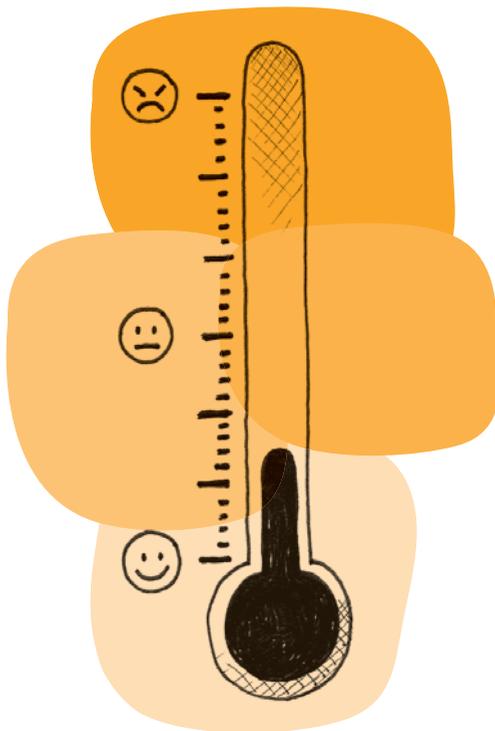


El violentómetro



Objetivos

El objetivo es permitir a las participantes (re)conocer los tipos de violencia a los que pueden enfrentarse, y ofrecerles la oportunidad de responder colectivamente.

¿El objetivo? Esta herramienta puede adaptarse a diferentes públicos: puede utilizarse para comprender el tipo de violencia al que se enfrentan las mujeres, pero también para considerar colectivamente formas de superar la violencia.

Descripción del contenido

El violentómetro es una herramienta de autoevaluación de la violencia sexual y de género. Se utiliza como herramienta de prevención e información sobre el tema de la violencia doméstica e intrafamiliar. También puede utilizarse para organizar sesiones de sensibilización y formación, como lo hace la organización Cenca en Perú.



de 1h a 1h30
para cada dinámica

Uso práctico

¡Empecemos!

Existen dos versiones de la actividad para utilizar el violentómetro con un grupo de 10 a 15 mujeres.

Una es para utilizarla con mujeres que no han recibido previamente apoyo sobre el tema de la violencia, y permitirá hablar de los diferentes tipos de violencia a los que pueden enfrentarse las mujeres, y sensibilizarlas sobre la necesidad de desarrollar relaciones sanas entre mujeres y hombres.

La otra versión se realiza con mujeres que ya han recibido apoyo inicial sobre el tema de la violencia y les permitirá clasificar la violencia y buscar acciones para combatirla.

> **Para cada dinámica, se imprime un violentómetro para exponerlo y varios violentómetros para repartir entre las participantes.**

PRIMERA VERSIÓN

Primera versión

> **Antes del taller**, se preparan hojas de papel con ejemplos de violencia o una breve descripción de un conflicto o situación violenta.

Algunos ejemplos para inspirarles, que deben adaptar a su contexto:

- *Tu pareja levanta la voz cuando se enfada. A menudo utiliza insultos.*
- *Tu marido administra el dinero de la casa y no siempre te deja lo suficiente para tomar el autobús.*
- *Tu pareja te ha dado una cachetada durante una discusión, pero ya se ha disculpado.*

Indicar situaciones positivas en determinados papeles.

Por ejemplo:

- *Te sientes capaz de hablar de cualquier cosa con tu pareja.*
- *Tu marido confía en ti.*

> **Al comienzo del taller**, se doblan todas las hojas de manera que no se pueda leer su contenido y se colocan en una caja abierta.

Luego, se entrega a cada participante una copia impresa del violentómetro, tal como se muestra en el apéndice.

> Se invita a las mujeres a **elegir un papel y leer en voz alta la situación que figura en su hoja**. A continuación, se les pide que asocien la situación descrita en su papel con la casilla correspondiente del violentómetro.

Ejemplo: «Tu compañero levanta la voz cuando se enfada. Insulta a menudo» puede compararse con los niveles 16 y 17.

La participante explica por qué ha elegido clasificar de esta forma la situación que escogió.

> Se pide al resto del grupo **comentar la propuesta realizada por la primera participante**. El grupo construye junto la decisión final.

> Una vez recogidos todos los papeles, se enumera de nuevo las situaciones conflictivas o violentas que aparecen en naranja y rojo en el violentómetro. A continuación, puede **informar a las participantes de los mecanismos jurídicos, sociales y psicológicos** que existen para apoyarles si se enfrentan a algunas de estas situaciones violentas.

> **Antes de cerrar el taller**, es una buena idea volver a enumerar las situaciones positivas que han señalado las candidatas. A continuación, puede insistir en la importancia de construir una relación sana y sin violencia en la pareja.

SEGUNDA VERSIÓN

Esta segunda forma de ejecutar el violentómetro consta de **4 etapas**:

1. IDENTIFICAR LA VIOLENCIA

Constituir dos grupos. Se pide a cada grupo enumerar lo que, en su opinión, constituye violencia (no tener acceso a dinero, ser golpeada, gritos, etc.). En grupo, las mujeres enumeran estas diferentes formas de violencia y las anotan en hojas de papel.

2. CLASIFICACIÓN DE LA VIOLENCIA

Una vez identificados todos los tipos de violencia, se pide a las participantes que los clasifiquen. Se invitan a las participantes, en grupos, a elaborar sus propias clasificaciones.

Ejemplo: desde la más impactante en el desarrollo del proceso de empoderamiento, hasta la violencia más cotidiana, o dependiendo de la edad en la que las mujeres se enfrentan a esta violencia (desde el nacimiento hasta la edad adulta).

El objetivo de este tiempo es que cada grupo clasifique la violencia que experimenta según sus propias percepciones. Sobre la marcha, colocan las hojas en el suelo de manera que los dos violentómetros que representan los dos grupos estén uno al lado del otro.

3. COMPARAR LA VIOLENCIA

Se pide a cada grupo que explique su sistema de clasificación. Las mujeres toman la palabra para explicar la progresión de su violentómetro. Cada grupo puede interrogar al otro sobre la manera en que han organizado sus ideas, las representaciones y el impacto que subyacen a estas formas de violencia.

4. RESPONDER A LA VIOLENCIA

Una vez identificados y clasificados los tipos de violencia, se pide a cada grupo que comparta las acciones que están llevando a cabo o que creen que podrían llevar a cabo para combatir esta violencia.

¿Cuál es la última palabra?

Al acabar las dinámicas, puede informar a las mujeres sobre el apoyo jurídico, social y psicológico que tienen a su disposición.

Si su equipo cuenta con personas recursos (abogado, psicólogo, etc.), puede ofrecer a las mujeres un se-

guimiento individual después de este taller de grupo.

Si no dispone de recursos internos, no dude en remitir a las mujeres hacia las estructuras adecuadas para orientarlas en el proceso.



Un breve recordatorio teórico

Para más información, consulte el inserto titulado ¿Qué hay de la violencia de género? (parte Referencias para Entender)

Palabras clave

VIOLENCIA
ESTEREOTIPOS DE GÉNERO
CAPACITACIÓN
EMPODERAMIENTO

DISFRUTA

Tu relación es sana cuando él...

1 Respeta tus decisiones y tus gustos

2 Acepta a tus amigo/as y a tu familia

3 Confía en ti

4 Está contento cuando te sientes realizada

5 Se asegura que estés de acuerdo para lo que hacen juntos

CUIDADO DILE ¡BASTA!

Hay violencia cuando él...

6 Te ignora durante varios días cuando está molesto

7 Te hace chantaje si no quieres hacer algo

8 Menosprecia tus opiniones y tus proyectos

9 Te humilla en público

10 Te manipula

11 Es siempre celoso

12 Controla tus salidas, ropa, maquillaje

13 Revisa en tus textos, correos, apps

14 Insiste en que envíes fotos íntimas

15 Te aleja de tu familia y amigo/as

CUIDATE, PIDE AYUDA

Estás en peligro cuando él...

16 Dice que estás loca cuando le haces reproches

17 "Se vuelve loco" cuando algo no le gusta

18 Te empuja, te jalea, te da una cachetada, te sacude, te golpea

19 Amenaza con suicidarse por tu culpa

20 Te toca las partes íntimas sin que estés de acuerdo, te manosea

21 Amenaza con difundir fotos íntimas tuyas

22 Te obliga a ver pornografía

23 Te obliga a tener relaciones sexuales

24