reflexiona sobre las siguientes preguntas:

- ¿Qué es la violencia?
- ¿Cuáles son los niveles de violencia? ¿A qué se refiere cada uno de ellos?
- ¿Cómo se manifiesta la violencia? ¿En qué ámbitos aparece?
- ¿Cuáles son las formas de violencia sexual?
- ¿Cómo podemos prevenir?

### **3. Acompañando relaciones de pareja saludables**

Cuando nuestras hijas y nuestros hijos ingresan a la adolescencia empiezan a buscar y a disfrutar de experiencias autoeróticas; éstas suelen despertar el deseo de vivir emociones, sensaciones y prácticas eróticas de pareja, antes desconocidas para ellas y ellos. Impulsados por estas razones y, por el hecho de que su grupo de pares se encontrará viviendo experiencias similares, constituirán relaciones de noviazgo que, a partir de sentimientos como la admiración, el romance y el enamoramiento les permitan vivenciar las sensaciones corporales. Este hecho será positivo en sus vidas, si es que logran construir noviazgos que nutran sus vidas (nutricios) en lugar de noviazgos que las lastimen (tóxicos).

A fin de dialogar sobre estas posibilidades, será necesario que las madres y los padres, aclaremos la diferencia entre lo que significa el enamoramiento respecto a lo que significa el amor en pareja, pues si bien ambos tienen connotaciones similares también presentan diferencias sociales que pueden repercutir en el tipo de relaciones de pareja que entablamos:

- El enamoramiento es un proceso emocional que se inicia con el proceso de atracción física, afectiva y social hacia alguien más, y que se transforma en proceso pasional con la intensificación bioquímica de la producción hormonal de estrógenos, testosterona, adrenalina, dopamina y oxitocina. La intensificación en la producción hormonal permite experimentar sensaciones como placer corporal, dependencia, temor al abandono, idealización de la otra persona, negación de defectos, alegrías y tristezas profundas, etc.; es decir, produce un desequilibrio.

*Ej. Expliquemos a nuestras hijas y a nuestros hijos que el enamoramiento, tiene características muy similares a aquellas que vive una persona cuando consume drogas, pero son tan gratas que tratamos de mantenerlas a lo largo de nuestra existencia; por ello es tan importante aprender a administrar las sensaciones que este produce.*

- El amor en pareja, por otro lado, es un sentimiento complejo que favorece nuestro crecimiento personal en relación al crecimiento de la otra persona, parte del enamoramiento pero lo subsume, en tanto se construye de manera paralela a actitudes como la empatía, el respeto, la congruencia y el compromiso que favorecen el desarrollo de proyectos personales y proyectos conjuntos; sitúa a la razón, la reflexión y el análisis como recurso personal para el crecimiento personal de quienes se encuentran participando de la relación.

*Ej. Si las madres y los padres tenemos clara esta diferenciación, podemos afirmar con convicción que las personas podemos enamorarnos muchas veces, pero que en pareja amamos pocas veces; que el enamoramiento se centra en la búsqueda de emociones, mientras que el amor implica cultivar razones, es decir implica esfuerzos para impulsarse personalmente e impulsar a la otra persona.*

- Relaciones nutricias vs. Relaciones tóxicas**

En la historia de la humanidad, las relaciones de pareja se han constituido en motivo de grandes historias literarias, así como en fenómenos para la investigación científica, debido a la complejidad de pensamientos, afectos y comportamientos que generan. Cuando son constructivas se constituyen en un gran potencial para el desarrollo de las personas, pero cuando son destructivas se constituyen en un obstáculo para el mismo. Por ello vale la pena diferenciar las primeras de las últimas.

Relaciones nutricias	Relaciones tóxicas
La relación se construye basada en una comunicación asertiva, en la que ambos eliminan barreras de comunicación, desarrollan actitudes de empatía, aceptación positiva y autenticidad; manifiestan capacidades para contener, confrontar y solucionar problemas y construir valores conjuntos, incluso en los momentos donde se presentan desacuerdos.	La relación se manifiesta en la lucha por el poder en la comunicación, donde las barreras aparecen constantemente, las actitudes de empatía, respeto y autenticidad desaparecen en pos de las imposiciones; y donde las habilidades de comunicación asertiva son remplazadas por discusiones en escalada.
El ejercicio de los derechos sexuales en las relaciones eróticas de pareja fluye, en tanto cada quien fortalece a la otra persona para que decida de forma libre, autónoma e informada sobre su cuerpo, disfrute plenamente de su erotismo, manifieste abiertamente su orientación sexual y su identidad genérica, se libre de cualquier forma de discriminación, viva su intimidad y privacidad, acceda a información y servicios de salud que fortalezcan la relación.	El ejercicio de los derechos sexuales en las relaciones eróticas de pareja es coartado, en tanto una de las personas asume que es quien debe decidir sobre el cuerpo, sobre el erotismo, sobre las manifestaciones de la orientación sexual y la identidad genérica, de la otra persona; generalmente una de las personas se atribuye el derecho de decidir como se vive la intimidad y privacidad, coartando la información y el acceso a servicios de salud.
El ejercicio de los derechos reproductivos en las relaciones de pareja, manifiesta toma de decisiones conjuntas sobre la reproducción sin discriminación, coerción, ni violencia, al momento de dialogar si desean o no tener hijas o hijos, qué métodos usarán para planificar su vida reproductiva, a qué servicios de salud acudirán para garantizar el cumplimiento de sus proyectos de vida o qué tipo de familia que desearían construir.	El ejercicio de los derechos reproductivos en las relaciones de pareja, manifiesta desacuerdos constantes, suele ser asumido solo por una persona, que discrimina, coerciona, violenta la decisión de tener o no tener hijas o hijos, que se niega a hacer uso de métodos anticonceptivos, que coarta el acceso a servicios de salud y que toma los nacimientos de las hijas y de los hijos como formas de sujeción a la relación de pareja.

<p>Las manifestaciones de agresión, maltrato, abuso o crueldad en la relación son detectadas prontamente para ser eliminadas; la satisfacción equitativa de sus necesidades en pos de la construcción de una relación con igualdad de oportunidades, es buscada; la expulsión de conductas machistas que les lleven a asumir al cuerpo, la vida o las sensaciones de la otra persona como objeto de pertenencia, caracteriza a estas relaciones.</p>	<p>La manifestación de conductas de agresión, maltrato, abuso o crueldad en la relación, son constantes; la negación de situaciones que favorecen la igualdad de oportunidades, aparece cuando una de las personas plantea una proyección; la presencia de conductas machistas que les llevan a asumir al cuerpo, la vida o las sensaciones de la otra persona como objeto de pertenencia, son cotidianas; la expresión de los celos como forma de control de la otra persona, aparece justificada.</p>
<p>La mantención de la experiencia del enamoramiento es cultivada de manera placentera pero reflexionada como base para fortalecer las características del amor.</p>	<p>La mantención de la experiencia del enamoramiento se usa como justificativo para mantener la relación en lugar de fortalecer las características del amor.</p>

Es importante dialogar con nuestras hijas y nuestros hijos sobre cuáles son las experiencias que nosotros afrontamos en nuestras primeras relaciones de enamoramiento, cómo fuimos aprendiendo a vivirlos, cuáles fueron las maneras de entablar diálogos, cómo manejamos los desacuerdos, cómo rompimos las relaciones que no progresaban, cómo superamos los desamores, es decir cómo logramos pasar del enamoramiento para alcanzar el amor en pareja.

Vale la pena manifestarles que las relaciones nutricias no siempre se consolidan como una relación permanente, pero que cuando los tuvimos nos nutrieron, nos hicieron crecer y nos potenciaron como personas, fortaleciendo nuestra autonomía e independencia.

También vale la pena manifestarles que si bien las relaciones tóxicas llegaron a un momento en que detuvieron nuestro crecimiento, frenaron nuestras habilidades de comunicación, manifestaron necesidad de control, nos situaron en lugar de dependencia, y arriesgaron nuestra estabilidad emocional, cognitiva y conductual; no se iniciaron así, que en ellas también hubieron momentos de mucho disfrute y alegría que nos trajeron aprendizajes en la vida y nos ayudaron a madurar, pero que cuando se transformaron decidimos cortarlas por el bienestar de ambas personas.

Recuerda que:

- Como madres y como padres podemos compartir nuestras experiencias de pareja con nuestras hijas y nuestros hijos, tanto aquellas que nutrieron nuestras vidas como aquellas que las intoxicaron, pero, sobre todo debemos mostrarles que son experiencias que nos enseñan a ser mejores personas, evitando poner sobre sus hombros, nuestros temores o nuestras experiencias no resueltas.

Antes de concluir el presente acápite, reflexiona sobre las siguientes preguntas:

- ¿Cuál es el sentido de construir relaciones de pareja?
- ¿Cuáles son las características de una relación nutricia?
- ¿Cuáles son las características de una relación tóxica?
- ¿Cómo debemos romper una relación que no es saludable?

### Textos de apoyo

- ✓ <https://bolivia.unfpa.org/sites/default/files/publications/pdf/MIN JUSTICIA%20ROTAFOLIO.pdf>
- ✓ <https://www.who.int/topics/violence/es/>
- ✓ [https://bolivia.unfpa.org/sites/default/files/publications/pdf/Comunicacion\\_genero\\_y\\_prevencion\\_de\\_violencia.pdf](https://bolivia.unfpa.org/sites/default/files/publications/pdf/Comunicacion_genero_y_prevencion_de_violencia.pdf)
- ✓ [https://bolivia.unfpa.org/sites/default/files/publications/pdf/Guia\\_Metodologica\\_Transversalizacion.pdf](https://bolivia.unfpa.org/sites/default/files/publications/pdf/Guia_Metodologica_Transversalizacion.pdf)
- ✓ [https://bolivia.unfpa.org/sites/default/files/publications/pdf/Cuaderno\\_Masculinidades.pdf](https://bolivia.unfpa.org/sites/default/files/publications/pdf/Cuaderno_Masculinidades.pdf)
- ✓ <https://bolivia.unfpa.org/sites/default/files/publications/pdf/Caja%20de%20herramienta%20genero%C2C%20generaciones%20y%20derechos.pdf>
- ✓ <https://bolivia.unfpa.org/es/publications/modelo-de-atención-integral-víctimas-de-violencia-sexual-serie-documentos-técnico-->