

## **Sesión informativa: Mis pilares Naranja, Prevención de la violencia contra las mujeres en el hogar**

### **Ficha Técnica**

- **Objetivo General:** Sensibilizar a las mujeres a través de temas y dinámicas vivenciales sobre los factores que predisponen a ciertos individuos a ser víctimas de violencia así como de los factores de prevención que pueden poner en práctica en su día a día para mejorar su calidad de vida y cambiar los ciclos y patrones de conducta que están fortaleciendo la violencia en sus entornos
- **Objetivo Particular:** Brindar herramientas a las y los servidores públicos y puedan replicarlas para lograr un adecuado impacto y generar cambios en las conductas para aumentar los factores de protección en mujeres y niñas en los 50 municipios con AVGM  
Sensibilizar y motivar al cuidado y la protección de la integridad física y psicológica de mujeres y niñas
- **Grupo objetivo (target):** Madres de familia de niñas y adolescentes; niñas (8 años en adelante) y adolescentes en situación de vulnerabilidad (Tema de comunicación efectiva)
- **Perfil del facilitador:** licenciatura en áreas sociales o experiencia en la impartición de pláticas de prevención y habilidades comunicativas.
- **Duración aproximada:** 1 sesión completa de 2 horas y media o 3 sesiones diferidas de 50 min.
- **Recursos necesarios:** presentación “Mis Pilares Naranja”

<b>Mis Pilares Naranja</b>			
<b>Desarrollo de la presentación.</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Puntos clave a desarrollar</b>	<b>Tiempo</b>
Diapositiva 1: Bienvenida	Crear ambiente de empatía entre los participantes	1.- Presentación del facilitador y la instancia que representa.	3 min
Diapositiva 2: Datos de Contacto	Buscamos acercar a la comunidad las herramientas para tener al alcance los servicios de cuidado y protección.	1.- Describir con claridad los servicios que ofrece la instancia a la que representamos	3 min
Diapositiva 3: ¿Qué son los roles de género?	Explicaremos los conceptos generales de una manera amigable y simple	1.- Conceptos y definiciones	2 min
Diapositiva 4: De Roles a estereotipos	Como los roles se convierten en conductas replicables	1.- Roles positivos y roles negativos 2.- Evolución de la familia y los estereotipos en ella	2 min
Diapositiva 5: ¿Qué significa hacer algo como niña?	Reconocer la normalización de roles y a los mismos como forma de violencia	1.- Experimento social 2.- violencia psicológica	7 min
Diapositiva 6: Relación entre roles y violencia	Hacer reflexionar sobre la violencia psicologica en cada rol	1.- Toma de decisiones a través de roles 2.- Proyecto de vida enfocado en la violencia	4 min
Diapositiva 7: Relación entre roles y violencia	Reflexión sobre la violencia psicologica en nuestra vida cotidiana	1.- Cuantos estereotipos violentos hemos aceptado como forma de vida	5 min
Diapositiva 8: Confundimos demasiadas cosas con el amor	Rflexión sobre como los medios de comunicación nos ayudan a normalizar y aceptar la violencia	1.- Proceso de aprendizaje social 2.- Proceso de aprendizaje por repetición	3 min
Diapositiva 9: Confundimos	Rflexión sobre como los medios de comunicación nos ayudan a normalizar y aceptar la violencia	1.- Proceso de aprendizaje social 2.- Proceso de aprendizaje por repetición (práctica)	3 min

demasiadas cosas con el amor			
Diapositiva 10 Juguemos con los roles	Mostrar la influencia de los roles y los prejuicios	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se relatará a las asistentes la tradicional historia de “Caperucita y el lobo”</li> <li>2. A manera de retroalimentación se pedirá a las asistentes hagan una descripción de las características físicas y emocionales de cada personaje (caperucita, la abuela, el leñador y el lobo) deberemos anotar los adjetivos para cada personaje para crearnos una representación mental de los mismos</li> <li>3. Se pedirá a alguna de las asistentes o bien a algún colaborador nos vuelva a contar la historia pero esta vez todos los personajes serán del sexo opuesto; por ejemplo, Caperucito, Abuelo, loba, leñadora.</li> <li>4. Las asistentes de nuevo harán una descripción física y emocional de cada personaje y podremos observar que roles positivos o negativos se atribuyeron a cada uno con el simple cambio de género.</li> <li>5. Realizaremos una retroalimentación efectiva con las asistentes para entender hasta donde han normalizado la violencia a través de estos roles, podemos comentar cuales les gusta cumplir y cuales han adoptado aunque no les agraden.</li> </ol>	10 min

<p>Diapositiva 11: Dinámica “Mis etiquetas”</p>	<p>Sensibilizar sobre los estereótipos que hemos adoptado y la manera en que fueron impuestos</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Formaremos equipos de 5 asistentes y entregaremos un paquete de etiquetas, así como algunas en blanco y algunos marcadores</li> <li>2. Pediremos a las asistentes se coloquen en círculo alrededor de las etiquetas y pediremos canten alguna ronda infantil <sup>1</sup>para elegir a la primera en participar.</li> <li>3. Cuando hayan definido quien será la primera para desarrollar la dinámica pediremos que empiecen a escoger las etiquetas que llevarán colgadas y se las colocarán sobre los brazos de manera extendida, cada vez que coloquen una deberán compartir quien se las ha colgado en primera instancia (madre, padre, hermanos, tíos, tías, abuela, abuelo, hermanas, etc.)</li> <li>4. Posteriormente las asistentes que están alrededor deberán colgar alguna etiqueta que haga falta para describir a la compañera al centro, si el adjetivo que necesitan no está en las tarjetas impresas podrán utilizar una tarjeta en blanco y la colgarán en los brazos de la compañera al centro.</li> <li>5. Por último, la compañera al centro decidirá que etiquetas no le agradan y deberá irse quitando cada una hasta sentirse cómoda con las que han</li> </ol>	<p>20 min</p>
---	---	--	---------------

<sup>1</sup> Esto les ayudara a interiorizar de manera inconsciente con su niña interior y regresar al momento donde adoptaron ciertos roles o estereotipos que hoy replican.

		<p>quedado en ella. El replicador deberá alentarlas para que las que queden no estén asociadas a la violencia.</p> <p>6. Se repetirá la actividad hasta que todas las integrantes de los equipos hayan pasado al centro.</p> <p>7. En plenaria el replicador preguntará como se han sentido con la actividad y parafraseará las opiniones más destacadas y asertivas, siempre validando el aprendizaje de las asistentes.</p>	
Diapositiva 12 Los Patrones a cambiar	Segundo pilar de cambio para prevenir la violencia contra las mujeres en el hogar	1.-Introducción	2 min
Diapositiva 13: ¿Qué es un patrón de comportamiento?	Explicar sobre conceptos y formación de patrones	<ul style="list-style-type: none"> <li>Elementos y conceptos basicos</li> </ul>	2 min
Diapositiva 14: Componentes	Qué hace que se refuerce un patrón de comportamiento	1. Componentes que hacer que un patrón de conducta se fortalezca	2 min
Diapositiva 15: Machismo con "M" de mujer	Conductas machistas adoptadas por mujeres	<p>1.- El machismo a través de los años, la influencia de la mujer en la prevalencia de esta conducta</p> <p>2.- La evolución historica de las conductas machistas</p>	5 min
Diapositiva 16: Micromachismos	Conductas que representan un machismo sutil pero sumamente agresivo	Tipos de micromachismo	4 min
Diapositiva 17: El ciclo de la violencia	Conductas repetitivas	Fases del ciclo de la violencia, conductas que permiten la prevalencia del ciclo	4 min
Diapositiva 18: Violentómetro	Herramientas de detección de la violencia	Como la violencia va escalando sin detenerse	3 min

<p>Diapositiva 19: El síndrome de la rana hervida</p>	<p>Conductas agresivas y su explicación conductual</p>	<p>Explicación de la normalización de las conductas violentas y como la víctima va permitiendo que esta escale</p>	<p>4 min</p>
<p>Diapositiva 20: Mi árbol naranja</p>	<p>Dinámica de sensibilización e identificación</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. El replicador pedirá a las asistentes que se concentren en la música<sup>2</sup></li> <li>2. Solicitará que cierren los ojos y que empiecen a pensar en sus antepasados (bisabuelos) a pensar en lo que saben de ellos, las historias familiares, y harán el mismo ejercicio de pensamiento con sus abuelos, sus padres y por último con su familia.</li> <li>3. El replicador pedirá a las participantes dibujen su árbol familiar</li> <li>4. Cuando hayan acabado el replicador solicitará que marquen los patrones que se han repetido, esta es una actividad guiada y daremos un símbolo a cada elemento para que al analizarlo en conjunto nos sea más fácil encontrar el linaje del patrón.</li> <li>5. Empezaremos de lo más simple a lo más complejo:             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Las participantes deberán <b>subrayar con azul</b> los nombres que se repiten o han sido heredados</li> </ol> </li> </ol>	<p>20 min</p>

<sup>2</sup> <https://www.youtube.com/watch?v=P9-BryWt4EA> Link para descarga de música sugerida

		<ul style="list-style-type: none"> <li>b. Posteriormente se les solicitará que <b><u>coloquen un punto de color azul</u></b> junto a los nombres de los miembros de la familia que repiten profesión u oficio</li> <li>c. Se solicitará que <b><u>coloquen una cruz azul</u></b> junto a los familiares que hayan muerto en circunstancias similares</li> <li>d. Deberán <b><u>marcar con un asterisco rojo</u></b> a los miembros que se hayan casado o juntado en circunstancias similares</li> <li>e. Con una <b><u>cruz en color rojo marcaran</u></b> a las mujeres que en la familia hayan sufrido algún aborto</li> <li>f. Por último solicitaremos que subrayen con una línea roja a las mujeres que en su familia hayan sufrido algún tipo de violencia</li> <li>g. Una vez identificados los patrones de conducta solicitaremos que marquen con una diagonal a quienes hayan saltado todos los patrones que se mencionaron y preguntaremos en que percepción tiene la familia a quienes cambiaron las reglas</li> </ul>	
--	--	---	--



Secretaría  
de Gobernación  
Gobierno de Puebla  
Hacer historia. Hacer futuro.

**SUBSECRETARIA DE PREVENCIÓN DEL DELITO Y DERECHOS HUMANOS**  
DIRECCIÓN GENERAL DE PREVENCIÓN DEL DELITO  
CENTRO COMUNITARIO DE PREVENCIÓN Y PARTICIPACIÓN CIUDADANA  
HUAUCHINANGO

		6. Podremos ofrecer la palabra a las asistentes para que compartan su experiencia identificando patrones familiares y haciendo las canalizaciones pertinentes en quienes así lo soliciten.	
--	--	--	--