



— GUÍA PRÁCTICA —

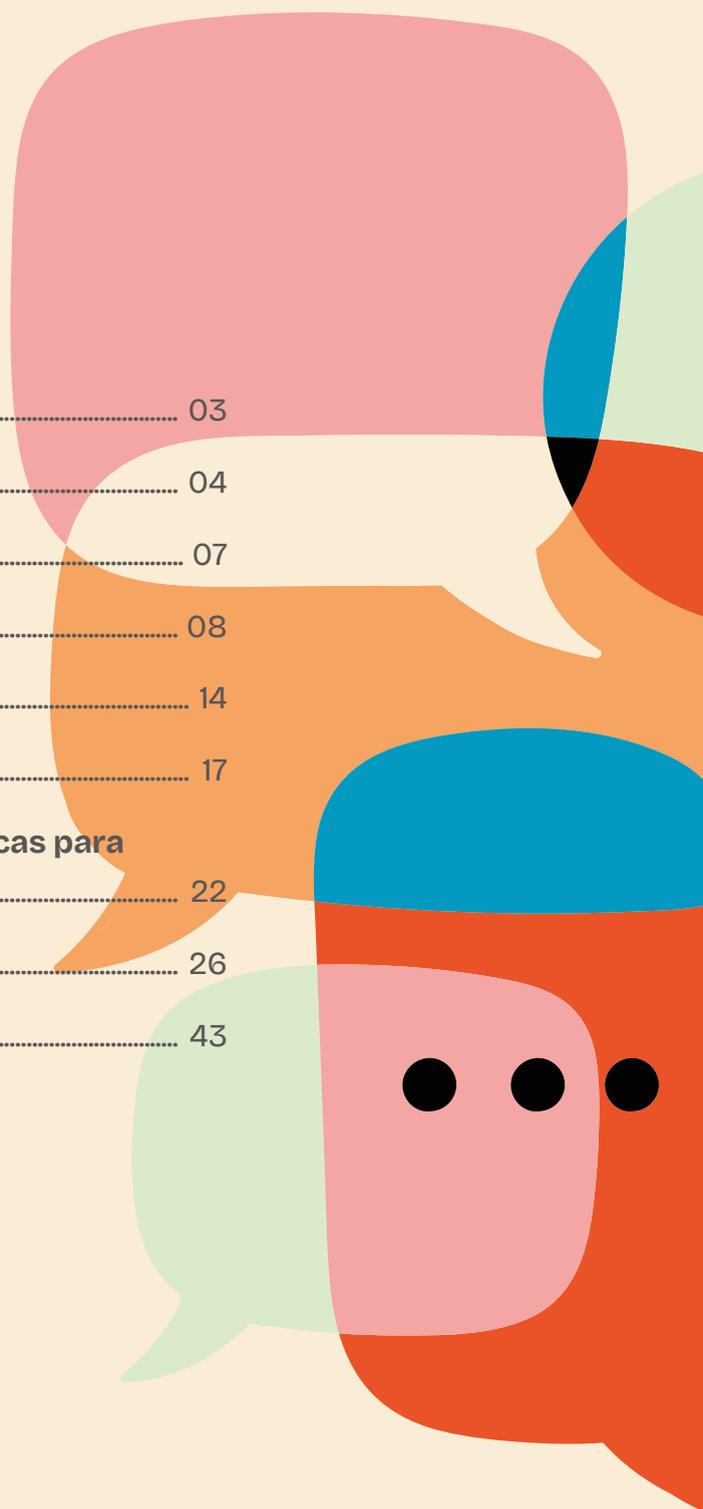
Violencia(s) en las Redes Sociales

Prevención del acoso
y la violencia entre adolescentes
en entornos digitales



Índice

Presentación	03
Introducción	04
Parte 1. Marco teórico	07
Conceptos clave	08
Nuevas masculinidades y redes sociales	14
Violencia en las redes sociales	17
Parte 2. Consejos, lecciones aprendidas y buenas prácticas para trabajar las violencias en el entorno digital	22
Parte 3. Recursos prácticos	26
Bibliografía	43



Presentación

La ONGD **Nazioarteko Elkartasuna - Solidaridad Internacional (NE-SI)** fue fundada el 31 de octubre de 1989 en Bilbao con el objetivo de erradicar la pobreza y las desigualdades a través de una perspectiva feminista y local. NE-SI aborda las causas económicas, religiosas, culturales y medioambientales de estas problemáticas, y promueve la extensión de la libertad y la igualdad de derechos en el mundo.

La labor de NE-SI contribuye al desarrollo humano sostenible, empoderando a las personas empobrecidas para que tomen el control de sus vidas. Este modelo de cooperación fortalece a las Organizaciones de la Sociedad Civil (OSC) en los países donde trabaja, y se basa en los valores del feminismo, laicismo, Derechos Humanos, Justicia y Ciudadanía Universal.

Además, SI promueve cambios sociales significativos a través de la Educación para la Transformación Social. Sus objetivos en esta área incluyen:

Promover un aprendizaje crítico y transformador.

Apoyar la igualdad socioeducativa mediante el empoderamiento personal y social.

Desarrollar programas para romper desigualdades, discriminaciones y estereotipos.

Crear espacios seguros e inclusivos para el análisis y reflexión.

Establecer redes de intercambio y apoyo con organizaciones de países del Sur.

Sensibilizar sobre los Derechos Humanos para fomentar fraternidad, conocimiento y desarrollo sostenible.

En este contexto, NE-SI se desarrolla la presente guía didáctica sobre “Violencias en los entornos digitales” para prevenir el acoso digital y las violencias machistas, homófobas y transfobas entre adolescentes.



Introducción

En el contexto actual, las redes sociales y la mensajería instantánea han transformado la manera en que los jóvenes se comunican, se relacionan y se expresan. Sin embargo, estas plataformas también han dado lugar a nuevos escenarios de violencia y acoso, particularmente en el ámbito de la violencia sexual y de género. **Esta guía tiene como objetivo principal fortalecer el conocimiento de los jóvenes y el personal docente sobre los peligros de la violencia sexual, machista y homófoba en entornos digitales, y establecer estrategias para prevenir, sancionar y erradicar estas conductas.**

La violencia sexual y de género afecta a todas las personas, aunque su prevalencia es particularmente alta entre las mujeres y las personas LGTBQ+. Factores socioeconómicos y culturales influyen en la magnitud y las manifestaciones de esta violencia. En el caso de los adolescentes, la situación es especialmente alarmante: muchas chicas no son conscientes de que son víctimas y hay una notable reticencia a denunciar los casos de violencia. Datos del Barómetro Juventud y Género 2023 revelan que un alto porcentaje de jóvenes minimiza la violencia de género, subrayando la urgencia de incrementar la sensibilización y el apoyo hacia este grupo.

La guía invita a reflexionar sobre las características intrínsecas de las redes sociales y las plataformas de mensajería instantánea que pueden favorecer situaciones de control y acoso. Las funciones de geolocalización, la posibilidad de enviar mensajes efímeros y las herramientas para compartir imágenes y videos en tiempo real pueden ser explotadas por los agresores para ejercer control sobre sus víctimas. Estas dinámicas son especialmente perjudiciales para los adolescentes, que están en una etapa crítica de desarrollo de su identidad y sus relaciones sociales.

Para abordar estos desafíos, **la guía se implementa a través de talleres diseñados específicamente para adolescentes, conducidos por facilitadores capacitados en técnicas de comunicación efectiva, autocrítica y construcción de ambientes armónicos y solidarios.** Los talleres incluyen actividades prácticas como intercambios de roles, que permiten a los participantes identificar conductas digitales dañinas y reflexionar sobre sus consecuencias. **Este enfoque participativo y reflexivo es crucial para empoderar a los jóvenes, fomentando una mayor conciencia sobre sus acciones en el entorno digital.**

La violencia en redes sociales se manifiesta de diversas formas, incluyendo el ciberacoso, el doxing y la sextorsión. El ciberacoso, por ejemplo, implica el envío de mensajes intimidatorios o amenazantes que buscan humillar o silenciar a la víctima. El doxing, por otro lado, consiste en la publicación de información privada con la intención de dañar o intimidar, exponiendo a la víctima a riesgos físicos, emocionales o financieros. La sextorsión es una forma de extorsión sexual en la que se amenaza con publicar imágenes comprometedoras para obtener beneficios económicos o sexuales.

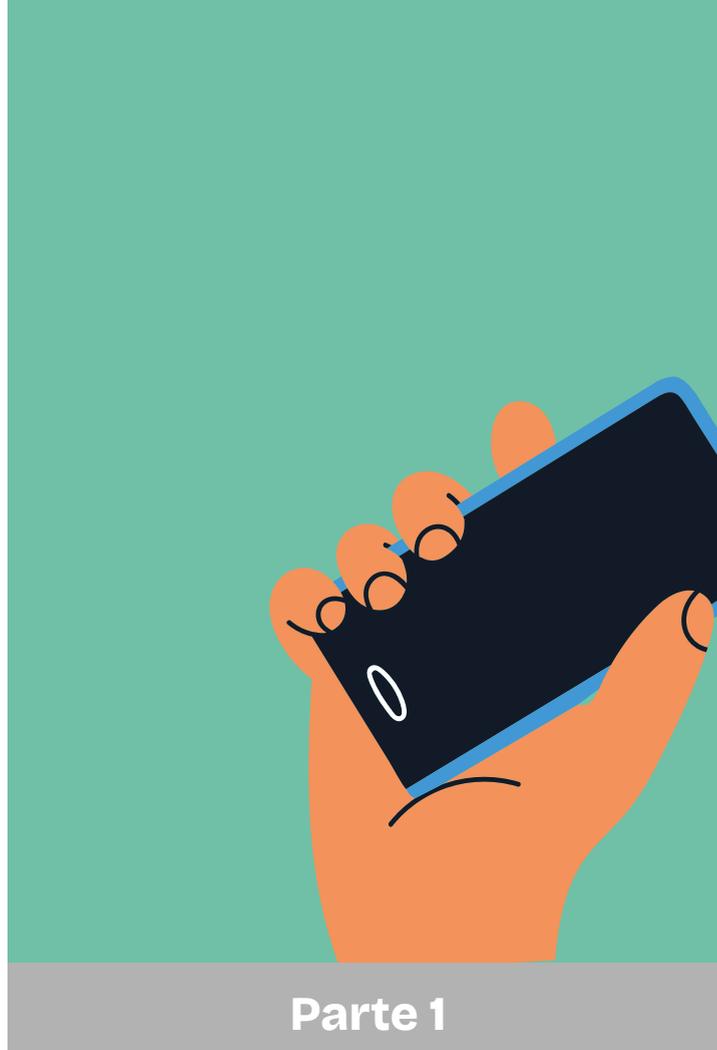
La prevalencia de estas conductas en el entorno digital resalta la necesidad de una intervención educativa integral. Los datos proporcionados por la Fundación ANAR, que ha atendido a miles de menores víctimas de

violencia de género, evidencian la magnitud del problema y la urgencia de medidas efectivas. Además, la falta de conciencia y la reticencia a denunciar, especialmente entre los adolescentes, subrayan la importancia de programas de sensibilización y apoyo que promuevan la denuncia y proporcionen recursos adecuados para las víctimas.

Esta guía, desarrollada por Nazioarteko Elkartasuna - Solidaridad Internacional (NE-SI), no solo aborda la prevención y la sanción de la violencia digital, sino que también se enfoca en la erradicación de las conductas violentas a través de la educación y la promoción del respeto en los entornos digitales.

Por otro lado, esta guía es una de las actividades enmarcadas en el proyecto “Promoviendo los derechos humanos de las mujeres y del colectivo LGBTQ+ en un entorno digital libre, seguro y sostenible desde Euskadi, Centroamérica y Guinea Ecuatorial”. Este proyecto promueve un proceso colectivo de prevención y contención ante las violencias machistas que sufren las mujeres y el colectivo LGBTQ+ en el entorno digital. Incluye la realización de una investigación comparativa a partir de las vivencias de los jóvenes y adolescentes en Centroamérica, África Subsahariana y Euskadi; la capacitación del profesorado de secundaria con herramientas didácticas elaboradas conjuntamente entre asociaciones del Norte y del Sur global; la sensibilización y empoderamiento de los titulares de derechos a partir del intercambio de experiencias con jóvenes de Guinea Ecuatorial y Centroamérica; e involucrar a la ciudadanía vasca en la defensa de los derechos humanos de las mujeres y del colectivo LGBTQ+.

En resumen, esta guía es una herramienta para fortalecer la capacidad de los jóvenes y el personal docente en la prevención, sanción y erradicación de la violencia sexual y de género en entornos digitales. Al proporcionar conocimientos prácticos y fomentar una reflexión crítica sobre las dinámicas de poder y control en las redes sociales, esta guía busca empoderar a los jóvenes para que utilicen las tecnologías de manera segura y respetuosa, contribuyendo así a la creación de entornos digitales más justos y equitativos.



Parte 1

Marco teórico

Conceptos clave



¿Qué es la violencia de género / basada en género?

La violencia de género 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 concepto 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**. Aunque las mujeres y niñas sufren violencia de género de manera desproporcionada, los hombres y niños también pueden ser blanco de ella. **En ocasiones, este término se emplea para describir la violencia dirigida contra las poblaciones LGBTQ+, refiriéndose a la violencia relacionada con las normas de masculinidad/feminidad o las normas de género.**



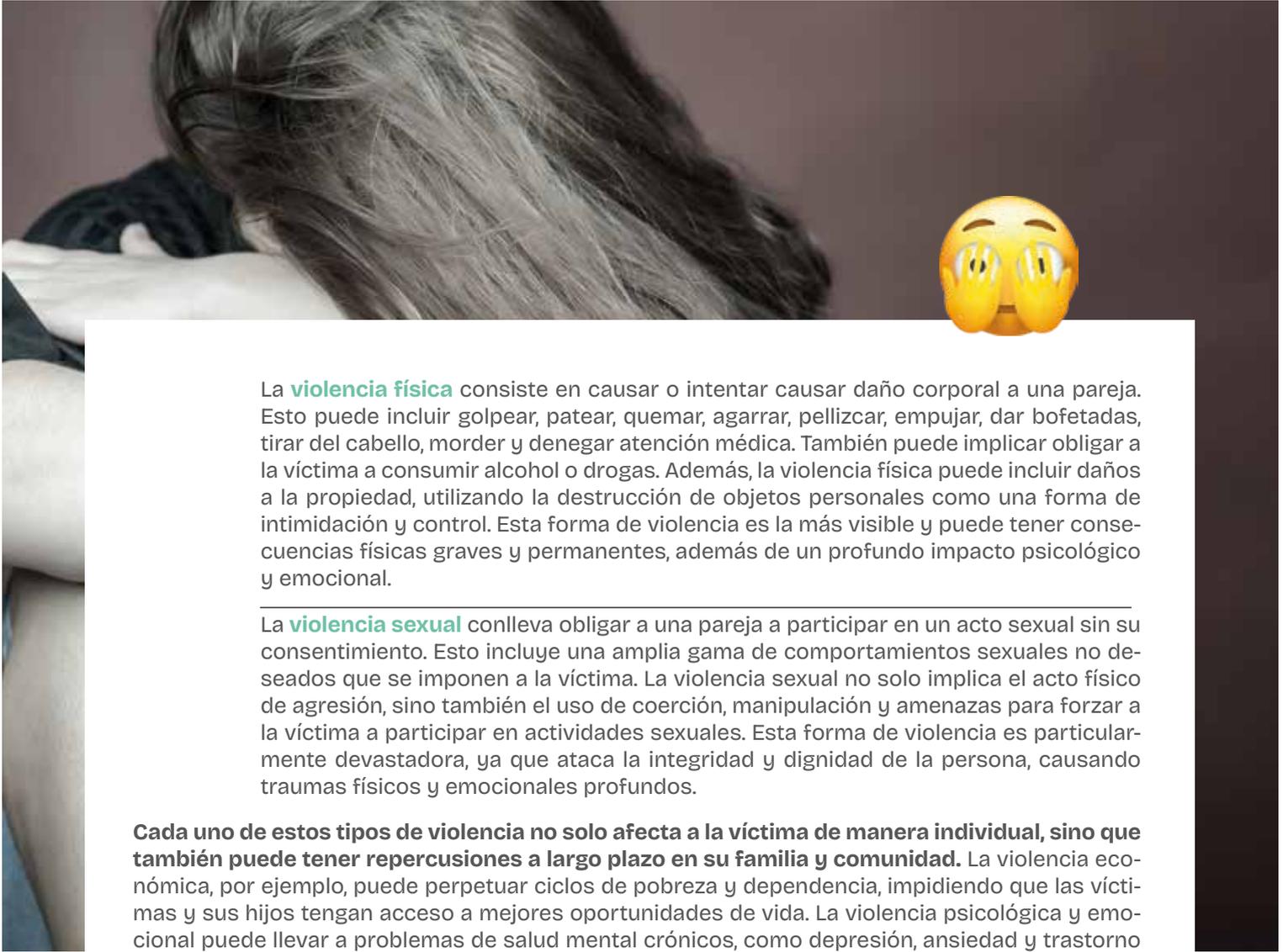


Tipos de violencia

La **violencia económica** consiste en lograr o intentar conseguir la dependencia financiera de otra persona, manteniendo un control total sobre sus recursos financieros. Este control se manifiesta impidiendo que la persona acceda a su propio dinero, prohibiéndole trabajar o asistir a la escuela, y limitando sus oportunidades para ser económicamente independiente. Al privar a la víctima de la capacidad de gestionar sus propios recursos, el agresor asegura su dependencia y sometimiento. Esta forma de violencia no solo afecta la autonomía económica de la persona, sino que también puede limitar su acceso a necesidades básicas y a una vida digna.

La **violencia psicológica** implica provocar miedo a través de la intimidación y amenazas constantes. Estas amenazas pueden ser de causar daño físico a la persona, su pareja, sus hijos o sus bienes. Además, incluye someter a la víctima a un maltrato psicológico continuo, forzándola a aislarse de sus amistades, familia, escuela o trabajo. Este aislamiento y las constantes amenazas deterioran significativamente la salud mental de la víctima, minando su autoestima y confianza. El objetivo de este tipo de violencia es controlar y dominar emocionalmente a la persona, dejándola en un estado de constante miedo e inseguridad.

La **violencia emocional** puede consistir en minar la autoestima de una persona a través de críticas constantes y despectivas. El agresor infravalora sus capacidades, la insulta y la somete a abuso verbal, dañando así su confianza y percepción de sí misma. Este tipo de violencia también puede implicar dañar la relación de la víctima con sus hijos o impedirle ver a su familia y amistades. El objetivo es aislar a la persona emocionalmente, haciéndola dependiente del agresor y privándola de su red de apoyo. La violencia emocional deja cicatrices profundas y duraderas, afectando la salud mental y emocional de la víctima.



La **violencia física** consiste en causar o intentar causar daño corporal a una pareja. Esto puede incluir golpear, patear, quemar, agarrar, pellizcar, empujar, dar bofetadas, tirar del cabello, morder y denegar atención médica. También puede implicar obligar a la víctima a consumir alcohol o drogas. Además, la violencia física puede incluir daños a la propiedad, utilizando la destrucción de objetos personales como una forma de intimidación y control. Esta forma de violencia es la más visible y puede tener consecuencias físicas graves y permanentes, además de un profundo impacto psicológico y emocional.

La **violencia sexual** conlleva obligar a una pareja a participar en un acto sexual sin su consentimiento. Esto incluye una amplia gama de comportamientos sexuales no deseados que se imponen a la víctima. La violencia sexual no solo implica el acto físico de agresión, sino también el uso de coerción, manipulación y amenazas para forzar a la víctima a participar en actividades sexuales. Esta forma de violencia es particularmente devastadora, ya que ataca la integridad y dignidad de la persona, causando traumas físicos y emocionales profundos.

Cada uno de estos tipos de violencia no solo afecta a la víctima de manera individual, sino que también puede tener repercusiones a largo plazo en su familia y comunidad. La violencia económica, por ejemplo, puede perpetuar ciclos de pobreza y dependencia, impidiendo que las víctimas y sus hijos tengan acceso a mejores oportunidades de vida. La violencia psicológica y emocional puede llevar a problemas de salud mental crónicos, como depresión, ansiedad y trastorno de estrés postraumático, afectando la capacidad de la persona para funcionar en su vida diaria.

En el entorno digital, estas formas de violencia se amplifican, alcanzando a la víctima en cualquier momento y lugar. Por ello, es esencial desarrollar estrategias específicas para prevenir y abordar la violencia en línea, asegurando que las víctimas reciban el apoyo necesario y que los agresores sean sancionados adecuadamente. La educación sobre el uso seguro y respetuoso de las tecnologías y la sensibilización sobre los impactos de la violencia digital son pasos fundamentales para crear entornos en línea más seguros y equitativos.

Prevenir, erradicar y sancionar la violencia de género, y su manifestación en el mundo digital

Prevenir, erradicar y sancionar la violencia de género es una tarea crucial, especialmente en su manifestación en el mundo digital. La violencia en línea o digital contra las mujeres y el colectivo LGBTQ + incluye actos de violencia cometidos, asistidos o agravados por el uso de tecnologías como teléfonos móviles, Internet, redes sociales, videojuegos, mensajes de texto y correos electrónicos. Estos actos, dirigidos específicamente a estos colectivos por el hecho de pertenecer a ellos, pueden tomar diversas formas y tienen un impacto profundo en la vida de las víctimas. Específicamente, encontramos las siguientes formas de violencias de género en el entorno digital:

El **ciberacoso** es una forma prevalente de violencia en línea que implica el envío de mensajes intimidatorios o amenazantes a través de plataformas digitales. Este tipo de acoso puede incluir comentarios ofensivos, amenazas de violencia, mensajes de odio, persecución y la creación de perfiles falsos para acosar o difamar a la víctima. El ciberacoso busca intimidar, humillar o silenciar a la persona objetivo, creando un ambiente de constante miedo y ansiedad. Las víctimas a menudo se sienten impotentes y aisladas, y la naturaleza omnipresente de la tecnología permite que el acoso continúe sin tregua.

El **doxing** es otra forma de violencia digital que consiste en la publicación de información privada o identificativa sobre la víctima con la intención de dañarla o intimidarla. La divulgación de direcciones, números de teléfono, correos electrónicos, documentos personales y cualquier otra información sensible expone a la víctima a riesgos físicos, emocionales y financieros. El doxing se utiliza para amenazar, acosar o extorsionar a la persona afectada, y puede llevar a consecuencias devastadoras, incluida la violencia física real.

La **sextorsión** es una forma particularmente insidiosa de extorsión sexual donde se amenaza a la víctima con la publicación de imágenes comprometedoras, como videos o fotos desnuda o realizando actos sexuales. Los perpetradores explotan la vulnerabilidad y la privacidad de la víctima, buscando dominar su voluntad, obtener beneficios económicos o victimizarla sexualmente. La sextorsión puede tener efectos devastadores en la salud mental y emocional de la víctima, generando sentimientos de vergüenza, culpa y desesperación.

Para combatir efectivamente la violencia de género en el entorno digital, es esencial **implementar medidas preventivas, educativas y sancionadoras. La prevención debe comenzar con la educación y la sensibilización.** Es crucial que tanto los jóvenes como los adultos comprendan los **riesgos asociados con el uso de la tecnología y cómo pueden protegerse contra el acoso digital.** Programas educativos en escuelas y comunidades deben enseñar a los jóvenes sobre el **uso seguro y respetuoso de las tecnologías, y cómo identificar y responder a comportamientos abusivos en línea.**

Las **plataformas de redes sociales y otros servicios digitales también tienen un papel vital en la prevención de la violencia de género en línea.** Deben establecer políticas claras contra el acoso y la violencia, y desarrollar **herramientas efectivas para que las víctimas puedan reportar abusos y obtener ayuda rápidamente.** Las plataformas deben comprometerse a actuar de manera rápida y decisiva contra los infractores, eliminando contenido abusivo y suspendiendo o prohibiendo cuentas que violen sus políticas.

Las medidas sancionadoras son igualmente importantes. Los sistemas legales deben actualizarse para abordar las nuevas formas de violencia que surgen con la tecnología. Las víctimas deben tener acceso a apoyo legal y psicológico, y los perpetradores deben enfrentar consecuencias significativas por sus acciones. Erradicar la violencia de género en el entorno digital también requiere un **enfoque colaborativo.** Las organizaciones no gubernamentales, los gobiernos, las empresas tecnológicas y las comunidades deben trabajar juntas para crear un entorno digital seguro e inclusivo. Esto incluye la **promoción de campañas de sensibilización, la provisión de recursos para las víctimas y la adopción de prácticas y políticas que fomenten el respeto y la igualdad de género en todos los aspectos de la vida digital.**

Es crucial **fomentar una cultura de respeto y responsabilidad en línea. Esto implica enseñar a todos los usuarios de Internet, desde una edad temprana, sobre la importancia del consentimiento, el respeto a la privacidad y la empatía hacia los demás.** Al promover una comprensión más profunda de los impactos de la violencia de género y la importancia de la igualdad, podemos comenzar a cambiar las actitudes y comportamientos que perpetúan la violencia en el entorno digital.

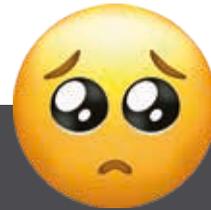
En resumen, prevenir, erradicar y sancionar la violencia de género en el mundo digital requiere un enfoque multifacético que incluya educación, políticas efectivas en las plataformas digitales, apoyo legal y psicológico para las víctimas, y un compromiso colectivo para crear un entorno digital seguro e inclusivo.



Solo a través de estos esfuerzos combinados podemos comenzar a reducir la prevalencia de la violencia de género en línea y proteger a todas las personas de sus devastadores efectos.



Nuevas masculinidades y redes sociales



Uno de los elementos clave sobre los que hay que incidir para abordar de forma integral, tanto la violencia de género como su manifestación en el entorno digital, es la construcción hegemónica de la masculinidad. Esta se caracteriza por ser múltiple, jerárquica, y construida mediante la práctica. Este concepto no tiene una única forma, sino que existen diversos modelos que varían según el contexto histórico y cultural. Según Connell (1995), la masculinidad debe ser demostrada, es dinámica y puede presentar fisuras y contradicciones. Es importante entender que la masculinidad no es un atributo estático, sino una construcción social que cambia a lo largo del tiempo y en diferentes culturas, como se ha demostrado en estudios de Gilmore (1994).

Connell (1995) define la masculinidad hegemónica como una estrategia aceptada socialmente que ga-



rantiza la posición dominante de los hombres y la subordinación de las mujeres. Esta forma de masculinidad está relacionada con factores como la etnia, la clase social, la edad y la orientación sexual. Se consolida durante la socialización secundaria en la adolescencia tardía y se asocia con la agresividad y la dominación. Flecha et al. (2013) y García Sáez (2019) destacan que la masculinidad hegemónica implica legitimar el poder masculino a través de las estructuras sociales y culturales. Sin embargo, no toda masculinidad hegemónica es violenta, ya que su principal característica es la oposición al poder femenino (Connell, 2012).

Gómez (2004) vinculó la masculinidad al atractivo sexual, sugiriendo que los hombres violentos pueden ser percibidos como más atractivos. Brannon (2016) definió cuatro imperativos de la masculinidad tradicional: no ser afeminado, tener éxito, ser autónomo y ocultar emociones, y ser agresivo si es necesario. Estos imperativos son asumidos tanto por hombres como por mujeres y tienen efectos significativos en ambos géneros. Aunque se reconoce que la masculinidad hegemónica tiene consecuencias negativas para las mujeres, también impone a los hombres comportamientos riesgosos y emocionales que no siempre son aceptables para ellos. Por otro lado, Ayllón (2020) destaca que las principales causas de fallecimiento entre los hombres pueden vincularse a este tipo de masculinidad. Los hombres mueren siete veces más que las mujeres a causa de la violencia interpersonal, tres veces más por accidentes de coche y más del doble por cirrosis hepática. Estas estadísticas reflejan cómo las conductas de riesgo, promovidas por la masculinidad hegemónica, obstaculizan el desarrollo de los hombres (Saavedra, 2018).

El modelo de masculinidad hegemónica está estrechamente relacionado con los estereotipos de género. Según Olavarría (2003; 2005), los hombres son vistos como sexualmente activos, padres de familia y proveedores económicos. Este rol tradicional en la sociedad hetero-patriarcal abarca funciones como la paternidad, el sustento y la protección. Gilmore (1994) añade que estos mandatos conforman las expectativas sociales sobre lo que significa ser un hombre.



Los hombres que se identifican con las Nuevas Alternativas de Masculinidad (NAM) buscan mantener relaciones afectivo-sexuales igualitarias y no violentas, mostrando fuerza y coraje ante las situaciones provocadas por las masculinidades hegemónicas (Nuñez, 2017). Sailard y Oreka (2010) proponen adoptar las contribuciones del feminismo antimilitarista y de la no violencia para construir modelos alternativos de masculinidad. Esto incluye desnaturalizar la violencia, promover la desobediencia a los mandatos de género y aceptar la vulnerabilidad y la ayuda necesaria para lograr una masculinidad más sana. Sanfelix (2020) señala que la masculinidad NAN es aún minoritaria y que muchos hombres se sienten desubicados ante la transformación social que desafía la dominación masculina. La conciencia de los privilegios masculinos es esencial para que los hombres renuncien a ellos, lo cual requiere una profunda revisión crítica y reflexiva. Sanfelix y Tellez (2011; 2017; 2020; 2021) enfatizan la necesidad de trabajar con los hombres de forma crítica, fomentando procesos de reflexión-acción en espacios seguros que los motiven a cuestionar su situación de poder. Además, es crucial recuperar las voces de los hombres, ya que la masculinidad hegemónica tiende a imponer el silencio afectivo, limitando la expresión de emociones y preocupaciones (Meschi, 2018).

El estudio sobre masculinidades y emociones de Meschi (2018) confirma que, aunque la tendencia a reconocer y expresar emociones está creciendo entre los jóvenes, todavía existen desafíos significativos. Promover nuevas masculinidades que sean igualitarias, emotivas y no violentas es fundamental para avanzar hacia una sociedad más justa y equitativa. Este enfoque no solo beneficia a las mujeres y personas LGBTQ+, sino también a los propios hombres, permitiéndoles desarrollar una masculinidad que no esté basada en la violencia y la dominación.

La masculinidad, como concepto, engloba atributos, valores, **comportamientos y conductas considerados propios del ser hombre en una sociedad específica. Este constructo es una creación social y cultural que varía según el contexto histórico y social.** Tradicionalmente, la masculinidad ha sido asociada con características como fortaleza física, valentía, agresividad y poder, lo que se conoce como masculinidad hegemónica. Sin embargo, estas características no son inherentes al género masculino, sino aprendidas y reproducidas socialmente.

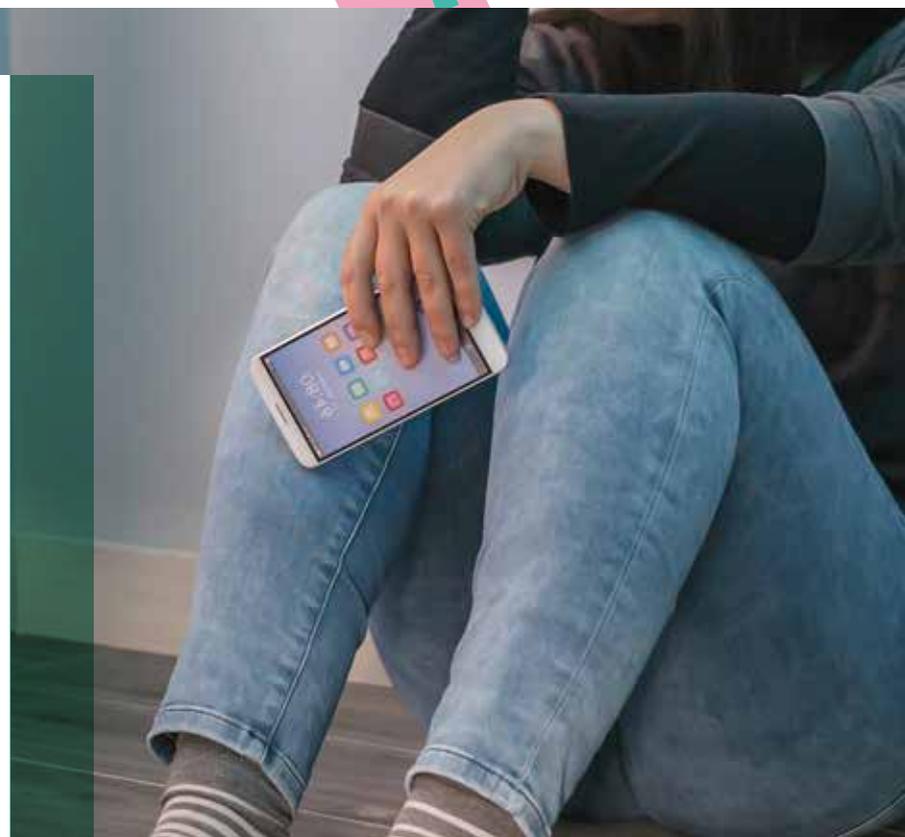
Las redes sociales juegan un papel determinante en la construcción de nuevas masculinidades, proporcionando espacios para la autoexpresión y el cuestionamiento de normas tradicionales. Estas plataformas permiten a los adolescentes explorar y negociar sus identidades de género de maneras que desafían los estereotipos tradicionales.

Violencia en las redes sociales



Nazioarteko Elkartasuna - Solidaridad Internacional ha realizado **cuatro estudios para abordar la problemática de las violencias machistas y homófobas en el entorno digital en Guatemala, Nicaragua, Guinea y Euskadi. Estas cuatro investigaciones sirven de base para las propuestas y recomendaciones que se realizan en esta guía, fundamentando el análisis y la pertinencia de la intervención que planteamos.**

En el estudio **“Violencias machistas en el entorno digital desde las vivencias y la perspectiva de la población adolescente de la CAE: vulneración de derechos humanos de las mujeres y del colectivo LGBTQ+ en RRSS”**, se analiza el papel de las redes sociales en la construcción de la masculinidad y la perpetuación de violencias machistas. Este estudio revela cómo las redes sociales han emergido como espacios cruciales para la autoexpresión y el cuestionamiento de normas tradicionales, permitiendo a los adolescentes explorar y negociar sus identidades de género de maneras que desafían los estereotipos tradicionales.



Las redes sociales proporcionan a los adolescentes un ámbito donde pueden expresarse libremente y explorar aspectos de su identidad que no necesariamente se alinean con las normas tradicionales de género. Esto es significativo porque la masculinidad hegemónica, que ha dominado durante mucho tiempo, valora atributos como la fortaleza física, la valentía y la agresividad. Sin embargo, a través de las interacciones en estas plataformas, los adolescentes tienen la oportunidad de cuestionar y redefinir lo que significa ser hombre, promoviendo una visión más inclusiva y flexible de la masculinidad.



El estudio también pone de manifiesto la prevalencia de ciberviolencias machistas en las redes sociales, una problemática que afecta especialmente a las chicas jóvenes. Las formas de ciberviolencia incluyen el acoso, la intimidación y la difusión de contenido sexual sin consentimiento, situaciones que colocan a las chicas en una posición de vulnerabilidad. Los datos cuantitativos revelan que el 74% de las víctimas menores de ciberdelitos sexuales en 2022 eran de sexo femenino, destacando la necesidad de abordar esta grave desigualdad.

La exposición a la ciberviolencia tiene consecuencias negativas significativas en la autoestima y el autoconcepto de las víctimas. En particular, las chicas jóvenes enfrentan una presión considerable relacionada con la apariencia física, lo que contribuye a una baja autoestima y a una mayor susceptibilidad a la violencia y el acoso en línea. El uso de filtros y la comparación constante con otras personas en las redes sociales agravan estos problemas, llevando a sentimientos de inferioridad y ansiedad.

Las redes sociales también juegan un papel en la normalización de la violencia de género. Los adolescentes, al interactuar en estos entornos digitales, pueden internalizar comportamientos y actitudes violentas como parte de su socialización de género. Esta internalización perpetúa la desigualdad y la violencia hacia las mujeres y las personas LGBTQ+, reflejando las normas y valores de una masculinidad hegemónica.

Los resultados del estudio muestran grandes diferencias en el uso de las redes sociales entre chicos y chicas. Las chicas tienden a utilizar más las redes para la autoexpresión y la comunicación, mientras que los chicos se inclinan más hacia plataformas de videojuegos y contenido deportivo. Esta diferencia en el uso refleja la socialización de género y la construcción diferenciada de la autoestima, donde las chicas buscan validación externa y los chicos se enfocan en actividades competitivas y de consumo.



La percepción de la desigualdad también varía entre chicos y chicas. Mientras que en general ambos grupos rechazan las afirmaciones sexistas, los chicos muestran un mayor nivel de aceptación de estas afirmaciones, lo que indica una persistencia de actitudes machistas. Por ejemplo, el 49.3% de los chicos está al menos algo de acuerdo con la afirmación de que "los chicos son físicamente superiores", en comparación con solo el 23.3% de las chicas.

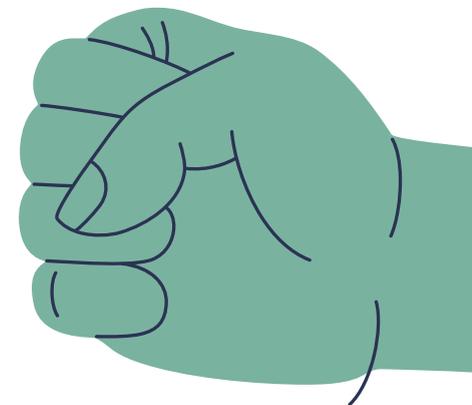
Además de la violencia de género, el estudio identifica la presencia de homofobia y racismo en las interacciones de los adolescentes en las redes sociales. Los comportamientos discriminatorios y agresivos, a menudo amparados por el anonimato que proporcionan estas plataformas, reflejan y perpetúan las normas de una masculinidad hegemónica. Un ejemplo revelador es que el 16.4% de los chicos rechazaría tener un amigo gay, mientras que solo el 10% de las chicas manifiesta rechazo hacia amigos gays o lesbianas.

En el estudio realizado en Guatemala **“Violencias machistas en el entorno digital entre las y los jóvenes y adolescentes”**, se destaca cómo la violencia digital es una problemática creciente en Guatemala, especialmente para las mujeres jóvenes y las minorías. El informe señala que la violencia digital, que incluye acoso, extorsión, desprestigio y suplantación de identidad, es facilitada por la naturaleza anónima y expansiva de las plataformas digitales. Estas formas de violencia son especialmente prevalentes entre la niñez y la adolescencia, exacerbando los efectos negativos sobre la salud mental de las víctimas, incluyendo depresión, aislamiento y, en casos extremos, suicidio. El estudio también revela que las mujeres y las personas LGBTQ+ enfrentan formas específicas de ciberviolencia, como el acoso sexual y la difusión no consentida de imágenes íntimas. En particular, las mujeres jóvenes son manipuladas por sus parejas para compartir fotos íntimas, que luego son utilizadas para denigrarlas públicamente, lo cual afecta severamente su autoestima y bienestar psicológico.

La violencia digital en Guatemala se articula con las violencias machista y racista que viven cotidianamente las mujeres y niñas, especialmente indígenas. Esta violencia afecta a otros grupos y minorías históricamente afectadas en contextos desiguales, como la población LGBTQ+ y personas con discapacidad. Aunque las características de esta violencia no han sido suficientemente estudiadas en Guatemala, se sabe por estudios de otros países que la depresión, el aislamiento, el abandono estudiantil y hasta el suicidio son algunas de las consecuencias producidas en las víctimas.

En Guinea, el estudio titulado **“Vulneraciones de los Derechos Humanos a la participación, expresión y no discriminación de las mujeres y del colectivo LGBTQ+ en el entorno digital entre la población adolescente y joven”** revela datos alarmantes sobre la violencia y discriminación que sufren estos colectivos en las redes sociales. Según el informe, el 82% de los encuestados confirma que las mujeres adolescentes y jóvenes son víctimas de acoso y amenazas en las redes sociales, con un 38% señalando casos de acecho, espionaje y creación de perfiles falsos. Además, se destaca que el 48% de los adolescentes y jóvenes comparte material sexual y pornográfico a través de las redes sociales, siendo WhatsApp la plataforma más utilizada para estos fines.

El informe también muestra que la violencia hacia el colectivo LGBTQ+ es prevalente y está normalizada en la sociedad ecuatoguineana, con un 61% de los encuestados afirmando que los mismos malos tratos recibidos offline se replican online. Las causas de esta violencia se atribuyen principalmente a cuestiones culturales



y religiosas, y un 34% de los encuestados cree que los agresores actúan por simple satisfacción personal. Este contexto de discriminación y violencia se ve exacerbado por la falta de educación sobre el uso seguro de las redes sociales, tanto para adolescentes como para sus padres y educadores, lo que subraya la necesidad de intervenciones educativas y políticas públicas más efectivas para abordar estas problemáticas.

En el estudio realizado en Nicaragua titulado **“Las redes sociales una Caja de Pandora: Vulneraciones de los derechos humanos a la participación, expresión y no discriminación de las mujeres y del colectivo LGBTQ+ en el entorno digital entre la población adolescente y joven en seis municipios del norte del departamento de Chinandega,”** proporciona información relevante sobre la violencia machista y homófoba en el entorno digital. Este estudio destaca cómo las redes sociales se convierten en una “Caja de Pandora”, desatando una serie de violencias y discriminaciones que afectan gravemente a las mujeres y al colectivo LGBTQ+.

La investigación, que utilizó la metodología de Investigación Acción Participativa (IAP), reveló que el control de teléfonos y contraseñas, la discriminación, la humillación, el acoso, las amenazas y el odio son las principales formas de violencia machista experimentadas por adolescentes y jóvenes en estos municipios. Además, el estudio identifica que la migración ha integrado el uso de celulares en la vida cotidiana para mantener el vínculo con la familia, pero también ha generado conflictos tanto en el ámbito digital como real. La violencia y el discurso de odio presentes en las redes sociales no solo vulneran la dignidad de las mujeres, sino que también perpetúan el odio hacia el colectivo LGBTQ+ tanto en línea como en la realidad.

Para abordar estas problemáticas, **los estudios sugieren varias claves para una intervención educativa eficaz. Entre ellas, se destaca la necesidad de promover la igualdad de género desde una edad temprana y de desafiar las normas tradicionales de género en el entorno educativo. Es crucial aumentar la concienciación sobre la ciberviolencia y sus efectos,** tanto entre los adolescentes como entre los educadores y las familias, y crear protocolos de prevención y actuación ante la violencia de género en el entorno digital. **Proporcionar formación integral al profesorado y las familias también es esencial para identificar y abordar las violencias machistas y homófobas en las redes sociales.**

Estas estrategias buscan **empoderar a los adolescentes para que utilicen las redes sociales de manera segura y respetuosa, promoviendo un entorno digital inclusivo y libre de violencia.** La intervención educativa debe centrarse en proporcionar herramientas capaces de enfrentar la presencia de la violencia y del discurso de odio en estos medios, fortaleciendo así la resiliencia y el empoderamiento de los colectivos minoritarios. Además, se deben establecer protocolos de acción en los centros educativos para la prevención y atención de la violencia digital, asegurando un enfoque integral y multisectorial que incluya a toda la comunidad educativa y a las familias.



En conclusión, los estudios realizados en Guatemala, Nicaragua, Guinea y Euskadi subrayan la urgencia de abordar la violencia digital desde múltiples frentes, integrando enfoques educativos, legales y comunitarios para crear un entorno más seguro y equitativo para todos los adolescentes y jóvenes.



Parte 2

Consejos, Lecciones Aprendidas y Buenas Prácticas

para Trabajar las Violencias
en los Entornos Digitales



La **identificación de conductas** violentas en el entorno digital es el primer paso para su erradicación. **La guía sugiere la implementación de talleres y actividades diseñados para adolescentes, facilitados por profesionales capacitados.** Estas sesiones incluyen dinámicas como el intercambio de roles y debates para reconocer y reflexionar sobre comportamientos en línea. El intercambio de roles permite a los participantes adoptar diferentes perspectivas de género, promoviendo la empatía y una comprensión más profunda de las consecuencias de las conductas digitales violentas. Este ejercicio no solo fomenta la **reflexión crítica** sobre el comportamiento en línea, sino que también ayuda a los adolescentes a **desarrollar habilidades para identificar y responder adecuadamente a situaciones de acoso.**

Los debates y las reflexiones estructuradas son herramientas esenciales en estos talleres. Proporcionan un marco para que los jóvenes puedan discutir temas como el uso de las redes sociales, el impacto de los comentarios ofensivos y las estrategias para responder al acoso. Estas actividades permiten a los adolescentes compartir sus experiencias y puntos de vista, fomentando un ambiente de apoyo y aprendizaje mutuo. Según el informe sobre violencia digital en Guatemala, **estas discusiones son cruciales para que los jóvenes reconozcan las conductas violentas y aprendan a rechazarlas.**



La educación y la sensibilización continua son fundamentales para abordar efectivamente la violencia digital. **La experiencia demuestra que la violencia digital no puede ser erradicada con intervenciones puntuales; se necesita un enfoque sostenido que incluya programas educativos a largo plazo.** Este enfoque ayuda a los jóvenes a internalizar los cambios necesarios en su comportamiento y a desarrollar una comprensión profunda de los riesgos y las consecuencias del acoso digital. Por ejemplo, la investigación “Las redes sociales una Caja de Pandora” resalta que los **programas educativos continuos son esenciales para mantener la conciencia y la educación sobre la violencia digital, evitando la recaída en comportamientos violentos.**

Crear espacios seguros para la reflexión es otra práctica esencial. Estos espacios deben ser libres de distracciones y proporcionar un ambiente de confianza donde los adolescentes puedan discutir abiertamente sus comportamientos en línea y aprender sobre las consecuencias de la violencia digital. Facilitadores capacitados juegan un papel crucial en la creación de estos entornos, promoviendo el diálogo abierto y el apoyo emocional. La presencia de profesionales que entienden la dinámica de las interacciones en línea y pueden guiar discusiones constructivas es vital para el éxito de estas intervenciones.

La participación activa y el compromiso de los adolescentes en estas dinámicas es fundamental para su efectividad. Facilitar actividades que promuevan el compromiso verbal o simbólico con la igualdad de género y el respeto en el entorno digital puede ser muy efectivo. Por ejemplo, ejercicios donde los participantes se comprometan a adoptar comportamientos seguros y respetuosos en línea, y a rechazar activamente las conductas violentas, son estrategias que han mostrado ser efectivas. Estos compromisos, cuando son reforzados a lo largo del tiempo, ayudan a establecer normas de conducta positiva que perduran más allá del contexto del taller.

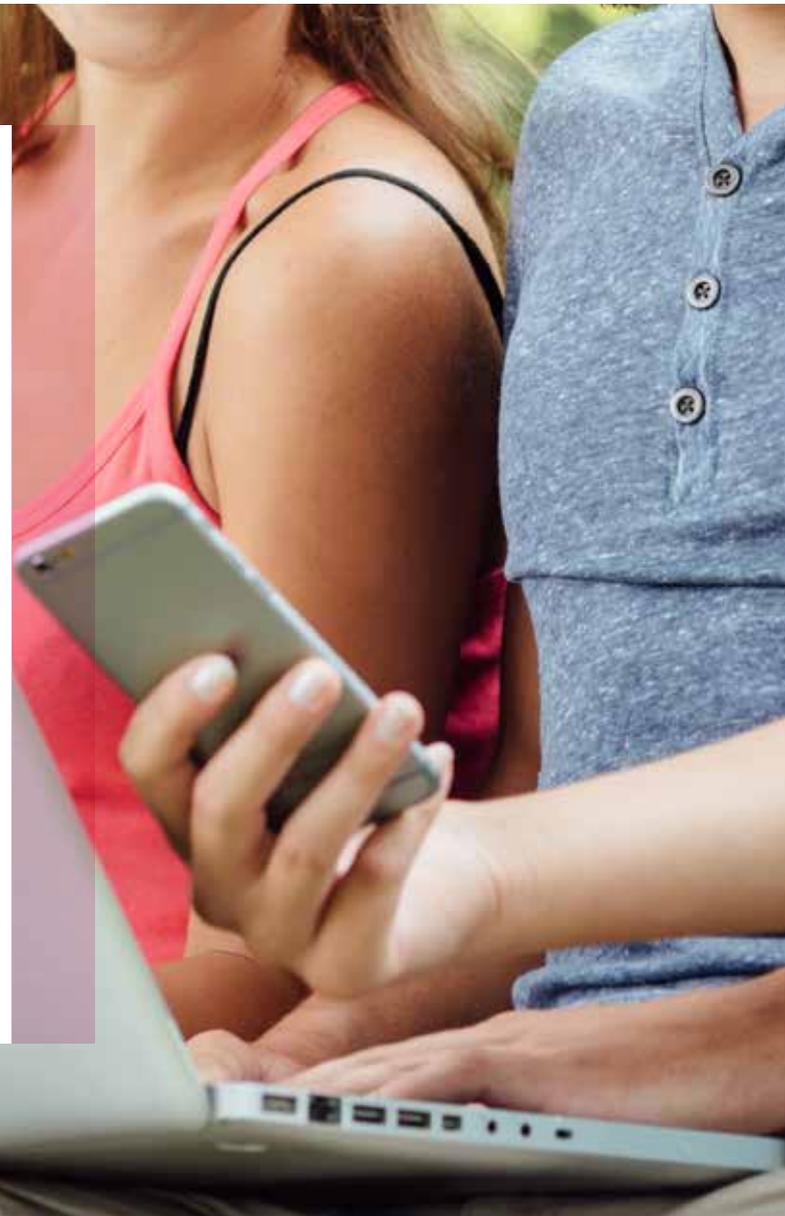
Establecer redes de apoyo para los jóvenes que puedan sentirse vulnerables ante la ciberviolencia es otra estrategia valiosa. Grupos de WhatsApp o plataformas similares pueden proporcionar un espacio seguro para discutir sobre masculinidades positivas y emociones, ofreciendo apoyo continuo y una red de seguridad para los participantes. Estos grupos también pueden ser utilizados para compartir recursos y estrategias para enfrentar situaciones de acoso digital. La creación de estas redes de apoyo es especialmente importante en contextos donde los jóvenes pueden no tener acceso a otros recursos de apoyo emocional y psicológico.

La incorporación de profesionales, como psicólogos, en las actividades puede ser beneficiosa para manejar las emociones y proporcionar apoyo adicional durante y después de las sesiones. Los psicólogos pueden ayudar a los jóvenes a procesar sus experiencias y a desarrollar estrategias de afrontamiento efectivas, contribuyendo a su bienestar emocional y psicológico. Esta intervención profesional es crucial para abordar las secuelas emocionales del acoso digital y para proporcionar a los adolescentes las herramientas necesarias para gestionar su salud mental de manera efectiva.

El seguimiento y la evaluación del proceso son esenciales para garantizar que se logren cambios significativos. Visitas a la familia o comunidad un mes después de las actividades pueden proporcionar indicadores de cambio positivo, siempre que se realicen de manera no invasiva. Esta evaluación permite ajustar las intervenciones y asegurar que los objetivos educativos se estén cumpliendo. El seguimiento continuo es crucial para asegurar que los jóvenes están aplicando lo aprendido y para ofrecer apoyo adicional si es necesario.



Trabajar en la prevención de la violencia machista y homófoba en los entornos digitales requiere un enfoque integral y continuo. Proporcionar conocimientos prácticos y fomentar una reflexión crítica sobre las dinámicas de poder y control en las redes sociales es esencial para empoderar a los jóvenes a utilizar las tecnologías de manera segura y respetuosa. Este enfoque no solo ayuda a prevenir la violencia de género, sino que también promueve un entorno digital más justo y equitativo para todos. Para concluir, la colaboración entre facilitadores y participantes es esencial para crear un ambiente de aprendizaje y reflexión que contribuya a la erradicación de la violencia de género en los entornos digitales. Implementar estas buenas prácticas y lecciones aprendidas en programas educativos puede empoderar a los jóvenes para enfrentar y prevenir la violencia digital de manera efectiva y sostenida. La incorporación de estas estrategias en el día a día de los adolescentes y su entorno es clave para construir una cultura digital basada en el respeto y la igualdad.





Parte 3

Recursos prácticos

Taller

Tú eres yo y yo soy tú

Objetivo: Identificar cómo se comportan los diferentes géneros en su conducta digital y reflexionar sobre las consecuencias de estos comportamientos.

Participantes: Número óptimo: 30 personas (50% de cada sexo)

Tiempo: Duración: 30 minutos

Materiales necesarios:

Folios

Bolígrafos

Relojes vacíos (plantillas de relojes de 24h)

Cartones de bingo

Fichas de bingo o marcadores

Ejemplos de conversaciones en línea

Acuerdos de convivencia:

- 1 Puntualidad
- 2 Escuchar a los demás
- 3 Respeto
- 4 Participar con opiniones
- 5 Se puede pedir a las y los participantes si quieren añadir más.

Actividad rompe hielo:

División de grupos: Los participantes se dividen en dos grupos.

Posición: Los dos equipos se ponen de pie, frente uno al otro, con al menos 3 metros entre sí.

Objetivo del juego: Cada equipo debe tener el mayor número de personas.

Mecánica:

Los miembros deben guiñarle el ojo a una persona del otro equipo para que cruce rápidamente y se una a su equipo.

Los compañeros intentarán impedir el cambio de equipo tocando a la persona antes de que llegue al otro lado.

La actividad se debe realizar con rapidez.

Desarrollo del taller:

1 Introducción:

Las personas tienen diferentes formas de comportarse, y esto también se refleja en nuestro comportamiento en la red.

Algunas diferencias enriquecen la diversidad de género, pero otras profundizan las desigualdades.

2 Primer ejercicio (Intercambio de roles):

Los roles se sortean.

En grupos de dos o tres, se realizará una escenificación de cómo se comporta cada persona que se le asigne (hombres, mujeres, personas homosexuales y trans en las redes).

El resto de los participantes pueden ser observadores de cómo se desarrolla la conversación entre los voluntarios.



3 Segundo ejercicio (Debate):

Se debatirá entre todo el alumnado sobre las prácticas digitales más comunes para cada uno de los roles.

Lista para potenciar el debate:

- Publicar fotos de uno mismo con actitudes sexualizadas.
- Publicar fotos de otros con posturas sexis.
- Expresar sentimientos íntimos en redes sociales.
- Ligar o flirtear por Internet.
- Revelar un secreto mediante apps de mensajería o redes sociales.
- Jugar con videojuegos violentos.
- Compartir datos personales con un desconocido.
- Convertirse en seguidores de famosos.
- Responder a las amenazas, provocaciones o insultos que se reciben en la Red.
- Practicar el frexting.
- Aceptar una invitación de amistad de un desconocido.
- Buscar popularidad en las redes sociales.
- Comentar los problemas personales en redes sociales.
- Compartir gustos e intereses en redes sociales.
- Producir o transmitir sexting.
- Hablar de temas tradicionalmente asignados a varones (deportes, coches, política).
- Hablar de aspectos y actividades de la vida atribuidas a mujeres (moda, belleza, casa, familia).
- Utilizar las redes sociales como diario íntimo.
- Relatar cada acción del día a día en las redes sociales.
- Usar las redes sociales para resolver conflictos con amigos o pareja.
- Publicar fotos robadas de una persona en el baño, en la ducha.
- Utilizar el móvil para controlar a la pareja.

Debate final:

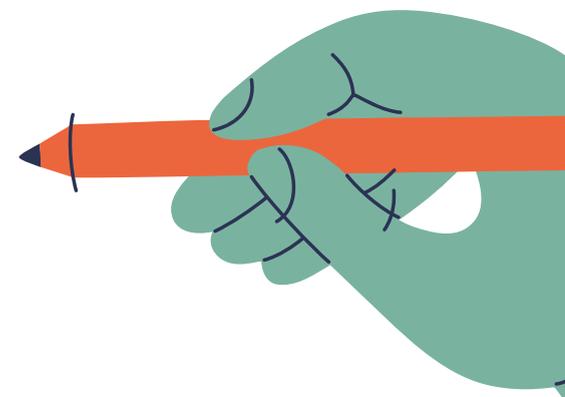
Reflexión sobre las conductas que pueden suponer un riesgo o peligro para el ciberacoso y las razones por las que suponen tal peligro.



Actividad 1

Bingo

sobre Prevención de Violencias en las Redes Sociales



Objetivo: Crear conciencia entre los adolescentes sobre la prevención de las violencias en las redes sociales a través de una actividad lúdica y participativa.

Recursos necesarios:

Cartones de bingo (uno por participante)

Fichas de bingo o marcadores

Bolígrafos o lápices

Lista de frases y situaciones relacionadas con la prevención de violencias en las redes sociales

Duración: 1 hora

Descripción de la actividad:

1 Preparación de los Cartones de Bingo:

- Cada cartón de bingo debe tener una cuadrícula de 5x5, con un total de 25 casillas.
- En cada casilla, coloca frases o situaciones que representen acciones, comportamientos o conceptos relacionados con la prevención de violencias en redes sociales. Asegúrate de que haya diversidad en las frases para cubrir diferentes aspectos de la prevención y concienciación.

2 Frases/Situaciones Sugeridas para el Bingo:

- Reportar contenido inapropiado.
- No compartir información personal.
- No aceptar solicitudes de amistad de desconocidos.
- Usar contraseñas seguras.
- Denunciar ciberacoso.
- No participar en difamación o chismes en línea.

- 
- Respetar la privacidad de los demás.
 - No compartir fotos sin permiso.
 - Utilizar la configuración de privacidad.
 - Conocer y usar las herramientas de bloqueo.
 - Ser consciente del tiempo en redes sociales.
 - Promover el respeto en línea.
 - Evitar discusiones tóxicas.
 - No enviar mensajes cuando estás enojado.
 - Hablar con un adulto si te sientes incómodo en línea.
 - Evitar publicar contenido que pueda herir a otros.
 - No participar en retos peligrosos en redes.
 - Ser un buen modelo a seguir en línea.
 - Educarse sobre el ciberacoso.
 - Participar en campañas de concienciación.
 - No responder a mensajes ofensivos.
 - Respetar las opiniones de los demás.
- Ser crítico con la información que se comparte.
- Apoyar a quienes son víctimas de ciberacoso.
 - Mantenerse actualizado sobre la seguridad en línea.

3 Desarrollo del Juego:

- Explica las reglas del bingo a los participantes.
- El facilitador leerá las frases una por una. Si un participante tiene esa frase en su cartón, debe marcarla.

- El objetivo es completar una línea horizontal, vertical o diagonal de cinco casillas. También puedes optar por hacer un “bingo completo” donde se llenen todas las casillas del cartón.
- A medida que los participantes marcan las casillas, pueden compartir experiencias o ejemplos relacionados con la frase, fomentando la discusión y reflexión sobre cada aspecto de la prevención de violencias en las redes sociales.

4 Reflexión Final:

- Una vez terminado el bingo, realiza una reflexión grupal sobre lo aprendido.
- Pregunta a los participantes cuáles fueron las frases que más les llamaron la atención y por qué.
- Discute cómo pueden aplicar en su vida diaria las acciones y comportamientos mencionados en el bingo para prevenir la violencia en las redes sociales.

Personas involucradas:

Facilitador/a

Participantes (sin límite específico)

Esta actividad no solo educa a los adolescentes sobre la prevención de violencias en las redes sociales, sino que también fomenta un ambiente de reflexión y diálogo sobre el uso seguro y respetuoso de las tecnologías digitales.



Actividad 2

Identificación de comportamientos de violencia sexual en las redes

Objetivo: Identificar y discutir comportamientos de violencia y acoso sexual en las redes sociales.

Recursos necesarios: Ejemplos de conversaciones en línea o publicaciones en redes sociales

Duración: Variable según la profundidad de la discusión (1h o más)

Descripción de la actividad:

1 Introducción y presentación de ejemplos (15 minutos)

Instrucciones iniciales: El facilitador/a explica brevemente el objetivo de la actividad, destacando la importancia de identificar y entender los comportamientos de violencia y acoso sexual en las redes sociales.

Presentación de ejemplos: Se proporcionan ejemplos de conversaciones en línea que contienen violencia y acoso por razón de género. Estos ejemplos pueden incluir:

- Mensajes privados con contenido sexual no solicitado.
- Comentarios ofensivos y sexistas en publicaciones.
- Amenazas y coacciones relacionadas con el género o la orientación sexual.
- Difusión de imágenes íntimas sin consentimiento.

2 Análisis en grupos (30-40 minutos)

División en grupos: Los estudiantes se dividen en grupos pequeños de 4-5 personas.

Análisis de conversaciones: Cada grupo recibe varios ejemplos de conversaciones o publicaciones y analiza los textos para identificar comportamientos de ciberbullying y acoso sexual. Los estudiantes deben discutir y responder a las siguientes preguntas:

- ¿Qué tipo de comportamiento se observa en el ejemplo?

- ¿Por qué es considerado violencia o acoso sexual?
- ¿Qué impacto puede tener en la víctima?
- ¿Qué podrían haber hecho los testigos o la plataforma para prevenir o detener este comportamiento?

3 Discusión grupal (30-40 minutos)

Presentación de hallazgos: Cada grupo presenta sus análisis al resto de la clase, explicando los comportamientos identificados y sus impactos.

Discusión dirigida: El facilitador/a guía una discusión grupal para analizar los ejemplos presentados. Preguntas para fomentar el debate incluyen:

- ¿Por qué estos comportamientos son considerados ciberbullying o acoso sexual?
- ¿Qué elementos comunes se observan en estos casos de violencia en línea?
- ¿Cómo afectan estos comportamientos a las víctimas en términos de salud mental y emocional?
- ¿Qué estrategias pueden utilizar las víctimas para protegerse y responder a estos ataques?
- ¿Qué roles pueden jugar los espectadores y las plataformas en la prevención y sanción de estos comportamientos?

Personas involucradas: Facilitador/a y estudiantes, organizados en grupos.

Desarrollo de conceptos y preguntas para la discusión:

Conceptos clave a explicar:

1 Violencia sexual en las redes sociales:

Definición: Comportamientos en línea que tienen un componente sexual y que buscan intimidar, humillar o controlar a la víctima.

Ejemplos: Enviar imágenes sexuales no solicitadas, hacer comentarios sexuales ofensivos, amenazar con divulgar imágenes íntimas, etc.

Impacto: Estos comportamientos pueden causar daño psicológico significativo, afectar la autoestima y el bienestar emocional de las víctimas.

2 Acoso sexual en las redes sociales:

Definición: Conducta de naturaleza sexual no deseada que crea un entorno hostil, intimidatorio o degradante.

Ejemplos: Solicitudes sexuales repetidas, comentarios sexuales explícitos, difusión de rumores sexuales, etc.

Impacto: Genera un ambiente en línea inseguro y hostil para la víctima, llevando a efectos negativos en su salud mental y social.

Preguntas para el análisis en grupos:

Identificación de comportamiento:

- ¿Qué tipo de lenguaje o imágenes se utilizan en el ejemplo?
- ¿Cómo se dirige el acosador a la víctima?

Impacto en la víctima:

- ¿Cómo puede sentirse la víctima después de recibir estos mensajes?
- ¿Qué efectos a corto y largo plazo pueden tener estos comportamientos en la víctima?

Prevención y respuesta:

- ¿Qué medidas pueden tomar las víctimas para protegerse?
- ¿Qué pueden hacer los espectadores para apoyar a la víctima y detener el acoso?
- ¿Qué acciones deberían tomar las plataformas de redes sociales para prevenir y sancionar estos comportamientos?

Preguntas para la discusión grupal:

Elementos comunes en los ejemplos:

- ¿Qué patrones se observan en los ejemplos de acoso sexual en línea?
- ¿Cómo se manifiesta el poder y control en estos comportamientos?

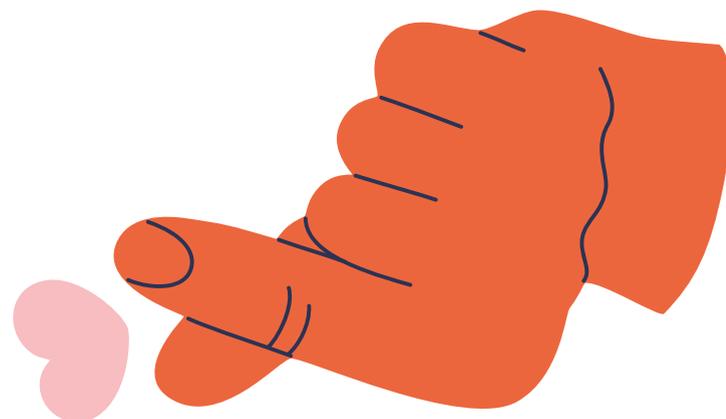
Estrategias de prevención:

- ¿Qué acciones pueden tomar los adolescentes para crear un entorno en línea más seguro?
- ¿Cómo pueden las plataformas de redes sociales mejorar sus políticas y herramientas para prevenir el acoso sexual?

Actividad 3

Test

sobre violencia machista y homófoba en redes sociales



Objetivo: Introducir y explorar conceptos sobre violencia machista y homófoba en redes sociales mediante test individuales y discusión en grupo.

Descripción de la actividad:

1 Introducción de conceptos (15 minutos)

Conceptos clave a explicar:

Violencia machista en redes sociales:

- **Definición:** Comportamientos en línea que buscan denigrar, acosar o intimidar a alguien basándose en su género. Incluye el acoso sexual, amenazas de violencia, la difusión de imágenes íntimas sin consentimiento y comentarios denigrantes.
- **Ejemplos:**
 - Enviar mensajes no deseados con contenido sexual explícito.
 - Publicar o compartir fotos o videos íntimos sin el consentimiento de la persona involucrada (revenge porn).

- Realizar comentarios sexistas o misóginos en publicaciones y perfiles.

- **Impacto:** Afecta la autoestima y el bienestar psicológico de las víctimas, y puede llevar a la ansiedad, depresión y en casos extremos, al suicidio.

Violencia homófoba en redes sociales:

- **Definición:** Comportamientos en línea que buscan denigrar, acosar o intimidar a alguien basándose en su orientación sexual o identidad de género. Incluye insultos y amenazas por orientación sexual, outing, discriminación en línea, etc.
- **Ejemplos:**
 - Enviar mensajes de odio o amenazas a personas LGBTQ+.
 - Publicar comentarios homofóbicos o transfóbicos en redes sociales.
 - Revelar la orientación sexual o identidad de género de alguien sin su consentimiento (outing).

- **Impacto:** Conduce a la marginación social, problemas de salud mental, y crea un entorno hostil y peligroso para las personas LGBTQ+.

Prevención de la violencia machista y homófoba:

- **Educación y sensibilización:** Es crucial educar a los adolescentes sobre el respeto y la igualdad de género. Esto incluye talleres y programas educativos que aborden estos temas.
- **Promoción del uso responsable de las redes sociales:** Enseñar a los jóvenes sobre la importancia de usar las redes sociales de manera respetuosa y segura.
- **Protocolo de actuación:** Establecer protocolos claros para reportar y manejar casos de violencia en línea.
- **Apoyo emocional y psicológico:** Ofrecer recursos de apoyo para víctimas de violencia machista y homófoba.
- **Fomentar la empatía y el respeto:** A través de actividades que promuevan la empatía, el entendimiento y el respeto por la diversidad.

2 Test individual (15 minutos)

Distribución del test: Se reparten folios y bolígrafos a todos los participantes junto con un test que contiene preguntas relacionadas con los conceptos presentados.

Ejemplo de preguntas:

Opción múltiple: ¿Cuál de los siguientes es un ejemplo de violencia machista en redes sociales?

- A) Compartir memes divertidos
- B) Enviar mensajes amenazantes debido al género de la persona
- C) Publicar noticias deportivas
- D) Ninguna de las anteriores

Verdadero/Falso: Enviar mensajes intimidatorios a una persona debido a su orientación sexual es un acto de violencia homófoba.

- Verdadero
- Falso

Opción múltiple: ¿Qué es el “outing” en el contexto de las redes sociales?

- A) Salir con amigos
- B) Revelar la orientación sexual de una persona sin su consentimiento
- C) Publicar una foto de un evento
- D) Comentar una publicación

Pregunta abierta: Menciona dos ejemplos de cómo se puede prevenir la violencia machista y homófoba en las redes sociales.

Verdadero/Falso: Reportar contenido inapropiado en redes sociales es una forma de prevenir la violencia machista y homófoba.

- Verdadero
- Falso

Opción múltiple: ¿Qué se entiende por “revenge porn”?

- A) Venganza a través de videojuegos
- B) Difusión de imágenes íntimas sin consentimiento
- C) Publicación de memes ofensivos
- D) Comentarios agresivos en publicaciones

3 Discusión en grupo (30 minutos)

Revisión de respuestas: Una vez que todos han completado el test, se inicia la discusión en grupo. El facilitador/a solicita a los participantes que compartan algunas de sus respuestas y expliquen su razonamiento.

Reflexión conjunta: Se fomenta un diálogo abierto donde los participantes pueden compartir sus experiencias personales relacionadas con violencia machista y homofobia en redes sociales. El facilitador/a guía la discusión con preguntas como:

- ¿Alguna vez han presenciado o experimentado violencia machista u homofobia en redes sociales?
- ¿Qué estrategias creen que son efectivas para prevenir estas violencias en el entorno digital?

- ¿Cómo podríamos apoyar a alguien que esté sufriendo violencia machista o homofobia en redes sociales?
- ¿Qué impacto creen que tienen estas violencias en las víctimas y en la comunidad en general?
- ¿Cómo pueden contribuir a crear un entorno digital más seguro y respetuoso?

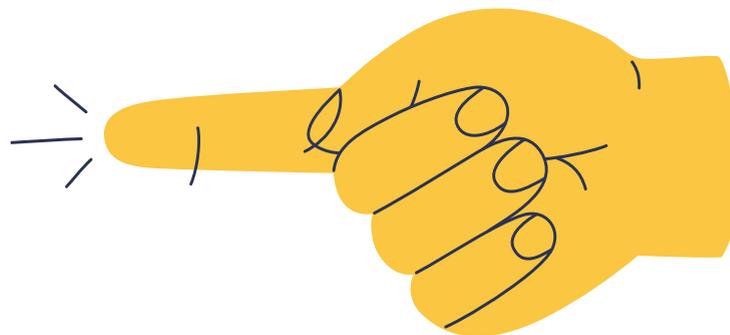
Conclusiones y cierre: El facilitador/a resume los puntos clave discutidos, destacando las estrategias de prevención y apoyo. Se invita a los participantes a reflexionar sobre cómo pueden aplicar lo aprendido en sus propias interacciones en redes sociales.

Personas involucradas: Facilitador/a y participantes (sin límite específico).



Actividad 4

Deconstrucción de estereotipos de género en redes sociales



Objetivo: Reflexionar sobre los estereotipos de género y fomentar la expresión de vulnerabilidades para prevenir la violencia machista y homófoba en redes sociales.

Recursos necesarios:

- Hojas de papel
- Bolígrafos

Duración: 1 hora

Descripción de la actividad:

1 Escritura de vulnerabilidades (10 minutos)

Instrucciones: El facilitador/a pide a cada participante que escriba en una hoja de papel sus debilidades, inseguridades o miedos relacionados con la interacción en redes sociales. Se les anima a ser sinceros y específicos.

Ejemplos de vulnerabilidades:

- Miedo a ser criticado/a por su apariencia.
- Inseguridad sobre su orientación sexual.
- Temor a expresar opiniones impopulares.
- Ansiedad por no recibir suficientes “me gusta” o comentarios.

2 Lectura anónima (10 minutos)

Proceso: Cada participante entrega su hoja a otro participante de manera aleatoria.

Lectura: El participante que recibe la hoja lee la vulnerabilidad en voz alta al grupo sin mencionar al autor. Esto asegura el anonimato y fomenta la honestidad en las respuestas.

3 Discusión en grupos (15 minutos)

Formación de grupos: Los participantes se dividen en grupos pequeños de 3-4 personas.

Discusión: Cada grupo discute las vulnerabilidades presentadas, compartiendo experiencias similares y reflexionando sobre cómo los estereotipos de género influyen en sus interacciones en redes sociales.

Preguntas guías para la discusión:

- ¿Por qué creen que estas vulnerabilidades son comunes?
- ¿Cómo afectan los estereotipos de género a estas inseguridades?
- ¿Han experimentado o presenciado violencia machista o homófoba en redes sociales relacionada con estas vulnerabilidades?

4 Selección y reflexión (10 minutos)

Selección de vulnerabilidades: Cada participante elige una vulnerabilidad que no sea la suya y que no haya leído previamente.

Compartir y justificar: Los participantes comparten la vulnerabilidad seleccionada con el grupo y explican por qué la eligieron. Esto fomenta la empatía y la comprensión de las experiencias de los demás.

5 Reflexión conjunta (10 minutos)

Discusión grupal: El facilitador/a guía una reflexión conjunta sobre las vulnerabilidades y los estereotipos de género, enfocándose en cómo estos pueden perpetuar la violencia en redes sociales.

Preguntas para la reflexión:

- ¿Cómo pueden los estereotipos de género en las redes sociales contribuir a la violencia machista y homófoba?
- ¿Qué estrategias pueden adoptar para desafiar estos estereotipos en su comportamiento en línea?
- ¿Cómo pueden apoyar a otros que están lidiando con estas vulnerabilidades?

6 Reflexión silenciosa (5 minutos)

Instrucciones: El facilitador/a pide a los participantes que cierren los ojos y reflexionen en silencio durante 3 minutos sobre lo discutido.

Preguntas de reflexión:

- ¿Qué aprendieron sobre ellos mismos y sobre los demás?
- ¿Qué acciones pueden tomar para fomentar un entorno en línea más seguro y respetuoso?

Personas involucradas: Facilitador/a y participantes (mínimo 5 personas).



Actividad 5

Concienciación sobre violencia de género y homófoba en el trabajo digital



Objetivo: Concienciar sobre la distribución desigual del trabajo doméstico y de cuidados y su relación con la violencia de género y homófoba en redes sociales.

Recursos necesarios:

- Folios con plantillas de relojes (24h)
- Bolígrafos
- Colores

Duración: 1 hora

Descripción de la actividad:

1 Relojes de actividades (10 minutos)

Distribución de materiales: El facilitador/a reparte a cada grupo un folio con dos relojes vacíos (uno para hombres y otro para mujeres), bolígrafos y colores.

Instrucciones: Cada grupo debe rellenar los relojes con la distribución del tiempo que creen que hombres y mujeres dedican a di-

ferentes actividades diarias, usando colores distintos para:

- Trabajo productivo (empleo remunerado)
- Trabajo doméstico (limpieza, cocina, etc.)
- Trabajo de cuidados (cuidado de niños, ancianos, etc.)
- Tiempo libre

2 Distribución de tiempo (15 minutos)

Actividad en grupos: Los participantes, organizados en grupos de 4-5 personas, discuten y dibujan en los relojes el tiempo que creen que hombres y mujeres dedican a cada tipo de trabajo. Usan diferentes colores para representar cada actividad, lo que facilita la comparación visual.

3 Presentación de resultados (10 minutos)

Presentación grupal: Cada grupo presenta sus relojes al resto de los participantes, explicando las razones detrás de su distribución del tiempo.

Comparación con datos reales: El facilitador/a presenta datos reales sobre la distribución del tiempo de trabajo diario entre hombres y mujeres, permitiendo a los participantes comparar sus percepciones con la realidad.

4 Debate grupal (25 minutos)

Inicio del debate: El facilitador/a guía un debate grupal utilizando las siguientes preguntas para fomentar la reflexión y la discusión:

- ¿Por qué las mujeres realizan más actividades de trabajo doméstico?
 - Se exploran las razones históricas, culturales y sociales detrás de esta desigualdad.
- ¿Qué importancia tendría el trabajo doméstico para los hombres si realizaran las actividades que se les imponen a las mujeres?
 - Los participantes reflexionan sobre cómo cambiarían las dinámicas familiares y sociales si los hombres asumieran más responsabilidades domésticas.
- ¿Cómo se relaciona esta desigualdad con las dinámicas de poder y control en redes sociales?
 - Se analiza cómo las percepciones y roles de género en el hogar pueden influir en comportamientos y actitudes en línea, contribuyendo a la violencia de género y homófoba.
- ¿Qué acciones se pueden tomar para prevenir la violencia de género y homófoba en el entorno digital?

- Los participantes proponen estrategias y soluciones para abordar estas violencias, tanto a nivel personal como comunitario y político.

Personas involucradas: Facilitador/a y participantes, organizados en 2-3 grupos de 4-5 personas cada uno.

Desarrollo de conceptos y preguntas para el debate:

Conceptos clave a explicar:

Distribución desigual del trabajo doméstico:

- **Definición:** La mayor parte del trabajo doméstico y de cuidados es realizada por mujeres, lo cual perpetúa desigualdades de género.
- **Impacto:** Esta distribución desigual afecta el tiempo y la energía disponibles para las mujeres, limitando sus oportunidades laborales y su bienestar.

Relación con la violencia de género y homófoba en redes sociales:

- **Dinámicas de poder:** Las desigualdades en el hogar pueden reflejarse en actitudes y comportamientos en línea, donde los hombres pueden sentirse más autorizados a ejercer control y violencia.
- **Estereotipos de género:** Los roles tradicionales de género pueden perpetuar la normalización de la violencia y el acoso en redes sociales.

Preguntas para el debate:

¿Por qué las mujeres realizan más actividades de trabajo doméstico?

- Factores culturales y tradicionales.
 - Expectativas sociales sobre el rol de la mujer.
 - Falta de políticas que fomenten la igualdad en el hogar.
-

¿Qué importancia tendría el trabajo doméstico para los hombres si realizaran las actividades que se les imponen a las mujeres?

- Mayor comprensión y valoración del trabajo doméstico.
 - Cambios en la percepción del trabajo de cuidados.
 - Impacto en la dinámica de poder dentro del hogar y la sociedad.
-

¿Cómo se relaciona esta desigualdad con las dinámicas de poder y control en redes sociales?

- Reproducción de roles de género en línea.
 - Uso de las redes sociales para ejercer control y violencia.
 - Impacto en la percepción y trato de las mujeres y personas LGBTQ+ en línea.
-

¿Qué acciones se pueden tomar para prevenir la violencia de género y homófoba en el entorno digital?

- Educación y sensibilización sobre igualdad de género.
- Promoción de comportamientos respetuosos y responsables en redes sociales.
- Implementación de políticas y protocolos para abordar y sancionar la violencia en línea.
- Apoyo y recursos para las víctimas de violencia de género y homófoba.



Bibliografía

Ayllón, R. (2020). De hombres y machos: el género y las masculinidades en la vida cotidiana. Revista Digital Universitaria (rdu), 21(4). doi: <http://doi.org/10.22201/codeic.16076079e.2020.21.4.5>

Brannon, L. (2016). Gender: psychological perspectives. Routledge.

Connell, R.W.(1995). Masculinities. University of California press

Connell, R.W. (2012). Masculinity research and global change. Masculinities & Social Change,1(1): 4-18. <http://dx.doi.org/10.17583/msc.2012.157>

Flecha, Ai., Puigvert, L.,& Redondo, G. (2005). "Socialización preventiva de la violencia de género". Feminismo/s. 6. 107-120. Disponible en <http://hdl.handle.net/10045/3184> | <http://dx.doi.org/10.14198/fem.2005.6.08>

García Sáez, J. (2019) Filosofía del Derecho Internacional, Violencia y Masculinidad Hegemónica. Universitas, Nº 30, 65-87 doi: <https://doi.org/10.20318/universitas.2019.4836>

Gilmore, D. (1994). Hacerse hombre: Concepciones culturales de la masculinidad. Barcelona: Paidós.

Meschi Pizarro, A. (2018). Masculinidad y emociones. El caso de jóvenes estudiantes del Liceo de Aplicación. Tesis para optar al título de Sociología. Universidad de Chile

Nuñez, P.H. (2017). Agentes socializadores de masculinidades alternativas: profesores, familiares y voluntarios como ejes del cambio en el contexto de comunidades de aprendizaje. Revista Perspectivas. 29, 129-144

Olavarría, J. (2005) La masculinidad y los jóvenes adolescentes. Docencia. Reflexiones pedagógicas. 27, 47-55

Olavarría, José (2003). "¿En qué están los varones adolescentes? Aproximaciones a estudiantes de enseñanza media", en Olavarría, José (ed.) (2003) Varones adolescentes: género, identidades y sexualidades en América Latina. FLACSO/ UNFPA y Red de Masculinidades. Santiago, Chile.

Saavedra, L.D. (2018). Trabajos precarizados en varones adolescentes, conductas de riesgo y construcciones de la masculinidad. X Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXV Jornadas de Investigación XIV Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología -Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires. <https://www.aacademica.org/000-122/111>

Sailard, D. Oreka Sarea S.L. (2010) Los derechos humanos de las mujeres y la construcción de la masculinidad hegemónica. En GIZONDUZ (2010) Masculinidad e Igualdad. Análisis multidisciplinar. Emakunde

Sanfélix, J & López-Amorós, A, (2019) Sobre la necesidad de estudiar la masculinidad en tiempos de incertidumbre. *Asparkia: Investigación feminista*, 35 (Ejemplar dedicado a: Ser hombre en tiempos de incertidumbre: repensando la identidad masculina), 15-22

Sanfélix, J. (2011). Las nuevas masculinidades. Los hombres frente al cambio de las mujeres. *Prisma Social. Revista de Investigación Social*. 7, 220-247.

Sanfélix, J. (2020). La brújula rota de la masculinidad. Valencia: Tirant Humanidades

Sanfélix, J., & Téllez, A. (2021). Masculinidad y privilegios: el Reconocimiento como Potencial Articulador del Cambio, *Masculinities and Social Change*,10(1)1-24. <https://doi.org/10.17583/MCS.2021.4710>

Sanfélix. J. (2017). Demostrando ser hombres. Una aproximación socioantropológica a la construcción y reproducción de las identidades masculinas en las comarcas orientales de la provincia de Valencia. Colección Tesis Doctorales. Universitas Miguel Hernández. <http://hdl.handle.net/11000/3571>



Si!

Nazioarteko Elkartasuna
Solidaridad Internacional

Solidaridad Internacional – Nazioarteko Elkartasuna
C/ Conde Mirasol 7 bajo - 48003 Bilbao - Bizkaia

<https://libresysostenibles.solidaridadsi.org/>

