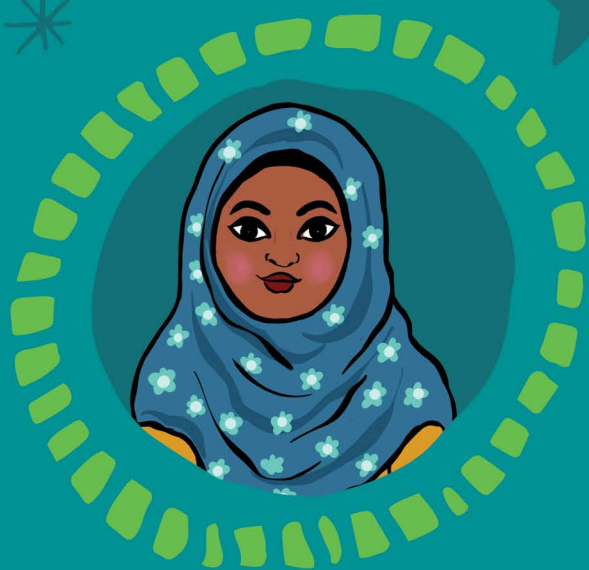


PARTE 3A

Las Niñas Brillan

Plan de estudios sobre el matrimonio temprano para madres, padres y personas a cargo de chicas adolescentes

Girl Shine



Funding Provided
by the United States
Government



Tabla de contenido

Las Niñas Brillan Parte 3A

Programa de formación sobre el matrimonio temprano para cuidadores	4
Introducción al programa de formación sobre el matrimonio temprano Las Niñas Brillan	4
Presentación de temas sensibles para las cuidadoras y los cuidadores masculinos	7
Cierre de los grupos sobre el matrimonio temprano	8
Graduación de los cuidadores	8
SESIONES PARA CUIDADORAS	10
SESIÓN 1 – INTRODUCCIÓN AL PROGRAMA LAS NIÑAS BRILLAN	10
SESIÓN 2 – HOMENAJE A NUESTRA FAMILIA	17
SESIÓN 3 – MI EXPERIENCIA COMO CUIDADOR	20
SESIÓN 4 – EL DESARROLLO DE LAS ADOLESCENTES	25
SESIÓN 4 – EL DESARROLLO DE LAS ADOLESCENTES	32
SESIÓN 5 – EL APOYO DE LAS ADOLESCENTES	42
SESIÓN 5 – EL APOYO DE LAS ADOLESCENTES	49
SESIÓN 6 – EL ENTORNO FAMILIAR	54
SESIÓN 7 – ANÁLISIS DE NUESTRAS RELACIONES CON LAS ADOLESCENTES	58
SESIÓN 8 – EL PODER EN LOS HOGARES	65
SESIÓN 9 – CRIANZA PARA LA IGUALDAD	72
SESIÓN 10 – EL MATRIMONIO EN NUESTRA COMUNIDAD	79
SESIÓN 10 – EL MATRIMONIO EN NUESTRA COMUNIDAD	86
SESIÓN 11 – LA VIOLENCIA QUE SUFREN LAS MUJERES Y LAS NIÑAS	93
SESIÓN 12 – EL APOYO DE LAS NIÑAS QUE SUFREN VIOLENCIA	102
SESIÓN 13 – NUESTRA VISIÓN CON RESPECTO A LA FAMILIA	108
SESIÓN 14 – EL CAMBIO EMPIEZA POR NOSOTROS	114
SESIÓN 15 – EL APOYO DE LAS NIÑAS DE LA COMUNIDAD	121
SESIÓN 16 – RUMBO AL CAMBIO	125
SESIONES PARA CUIDADORES MASCULINOS	132
SESIÓN 1 – INTRODUCCIÓN AL PROGRAMA LAS NIÑAS BRILLAN	132
SESIÓN 2 – HOMENAJE A NUESTRA FAMILIA	139
SESIÓN 3 – MI EXPERIENCIA COMO CUIDADOR	142
SESIÓN 4 – EL DESARROLLO DE LAS ADOLESCENTES	147
SESIÓN 4 – EL DESARROLLO DE LAS ADOLESCENTES	157
SESIÓN 5 – EL APOYO DE LAS ADOLESCENTES	167
SESIÓN 5 – EL APOYO DE LAS ADOLESCENTES	174
SESIÓN 6 – EL ENTORNO FAMILIAR	178
SESIÓN 7 – ANÁLISIS DE NUESTRAS RELACIONES CON LAS ADOLESCENTES	184
SESIÓN 8 – EL PODER EN LOS HOGARES	191
SESIÓN 9 – CRIANZA PARA LA IGUALDAD	197
SESIÓN 10 – EL MATRIMONIO EN NUESTRA COMUNIDAD	204

SESIÓN 11 – SEGURIDAD Y VIOLENCIA	212
SESIÓN 12 – EL APOYO DE LAS NIÑAS QUE SUFREN VIOLENCIA	218
SESIÓN 13 – NUESTRA VISIÓN CON RESPECTO A LA FAMILIA	226
SESIÓN 14 – EL CAMBIO EMPIEZA POR NOSOTROS	231
SESIÓN 15 – EL APOYO DE LAS NIÑAS DE LA COMUNIDAD	238
SESIÓN 16 – RUMBO AL CAMBIO	242
RECURSOS	246

PROGRAMA DE FORMACIÓN SOBRE EL MATRIMONIO TEMPRANO PARA CUIDADORES



Introducción al programa de formación sobre el matrimonio temprano Las Niñas Brillan

El principal objetivo del programa de formación sobre el matrimonio temprano es retrasar el matrimonio y responder a las necesidades de las niñas casadas. Este programa de formación también incluye otras formas de violencia de género, pero analiza mucho más a fondo el tema del matrimonio temprano que el programa de formación sobre competencias para la vida de Las Niñas Brillan.

En cuanto al **retraso del matrimonio**, el contenido del programa de formación pretende: 1) desentrañar los factores que llevan al matrimonio temprano; 2) concienciar sobre los riesgos del matrimonio temprano; 3) ayudar a las niñas y los cuidadores a encontrar alternativas al matrimonio; 4) ayudar a las niñas y los cuidadores a fortalecer las relaciones entre sí; y 5) fomentar el apoyo social y la solidaridad entre las niñas.

En cuanto a **la respuesta a las necesidades de las niñas casadas**, el contenido del programa de formación pretende ayudar a las madres jóvenes y las niñas casadas, divorciadas o viudas a comprender y reclamar sus derechos. Esto se consigue 1) facilitándoles información sobre sus cuerpos; 2) facilitándoles información sobre cómo influir en las decisiones; y 3) alentando a las niñas y los cuidadores a fortalecer sus relaciones entre ellos y mejorar el apoyo social y la solidaridad entre las niñas.

A continuación, se ofrece un resumen de cada sesión y de la manera de llevarla a cabo, y los materiales de cada sesión (que se encuentran en el programa de formación) proporcionarán instrucciones más detalladas sobre cómo prepararse con antelación.

Alcance y secuencia

Tema	Orientaciones relativas a la aplicación
Antes de la sesión	Se deberá realizar una evaluación antes de la sesión con los participantes, tanto antes del inicio de las sesiones como al final de la primera sesión. Se deberá finalizar antes de que empiece la segunda sesión.
Sesión 1: Introducción al programa Las Niñas Brillan	- Esta es una oportunidad para que los cuidadores se conozcan y conozcan también al facilitador, así como para que creen su cultura de grupo. - Además, esta sesión trata sobre el sexo y el género para que en el futuro los cuidadores entablen conversaciones con esta base en mente; es fundamental que los facilitadores estén preparados para comunicar este contenido.
Sesión 2: Homenaje a nuestra familia	- El objetivo de esta sesión es fortalecer la relación entre las niñas y sus cuidadores. En el caso de la sesión para cuidadoras, se incluye la relación con las niñas y sus suegras. - Esta sesión ayuda a establecer un marco positivo sobre la manera en la que los cuidadores participarán en este recorrido y sobre el motivo por el que el fortalecimiento de las relaciones puede resultar beneficioso para toda la familia.
Sesión 3: Mi experiencia como cuidador	- En esta sesión se analizan los roles que las mujeres y los hombres suelen desempeñar en la sociedad. - Su aplicación puede resultar complicada; los roles de género y las expectativas están muy arraigados, y las mujeres y los hombres pueden resistirse a cambiarlos.

Sesión 4: El desarrollo de las adolescentes	- En esta sesión se hablará sobre la salud sexual y reproductiva de las adolescentes. - Es importante que los facilitadores se sientan cómodos con la información que se incluye en la sesión y lean las instrucciones con antelación. - En contextos en los que sea seguro mencionarlo, los facilitadores deberían hablar sobre orientación sexual e identidad de género para normalizar estos temas.
Sesión 5: El apoyo de las adolescentes	- Esta sesión incluye contenido independiente para los cuidadores de niñas casadas y solteras. En el caso de los cuidadores de niñas solteras, la sesión trata sobre la salud sexual y reproductiva y sobre el apoyo que los cuidadores pueden brindar a las niñas cuando estas empiezan a menstruar. - La sesión alienta a los cuidadores a crear un espacio de apoyo para que las niñas casadas expresen las preocupaciones y dudas que tienen durante el matrimonio.
Sesión 6: El entorno familiar	Los cuidadores analizarán la idea del entorno familiar y el efecto de este en el crecimiento y el desarrollo de las personas adolescentes. Los cuidadores describirán cómo son las relaciones y los entornos sanos, y aprenderán los estilos de comunicación que pueden ayudar a crear un entorno sano.
Sesión 7: Análisis de nuestras relaciones con las adolescentes	Los cuidadores analizan el concepto de “entorno emocional” y estudian los estilos de comunicación en mayor profundidad. Existen diferentes escenarios para los cuidadores de niñas casadas y solteras, de modo que los facilitadores utilizarán el que mejor se adapte a su grupo.
Sesión 8: El poder en los hogares	Cuidadoras: - En esta sesión se tratarán los conceptos relativos al poder con las cuidadoras y se estudiará la toma de decisiones tanto en términos del poder que los hombres tienen sobre las mujeres como del poder que las mujeres tienen sobre las niñas. Cuidadores masculinos: - En la sesión para cuidadores masculinos también se estudian las formas de poder y se analiza el poder que normalmente tienen los hombres sobre las mujeres y niñas. La sesión continúa pidiendo a los hombres que analicen las dinámicas de poder de sus propios hogares y las medidas que pueden tomar para cambiar o compartir el poder.
Sesión 9: Crianza para la igualdad	En esta sesión se analiza la manera en la que los cuidadores crían a sus hijos en función de las diferencias de género, así como la manera diferente en la que las niñas y los niños experimentan el entorno familiar.
Sesión 10: El matrimonio en nuestra comunidad	- En esta sesión, se habla sobre el matrimonio en el contexto de la comunidad. - Es muy importante que los facilitadores conozcan bien los marcos jurídicos que regulan el matrimonio en el país en el que imparte la sesión, así como en el país del que escapan las personas refugiadas. Los marcos jurídicos pueden incluir el derecho oficial o estatal, el derecho religioso, el derecho consuetudinario o tradicional, o una combinación de los anteriores. - Los facilitadores deben tener una comprensión práctica de los derechos que se conceden a cada persona del matrimonio, qué tipo de actos y comportamientos se consideran ilegales y qué medidas tomar si se violan los derechos de una persona en el contexto del matrimonio. - Los facilitadores deben leer las instrucciones de la sesión con antelación.
Sesión 11: La violencia que sufren las mujeres y las niñas	Cuidadoras: - En esta sesión, las cuidadoras explicarán los tipos de violencia a los que se enfrentan las mujeres y las niñas. En ella, se analizará el vínculo existente entre violencia de género y poder. - Esta sesión puede resultar un desencadenante para algunas mujeres que hayan sufrido violencia, y el facilitador debe disponer de información sobre los servicios de gestión de casos de violencia de género.

Sesión 11: Seguridad y violencia	Cuidadores masculinos: • La sesión comienza trazando todos los riesgos que existen para las mujeres, las niñas, los hombres y los niños de la comunidad. Esto ofrece a los hombres la oportunidad de compartir sus opiniones acerca de los problemas a los que se enfrentan ellos y los niños, pero en la actividad también se pondrá de relieve que los riesgos son mucho mayores para las mujeres y las niñas. • Tras definir las diferentes formas de violencia a las que se enfrentan las mujeres y las niñas en particular, la sesión continúa analizando los motivos por los que se produce la violencia contra las mujeres y las niñas.
Sesión 12: El apoyo de las niñas que sufren violencia	• Ahora que los cuidadores han tenido la oportunidad de examinar los diferentes tipos de violencia y, en particular, los hombres han analizado la idea de la violencia como elección, los cuidadores estudian este concepto en relación con la culpa (y en relación con el hecho de que las niñas no tienen la culpa de la violencia que sufren).
Sesión 13: Nuestra visión con respecto a la familia	• Se alienta a los cuidadores a analizar los obstáculos a los que se pueden enfrentar a la hora de realizar cambios tanto en la manera de apoyar a sus hijas como en las aspiraciones que tienen para ellas, concretamente en relación con el matrimonio.
Sesión 14: El cambio empieza por nosotros	• Las siguientes tres sesiones ayudan a los cuidadores a implementar la información y los conocimientos que han adquirido de las sesiones y de los demás. Esta sesión comienza con un ejercicio de reflexión con una serie de preguntas para los cuidadores. • Es importante tener en cuenta la secuencia de las sesiones restantes: la sesión para las niñas debe realizarse en primer lugar, seguida de la sesión para cuidadoras y, a continuación, la sesión para cuidadores masculinos, de manera que las aportaciones de las niñas y las mujeres se puedan compartir de manera anónima con los grupos de hombres.
Sesión 15: El apoyo de las niñas de nuestra comunidad	• En esta sesión, es importante que los facilitadores concedan el tiempo suficiente para recopilar todas las perspectivas que las niñas expresaron a los cuidadores y que recurran a los puntos planteados por ellas para asegurarse de que cualquier toma de decisiones en torno a las medidas refleje lo que las niñas han expresado a sus cuidadores.
Sesión 16: Rumbo al cambio	• Esta es la sesión final. Los programas deberán decidir si celebrarán la graduación y si realizarán la evaluación posterior el mismo día o en días separados. Si el programa tiene previsto realizar alguna de estas actividades el mismo día de la graduación, será necesario prolongar la sesión. • Es posible que los hombres y las mujeres también quieran reunirse en esta última sesión; se incluyen adaptaciones y es importante definir un espacio en el que las mujeres se sientan cómodas. • Se recomienda realizar la evaluación posterior en la misma semana que la sesión final.

Presentación de temas sensibles para las cuidadoras y los cuidadores masculinos

El matrimonio temprano es un tema sensible, tanto en las comunidades en las que es legal como en las que no lo es. Desafiar las normas y prácticas que están profundamente arraigadas puede percibirse como una interferencia y puede generar desconfianza en la comunidad. El control de la sexualidad de las adolescentes, arraigado en el patriarcado, es un factor clave del matrimonio temprano, lo que hace que sea un tema aún más difícil de tratar. Por eso es tan importante el fomento de la confianza y por eso algunos de los contenidos más delicados del programa de formación aparecen más adelante.

Dado que el matrimonio temprano está ampliamente aceptado, es probable que existan diferentes opiniones, y podrían darse situaciones complicadas o comentarios desafiantes derivados de los debates o las actividades de divulgación. Como equipo, es importante estar preparados para esto; por ejemplo, el equipo puede utilizar el marco “retraso del matrimonio” en lugar de la “prevención del matrimonio temprano” y garantizar que se acepte y comprenda en la comunidad. Asimismo, es importante ser claros y transparentes en cuanto a la postura del programa con respecto

al matrimonio temprano, pero, al mismo tiempo, no juzgar a aquellas personas que ya están casadas o que se casan durante el programa.

Las niñas son el foco de nuestras actividades y no deben excluirse en ninguna circunstancia; siempre debemos estar disponibles para ofrecerles apoyo. Los marcos jurídicos internacionales y nacionales (de haberlos) constituyen un instrumento educativo y de promoción para concienciar sobre el hecho de que el matrimonio temprano supone una violación de los derechos. Cuando se encuentran con personas que muestran reticencia con respecto a la información y a los conceptos relacionados con el matrimonio temprano, los facilitadores pueden plantear algunos enunciados:

- *“Agradezco que comparta su opinión con nosotros. ¿Puede contarnos por qué se siente así? Por favor, intente entender también que no todos comparten la misma opinión”.*
- *“Si quiere hablar más sobre ello, estaré encantado de sentarme con usted después de la sesión, el debate o la reunión para hablar o para presentarle a personas que pueden ofrecerle más información”.*

Los facilitadores deben recordar que no deben permitir que ninguna opinión ni ningún comentario potencialmente perjudicial quede sin respuesta o explicación en las sesiones. Por ejemplo, algunas personas pueden decir que es aceptable que las niñas se casen a una edad más temprana que los niños. Los facilitadores pueden responder de las siguientes maneras:

- *“Gracias por compartir su opinión. ¿Qué opinan los demás? ¿Quién tiene una opinión diferente?” Si no se ofrece otro punto de vista, los facilitadores deberán asegurarse de hacerlo. Si es posible, los facilitadores deben basarse en hechos y pruebas para exponer sus argumentos¹.*
- *Los facilitadores podrían decir: “Todos nosotros queremos asegurarnos de que las niñas de nuestra comunidad estén seguras, sean felices y estén sanas. Para ello, podemos evitar las consecuencias perjudiciales para la salud que conlleva el matrimonio temprano”.*
- *Si el matrimonio temprano es ilegal, los facilitadores pueden decir: “¿Alguien sabe lo que dispone la ley sobre la edad para contraer matrimonio?”.*

Las orientaciones sobre facilitación incluidas en la [parte 3 del programa de formación para cuidadores Las niñas brillan](#)² también son importantes para la puesta en marcha de las sesiones sobre el matrimonio temprano. Además, se incluye contenido sobre los tipos de resistencia por parte de los cuidadores a los que se pueden enfrentar los facilitadores y sobre la manera de desafiar las actitudes perjudiciales, el cual se puede consultar en la [parte 3 de Las niñas brillan](#)³.

Como se indica, estas sesiones se han concebido para el fomento de la confianza entre los facilitadores y entre los cuidadores; por ello, muchos de los contenidos delicados se incluyen más adelante en el programa, con el objetivo de reducir la posible reticencia a la que podrían enfrentarse.

1 Adaptado de: https://www.girlsnotbrides.org/wp-content/uploads/2018/08/1.-GNB_Trainer_Manual_FINAL.compressed-1.pdf

2 Técnicas de facilitación: <https://rescue.box.com/s/p31j9tbz3mwyfur2amgjimlh2nx4b8af>

3 Desafío de las actitudes perjudiciales: <https://rescue.box.com/s/eyqf8jtv69n1frcpl63b9aj6zfs1dltl>

Cierre de los grupos sobre el matrimonio temprano

Aunque puede recurrir al capítulo sobre sostenibilidad para obtener más orientaciones, así como a las orientaciones incluidas en la [parte 1 de Las niñas brillan](#)⁴, existen algunas consideraciones clave para el cierre inmediato de los grupos.

Es posible que los cuidadores se pregunten qué ocurrirá después cuando las sesiones se acercan a su fin. Se alienta a las cuidadoras a que se sigan reuniendo, tanto por solidaridad como para ofrecerse apoyo unas a otras; también deberían garantizar que las niñas sigan siendo el foco de sus acciones. Se alienta también a los cuidadores masculinos a que se reúnan; las niñas y las mujeres deben seguir siendo el foco de sus acciones y deben ofrecer un entorno propicio para que estas disfruten de sus derechos, así como defenderlos. Si los cuidadores están interesados en seguir reuniéndose, hay algunos aspectos que se deben tener en cuenta:

- **¿Los cuidadores han elaborado un plan?** Las últimas dos sesiones ayudan a preparar a los cuidadores para el cierre de los grupos y los ayudan a planificar en qué centrarán su tiempo, basándose en los comentarios de las niñas. Se alienta a los cuidadores a elaborar planes de acción viables que reflejen los cambios que las niñas desearían que se produjesen en la comunidad.
- **¿El facilitador cree que los cuidadores están listos para avanzar sin sus orientaciones? ¿Hay personas del grupo con actitudes y creencias perjudiciales?** El facilitador puede seguir reuniéndose con los cuidadores los mismos días y a la misma hora hasta que estos estén listos para avanzar sin su apoyo. El facilitador no debe involucrarse totalmente en las sesiones, sino simplemente estar presente si los cuidadores necesitan orientación, por ejemplo, el facilitador puede estar presente al inicio de la sesión y después marcharse.
- Puede que existan asociaciones rurales de préstamos y ahorros (VSLA) a las que se pueda remitir a los cuidadores, o que haya otras actividades en la comunidad de las que puedan beneficiarse.

Graduación de los cuidadores

Los cuidadores deben tener la oportunidad de celebrar su participación y finalización de las sesiones, y de demostrar a las niñas lo que han aprendido y cómo pretenden ayudarlas a avanzar. Existen algunos aspectos clave:

- ¿La graduación se celebrará durante la última sesión o en otra fecha?
- ¿Se invitará a alguien más a la graduación? ¿Niñas y cuidadores del otro grupo o miembros de la comunidad? En caso afirmativo, ¿se han definido y gestionado los riesgos de seguridad?
- ¿Está previsto que los cuidadores preparen algo antes de la graduación? Por ejemplo, ¿está previsto que pronuncien un discurso?
- ¿El equipo ha elaborado certificados para el grupo con antelación?
- ¿Se ha tenido en cuenta la accesibilidad y se han realizado adaptaciones para permitir el acceso?

4 Cierre de los grupos: <https://rescue.box.com/s/mdx2bd3mxzu1jln60z0o2bpj0v2p554x>



SESIONES PARA CUIDADORAS



SESIÓN I:

INTRODUCCIÓN AL PROGRAMA LAS NIÑAS BRILLAN

Objetivos de la sesión

En esta sesión, los facilitadores deben:

1. Fomentar la confianza con los cuidadores.
2. Presentar el programa de formación para cuidadores Las Niñas Brillan a los cuidadores.
3. Ayudar a los cuidadores a reflexionar sobre las esperanzas y los sueños que tienen para sus hijas.

Materiales:

- ☐ una pelota
- ☐ pegatinas
- ☐ recurso 1.1, tarjetas de activos
- ☐ pósitos
- ☐ bolígrafos
- ☐ cinta adhesiva
- ☐ papel de rotafolio
- ☐ rotuladores

Preparación:

- Se deberán imprimir y colgar en la pared o repartir en fichas los diagramas de órganos internos y externos y los recursos en materia de salud 4.2 y 4.3.
- Examine las orientaciones de los apéndices 1 y 2 correspondientes a la parte 3 del programa de formación para cuidadores Las Niñas Brillan para ayudar a los facilitadores en caso de que reciban respuestas negativas de los cuidadores.
- Imprima el recurso 1.1: tarjetas de activos.

Terminología: Consulte en el glosario (**apéndice A24**) el tipo de palabras con el que debe familiarizarse para todas las sesiones.

Nota para el facilitador: El transgenerismo o la intersexualidad pueden ser temas delicados; preste atención a las expresiones o emociones de los participantes e intente utilizar la terminología local que se utiliza para referirse a los órganos sexuales si es posible. A veces, incluso es adecuado preguntar a los participantes cómo se denominan estas partes, especialmente si se utilizan imágenes. Una vez hecho esto, se pueden utilizar estos nombres, aunque también se deben aclarar o mencionar los nombres biológicos.

Duración: Esta sesión dura entre 2 y 2,5 horas, pues es posible que los facilitadores tengan que realizar una breve presentación del programa y la organización más allá de lo que aquí se incluye.

Momento: Antes de iniciar el programa de formación sobre competencias para la vida de Las Niñas Brillan con las adolescentes o en paralelo a este.

Bienvenida y examen (15 minutos)

✓ **HAGA LO SIGUIENTE:** Dé a los cuidadores la bienvenida a la primera sesión del programa de formación para cuidadores Las Niñas Brillan.

✓ **HAGA LO SIGUIENTE:** Preséntese, presente su función y a su organización, y agradezca al grupo su asistencia y su disposición para participar.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

Nos hemos reunido por varios motivos:

- Durante el tiempo que pasemos juntos, hablaremos sobre una serie de temas que tratan asuntos relacionados con las mujeres y las niñas. Hablaremos sobre nuestras relaciones con las niñas. Compartiremos nuestras preocupaciones sobre seguridad; pensaremos en cómo crear un entorno seguro y abierto para las niñas; y practicaremos formas en las que podemos demostrar a las niñas que se las valora en el hogar y en la comunidad. Todos nosotros conocemos a niñas que participan en Las Niñas Brillan y pensaremos en ellas cuando hablemos sobre muchos temas.
- Debatiremos sobre el matrimonio de las niñas. Hablaremos sobre cómo se decide cuándo es el momento adecuado para que una niña se case; sobre lo que podemos hacer para apoyar a las niñas casadas; y sobre las ventajas e inconvenientes de retrasar el matrimonio.
- Es muy importante que el grupo sienta que se trata de un espacio compartido y cómodo para todos los participantes. Para ello, queremos que todos los miembros del grupo se comprometan a asistir a todas las sesiones.

✓ **HAGA LO SIGUIENTE:** Anime a los cuidadores a hablar sobre la persona que tienen al lado, a presentarse y a compartir cómo se sienten al participar en el grupo. Después, pida a los cuidadores que presenten a la persona que tienen al lado al grupo en general. Recuérdeles que no pasa nada si se olvidan de algo; la persona de al lado les puede ayudar.

✓ **HAGA LO SIGUIENTE:** Proporcione información sobre el espacio seguro y las actividades para las mujeres y las niñas que ofrece. Hágales saber que está disponible para responder a las preguntas que tengan después de la sesión todas las semanas y que, si las mujeres quieren hablar en privado, deben ponerse en contacto con usted (o un miembro del personal que pueda ayudarlas) después de la sesión.

Acuerdos grupales

✓ **HAGA LO SIGUIENTE:** Pida al grupo que sugiera algunos acuerdos y añada lo siguiente si no los mencionan:

1. Estamos de acuerdo en que el objetivo principal de estas sesiones es aprender cómo podemos apoyar a nuestras niñas y apoyarnos unos a otros. Aunque parte de la información que escuchamos o de los temas de los que hablamos pueden estar relacionados con todos nuestros hijos, nuestra prioridad en este caso es hablar sobre las adolescentes, especialmente aquellas que participan en el programa Las Niñas Brillan.
2. Las historias personales que se comparten en el grupo no deben compartirse fuera de él.
3. Las historias que se comparten con otras personas no deben desvelar su identidad ni compartirse fuera del grupo.
4. Respetamos y escuchamos a todos; no interrumpiremos ni hablaremos a la vez que otra persona.
5. Nos apoyamos y animamos mutuamente.
6. Tratamos a todas las personas de la misma forma.
7. Mantenemos una mente abierta.
8. No juzgaremos a los demás por las historias que comparten.
9. Acordamos reunirnos en la fecha y la hora establecidas. Después de la sesión 3, no se unirán miembros nuevos a este grupo.
10. Si alguien quiere revelar información sensible, es posible que sea mejor hacerlo en un espacio confidencial con el facilitador después de la sesión.

Análisis (20 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Para ayudarnos a conseguir el objetivo de apoyar a las niñas para que lleven una vida saludable y feliz y alcancen sus sueños, creemos que es fundamental contar con su participación, como importantes responsables de la toma de decisiones en la vida de las niñas.



HAGA LO SIGUIENTE:

- Explique a los cuidadores en cuántas sesiones le gustaría que participasen. Explique que los cuidadores deben comprometerse a participar en todas las sesiones posibles, puesto que en cada sesión se tratará un tema diferente y cada tema contiene información importante de la que los cuidadores pueden sacar provecho. Confirme cuál es su disponibilidad (semanal, mensual, etc.). Pregúnteles cuántas horas les gustaría reunirse en cada sesión.
- Explique que, si los cuidadores están interesados, los facilitadores pueden organizar una sesión mixta con los cuidadores masculinos al final del programa de formación. El motivo por el cual estas sesiones se celebran de manera independiente es que nuestras experiencias como mujeres y como hombres son diferentes en cuanto al cuidado, y queremos asegurarnos de que las sesiones son pertinentes para nuestra experiencia como mujeres.
- Proporcione a los cuidadores un breve resumen de las sesiones que prevé tratar con ellos:

Breve resumen de las sesiones

Sesión 1: Introducción al programa Las Niñas Brillan

Sesión 2: Homenaje a nuestra familia

Sesión 3: Mi experiencia como cuidador

Sesión 4: El desarrollo de las adolescentes (sesiones independientes para cuidadores de niñas casadas y solteras)

Sesión 5: El apoyo de las adolescentes (sesiones independientes para cuidadores de niñas casadas y solteras)

Sesión 6: El entorno familiar

Sesión 7: Análisis de nuestras relaciones con las adolescentes

Sesión 8: El poder en los hogares

Sesión 9: Crianza para la igualdad

Sesión 10: El matrimonio en nuestra comunidad (sesiones independientes para cuidadores de niñas casadas y solteras)

Sesión 11: La violencia que sufren las mujeres y las niñas

Sesión 12: El apoyo de las niñas que sufren violencia

Sesión 13: Nuestra visión con respecto a la familia

Sesión 14: El cambio empieza por nosotros

Sesión 15: El apoyo de las niñas de la comunidad

Sesión 16: Rumbo al cambio



HAGA LO SIGUIENTE: Pida a los cuidadores que reflexionen sobre los temas, cualquier cosa en la que estén especialmente interesados, etc.

Actividades (55 minutos)

Actividad 1: El apoyo de las niñas para el futuro (25 minutos)

✓ **HAGA LO SIGUIENTE:**

- Imprima los activos al final de esta sesión (o seleccione los activos más próximos a los que sean pertinentes desde el punto de vista del contexto).
 - En el papel de rotafolio, añada las edades comprendidas entre los 10 y los 19 años o realice dibujos de niñas, empezando desde una muy joven a una adolescente mayor. Uno por uno, lea los activos al grupo y pídasles que decidan a qué edad debería haber recibido una niña la información o las habilidades que se incluyen en la tarjeta. Deberán tomar una decisión en grupo (o por mayoría).
- [**CONTEXTUALIZACIÓN:** Si la *edad* no es una categoría que se emplee para determinar la madurez, cámbiela a las categorías pertinentes. Puede utilizar el estado civil de las niñas del grupo Las Niñas Brillan (por ejemplo, casada o soltera) o la discapacidad.]
- Cuando hayan terminado, pida a los cuidadores que observen el lugar en el que están colocados los activos: Si se da cuenta de que las tarjetas aparecen principalmente en la adolescencia tardía o después del matrimonio, etc., indíquelos. Pregunte los motivos por los que los cuidadores han tomado esas decisiones.
 - Si se da cuenta de que las tarjetas aparecen en la adolescencia temprana o antes del matrimonio, refuerce la idea de que sin duda es importante que las niñas reciban esta información lo antes posible para ayudarlas a garantizar su seguridad y bienestar.

? **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Cómo cree que ayuda esta información al futuro de una niña?

... **EXPLIQUE LO SIGUIENTE:**

- Tener acceso a este tipo de información puede ayudar a las niñas a protegerse de cualquier daño.
- Pueden aprender aspectos muy importantes que las ayudarán a tomar decisiones fundamentadas y que favorecerán su seguridad.
- Cuanto antes reciban la información, más útil les resultará.
- A través de Las Niñas Brillan, las niñas aprenderán muchos aspectos que les resultarán útiles en su vida cotidiana, incluida información sobre la salud reproductiva, sobre cómo comunicarse correctamente con sus cuidadores, sobre cómo mantenerse a salvo, sobre el matrimonio temprano y sobre el reconocimiento del valor de las niñas.
- Independientemente del estado civil, la capacidad o la edad, todas las niñas tienen derecho a recibir la misma información.

? **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Alguien tiene alguna pregunta o hay algo que les preocupe sobre el aprendizaje de las niñas?

* **NOTA:** Si su preocupación está relacionada con la información sobre la salud sexual y reproductiva de los adolescentes, intente comprender cuáles son sus preocupaciones y qué medidas creen que se deberían tomar para ayudar a que las niñas reciban esta información (por ejemplo, si se la proporciona la madre, si es científica o si no es muy detallada).

Actividad 2: Comprensión del sexo y el género (20 minutos)

... **EXPLIQUE LO SIGUIENTE:** Uno de los aspectos sobre los que hablaremos en muchas sesiones es la diferencia entre nuestras experiencias, en función de si somos mujeres, hombres, niñas o niños. Para que entendamos esto de manera más detallada, les quiero contar una historia:

CONTEXTUALIZACIÓN

-  **DIGA LO SIGUIENTE:** Fatima está casada con Salim y está embarazada. Salim y Fatima también tienen un bebé de un año. Algunos días, Fatima le da a su hijo leche materna.
-  **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Salim puede quedarse embarazado y amamantar a su hijo? ¿Por qué? (Porque no tiene los órganos necesarios para llevar un bebé en su cuerpo).
-  **DIGA LO SIGUIENTE:** Salim va a trabajar todos los días y vuelve a casa a las 7 de la tarde.
-  **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Puede trabajar también Fatima? (PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Por qué?)
-  **DIGA LO SIGUIENTE:** Fatima trabaja dos días a la semana. Cuando va a trabajar, un familiar cuida al bebé.
-  **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿El familiar es un hombre o una mujer? (Ambos pueden cuidar de un bebé).
-  **DIGA LO SIGUIENTE:** Fatima cocina la cena para la familia; su comida favorita es arroz con verduras.
-  **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Puede cocinar también Salim? (PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Por qué?)
-  **DIGA LO SIGUIENTE:** Salim cocina, sobre todo los días que Fatima trabaja. Salim prepara la cena porque Fatima lo hace los demás días.
-  **DIGA LO SIGUIENTE:** Con un niño pequeño en casa y dos cuidadores que trabajan, a veces se olvidan de las tareas domésticas. El fin de semana, a Fatima le gusta asegurarse de que las tareas se realicen.
-  **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Quién se puede encargar de las tareas domésticas?
-  **DIGA LO SIGUIENTE:** Fatima y Salim se dividen las tareas entre ellos. De esta manera, se tarda menos en hacerlas y es una división más justa del trabajo.
-  **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Se han dado cuenta de que había cosas que solo Fatima podía hacer y Salim no, y que había otras cosas que ambos podían hacer? ¿Cuáles eran?
-  **EXPLIQUE LO SIGUIENTE:** Las cosas que solo hombres y mujeres pueden hacer están relacionadas con su sexo, pero las que ambos pueden hacer están relacionadas con su género.
-  **HAGA LO SIGUIENTE:** Utilice los recursos sobre órganos internos y externos de Las Niñas Brillan si necesita ayuda para explicar este contenido. Puede colocar diagramas en la pared si le resultan útiles y compartírlas en fichas.
-  **EXPLIQUE LO SIGUIENTE:**
- El término **"sexo"** hace referencia al cuerpo físico y las diferencias biológicas que suele haber entre mujeres y hombres. La mayoría de las mujeres nacen con funciones y órganos corporales femeninos (como los senos, la vagina, el útero, la menstruación, etc.). La mayoría de los hombres nacen con funciones y órganos corporales masculinos (tienen pene, eyaculan, tienen espermatozoides, etc.).
 - El término **"género"** hace referencia a las expectativas familiares, sociales o comunitarias sobre las mujeres y los hombres. En la mayoría de los casos, esto no tiene que ver con los órganos corporales que tenemos, sino con los roles y comportamientos que la sociedad considera apropiados para las mujeres y los hombres. Por ejemplo, muchas mujeres pueden dar a luz por su sexo, pero la expectativa de que el rol de una mujer es criar a los niños y limpiar la casa tiene que ver con el género⁵. Utilizo la palabra expectativa porque muchas mujeres y niñas disfrutan criando a sus hijos y realizando tareas, pero, si deciden que no quieren hacerlo, igualmente se espera que lo hagan y, si no lo hacen o no

5 https://www.alignplatform.org/sites/default/files/2018-09/2-GCOC_GEN_Module_FA.pdf

pueden, la sociedad las juzgará. Por ello, su elección con respecto a los roles que desempeñan la decide la sociedad.

- Existen algunas personas que pueden ser objeto de burla o sentirse avergonzadas, especialmente cuando no se comportan de la forma en la que la sociedad espera que lo hagan según su género percibido. Por ejemplo, si un hombre llora, su comunidad puede decir que está actuando como una mujer, pues la sociedad ha decidido que ser sensible es algo que corresponde únicamente a las mujeres, aunque sea muy normal que un hombre llore. Otro ejemplo es que la sociedad espera que las niñas y las mujeres no tengan vello corporal y, si no se lo depilan, es posible que la sociedad se burle de ellas y les diga que parecen un hombre, aunque sea muy normal que las mujeres y las niñas tengan vello.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Han oído hablar sobre esto alguna vez o son ideas nuevas? ¿Qué opinan sobre la información presentada?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: A menudo se les dice a las mujeres y los hombres que deberían hacer ciertas cosas por su género percibido. Aprendemos que la sociedad espera que nos comportemos de manera diferente y desempeñemos determinados roles de género. Estas expectativas nos afectan a lo largo de nuestras vidas y derivan en un poder desigual entre mujeres y hombres. Podemos verlo si analizamos las posiciones que los hombres y las mujeres ocupan en la sociedad y quién controla la toma de decisiones. En ocasiones, el diferente valor que se asigna a las mujeres y a los hombres puede derivar en un diferente acceso a los derechos. Esto afecta a las mujeres y las niñas, especialmente a las que están divorciadas, las que tienen una discapacidad y las que experimentan otras situaciones complicadas debido a su condición económica o su nacionalidad. No obstante, las personas no deben recibir un trato diferente debido a estas cuestiones, y todos debemos tener acceso a los mismos derechos y oportunidades y sentirnos valorados en la comunidad.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Se les ocurre algún ejemplo de expectativas basadas en el género o los roles que se supone que una persona debe desempeñar por ser hombre o mujer?

***Intersexualidad:** hay bebés que nacen con cuerpos que son diferentes del cuerpo "femenino" o "masculino" común. Por ejemplo, pueden tener una combinación de genitales masculinos y femeninos. A estas personas las denominamos "intersexuales".

***Transgenerismo:** existen además algunas personas que no encajan en las ideas que tiene la sociedad de lo que es un hombre o una mujer. Tienen características combinadas de ambos sexos, por ejemplo, una persona que tiene pechos y también barba. Puede llevar ropa de mujer y tener voz de hombre. A estas personas se las denomina transgénero. Las personas transgénero también son aquellas personas que pueden tener la identidad de género de una niña o un niño desde su nacimiento, pero no se sienten cómodas con ella. Un niño puede sentir que estaría más cómodo como niña y al revés. O puede que esa persona decida que no quiere que se la etiquete como niña o niño. Son tan humanas como cualquier hombre o mujer y deben estar igualmente aceptadas en la sociedad.

Actividad 3: Nuestro círculo de sueños y esperanzas (10 minutos)



HAGA LO SIGUIENTE: Invite a los cuidadores a ponerse en círculo.



DIGA LO SIGUIENTE: Para llevar a cabo esta actividad, queremos que penséis en aquellas hijas que participan en Las Niñas Brillan en particular. Tengan en cuenta que cuando hablamos de hijas, también incluimos a las niñas que viven con cuidadores que pueden no ser sus padres biológicos.



DIGA LO SIGUIENTE: Voy a pasar la pelota a todas las personas del círculo, y cada persona contará al grupo qué le gustaría que aprendiese o consiguiese su hija o cuáles son sus esperanzas y sueños para ella.

 **NOTA:** Algunos cuidadores también pueden preguntar por sus hijos o niños más jóvenes. Admita que, por supuesto, los cuidadores también tienen esperanzas y sueños para sus otros hijos, pero a efectos de Las Niñas Brillan, nos centraremos únicamente en las adolescentes.

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Cómo se han sentido al compartir sus esperanzas y sueños para sus hijas o nueras?

 **NOTA:** Si alguna de las esperanzas o alguno de los sueños que mencionan los cuidadores están relacionados con los roles de género tradicionales, por ejemplo, encontrar un buen esposo al que cuidar, ser una buena madre, etc., admita su importancia, pero pregúnteles también si pueden pensar en deseos que tengan para sus hijas que no se basen en el género.

 **EXPLIQUE LO SIGUIENTE:** La adolescencia es un período de muchos cambios en la vida de una niña. Dado que se trata de un período de cambio, las niñas pueden estar asustadas o avergonzadas por lo que experimentan, pero este cambio es una parte normal y saludable del crecimiento. Lo que ocurre en su adolescencia influirá en su vida de mujer adulta. Queremos ser capaces de apoyar a los demás y dar a nuestras hijas la oportunidad de pasar a la edad adulta de manera saludable y segura. Puede que nos preocupemos más por las niñas que por los niños, y esto puede en ocasiones implicar que limitemos los movimientos y las oportunidades de las niñas a medida que crecen. Algunas niñas pueden enfrentarse a más restricciones que otras, por ejemplo, las niñas recién casadas, las niñas que están divorciadas, las niñas con discapacidad o las niñas que son madres primerizas. No obstante, debemos asegurarnos de que tengan el mismo acceso a espacios seguros, servicios y oportunidades que todos los niños y niñas.

En el caso de las niñas recién casadas, sabemos que se enfrentan a muchos desafíos: nuevas experiencias y el alejamiento de su familia biológica. Es posible que se espere que asuman nuevos roles y establezcan nuevas relaciones, y esto puede resultar aterrador y desconocido. Necesitan el apoyo de su familia biológica y su nueva familia para lidiar con esta situación.

Mensaje clave

 **DIGA LO SIGUIENTE:** Todos tenemos esperanzas y sueños para nuestras hijas; a veces, las esperanzas y los sueños de las niñas para sí mismas pueden ser diferentes a los que nosotros tenemos para ellas. Es importante hablar con nuestras hijas, escuchar sus deseos y que participen en las decisiones relacionadas con su vida.

Comprobación (5 minutos)

PREGUNTE a los cuidadores qué les ha parecido la sesión y si quieren que se realice algún cambio para la siguiente. (Es importante que reaccione ante los cambios sugeridos por los participantes y los incluya, así como que explique las razones por las que no es posible).

RECUERDE a los cuidadores que pueden dejar más valoraciones en la caja de comentarios y que usted estará disponible al final de la sesión para hablar con ellos si es necesario.

Conclusión (5 minutos)

 **DIGA LO SIGUIENTE:** Cada semana, terminaremos las sesiones con una actividad de conclusión. Esta es una pequeña tarea que realizarán por su cuenta o con su hija participante en Las Niñas Brillan. Algunas actividades pueden incluir un/a cuidador/a, pero esto solo debería realizarse si esta persona participa en Las Niñas Brillan.

En la conclusión de hoy, hablaremos con nuestra hija o nuera sobre lo que espera aprender en Las Niñas Brillan.

SESIÓN 2:

HOMENAJE A NUESTRA FAMILIA

Objetivos de la sesión

Al final de la sesión, los cuidadores:

1. Establecerán relaciones positivas con sus hijas o nueras.
2. Aprenderán a generar un entorno propicio para las niñas recién casadas.
3. Empezarán a cuestionar las ideas que tienen sobre las diferentes niñas.

Materiales:

- ☐ caja de comentarios
- ☐ papeles
- ☐ bolígrafos de colores
- ☐ recurso 2.1: historia de los Rafiki
- ☐ guijarros o pósits coloridos, suficientes para que cada participante tenga 5 o 6 (o más en función del tamaño de la familia)
- ☐ caja para colocar todos los guijarros o pósits

Preparación:

- Ilustraciones de los familiares para la historia de los Rafiki: recurso 2.1.

Terminología: El concepto de “homenaje a nuestra familia” puede hacer que los cuidadores piensen que necesitan dinero para ello. Explique que homenajear a su familia puede implicar simplemente mostrar agradecimiento, reconocer sus logros, pasar tiempo juntos en familia, etc.

Duración: 2 horas

Bienvenida y examen (5 minutos)

✓ **HAGA LO SIGUIENTE:** Dé la bienvenida a los cuidadores.

? **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Qué compartieron sus hijas o nueras acerca de las sesiones sobre competencias para la vida del programa Las Niñas Brillan?

Análisis (15 minutos)

☰ **DIGA LO SIGUIENTE:** Hoy vamos a hablar sobre nuestras familias y homenajearlas.

? **PREGUNTE LO SIGUIENTE:**

- Cuando piensan en sus “familias”, ¿qué piensan exactamente? (Tenga en cuenta si se menciona a las nueras).
- ¿Cuáles son algunas de las ideas que tenemos sobre lo que es o hace una familia?
- ¿La idea de familia cambia con el tiempo o sigue siendo la misma? ¿Qué cambia y qué sigue siendo igual? (Por ejemplo, las familias pueden cambiar cuando las personas se mudan, cuando sufren desplazamientos o crisis, cuando los niños crecen y los roles cambian, o cuando se unen nuevos miembros a la familia, como la familia política o los nietos).



DIGA LO SIGUIENTE: La familia de cada persona es diferente, pero algo que tenemos todos en común es que todos tenemos hijas o nueras que participan en Las Niñas Brillan. Cuando reflexionemos sobre nuestras ideas de familia, nos aseguraremos de incluir a estas niñas o jóvenes en nuestros debates y acciones.

Actividades (75 minutos)

Actividad 1: La historia de los Rafiki⁶ (35 minutos)



HAGA LO SIGUIENTE: Lea la siguiente historia a los participantes. Si es posible, utilice ilustraciones para los diferentes familiares (véase el recurso 2.1):

► Parte 1



DIGA LO SIGUIENTE: Mariam y Sayed, de la familia Rafiki, tienen cinco hijos: Yasmine, de 11 años; Asma, de 14; Adam, de 18; Selina, de 19; y Osman, de 22. Además, viven con su nuera (Dina) y la madre de Mariam (Amma).



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Se parece a su familia o las familias que conoce? ¿Cuáles son las similitudes y las diferencias?

► Parte 2



DIGA LO SIGUIENTE: Adam, que tiene 18 años, tiene una enfermedad de la vista, lo que implica que necesita un apoyo adicional. Tanto su trabajo como su centro de formación han mejorado sus espacios para que sean más accesibles para él, y Adam está teniendo un muy buen rendimiento.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Qué nos sugiere esta historia con respecto al valor de realizar adaptaciones que se ajusten mejor a las personas con discapacidad? (Al realizar adaptaciones, las personas con discapacidad pueden prosperar y beneficiarse como las personas que no tienen discapacidad).

► Parte 3



DIGA LO SIGUIENTE: Selina tiene 19 años y está divorciada. Se casó a los 16 años, lo que la llevó a un matrimonio complicado y a una tensa relación con su familia política. Ahora ha vuelto a casa para intentar comprender qué debe hacer a continuación.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Qué aprendió la familia sobre el matrimonio de Selina a una edad temprana? (Que era mejor esperar hasta que fuese mayor y más madura).

► Parte 4



DIGA LO SIGUIENTE: Osman tiene 22 años y se acaba de casar con Dina, que tiene 21. Dina terminó su educación, tiene mucha información sobre las consecuencias de casarse a una edad temprana y decidió esperar al momento oportuno. Sus padres apoyaron su decisión de esperar. Cuando Dina se unió a la familia, sintieron que habían ganado una hija, no solo una nuera.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cuál es la diferencia entre la historia de la parte 3 y la de la parte 4?



DIGA LO SIGUIENTE: Esta historia demuestra que contraer matrimonio a una edad superior puede derivar en un entorno marital más sano.

⁶ Inspirada en el programa de formación sobre seguridad en el hogar de International Rescue Committee (IRC).

Actividad 2: Aspectos positivos que aportamos a nuestra familia (40 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Ahora que hemos oído la historia de los Rafiki; pensemos en nuestras propias familias.



HAGA LO SIGUIENTE:

- Pregunte a cada participante cuántos miembros hay en su familia. Por cada familiar que tengan, proporciónese un guijarro o un pósito. No es necesario establecer nombres prescriptivos sobre las personas que deben incluir, pero las adolescentes de su programa deberían estar incluidas.
- Pídale que asigne a cada familiar un guijarro.
- A continuación, deben pensar en los aspectos positivos (fortaleza, apoyo o felicidad) que aportan a cada una de esas personas de su familia y lo que esas personas aportan a la familia.
- Cuando hayan terminado, pida a todos que se acerquen por turnos a la caja colocada en la parte delantera de la sala.
- Pídale que comparten con el grupo los aspectos positivos que hayan pensado sobre su hija.
- Por ejemplo, pueden decir: “Este guijarro representa a mi hija. El aspecto positivo que le aporte es apoyo para asistir a la escuela. El aspecto positivo que ella aporta a la familia es su sentido del humor”.
- A continuación, pueden colocar todos los guijarras en la caja.



*Para asegurarse de incluir a todas las personas, utilice un método accesible para todas ellas.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Esta actividad nos ha ayudado a pensar en las fortalezas de nuestra familia. Hemos analizado lo que cada miembro aporta a la familia en su conjunto. Además, nos ha ayudado a analizar nuestras aportaciones a cada miembro de nuestra familia y la familia en su conjunto. Cuando la situación es complicada, podemos utilizar esta actividad para recordar lo especial e importante que es nuestra familia para nosotros, y que, incluso en períodos difíciles, nos tenemos los unos a los otros como fuente de apoyo.

Mensajes clave



DIGA LO SIGUIENTE:

- El reconocimiento y el establecimiento de relaciones positivas con las niñas de nuestra familia creará un entorno más feliz y propicio.
- En el caso de las niñas recién casadas, el apoyo por parte de su familia política y sus padres puede resultar de gran ayuda para lidiar con un nuevo entorno.
- En ocasiones, la comunidad puede estigmatizar a grupos de personas específicos, incluidas aquellas con discapacidad, las niñas divorciadas o las mujeres que nunca han estado casadas. Sin embargo, podemos asegurarnos de que estas niñas en particular se sientan apoyadas en su hogar y no más aisladas o rechazadas.
- Todas las personas tienen derecho a ser tratadas con igualdad y dignidad.

Comprobación (5 minutos)

PREGUNTE a los cuidadores qué les ha parecido la sesión y si quieren que se realice algún cambio para la siguiente. (Es importante que reaccione ante los cambios sugeridos por los participantes y los incluya, así como que explique las razones por las que no es posible).

RECUERDE a los cuidadores que pueden dejar más valoraciones en la caja de comentarios y que usted estará disponible al final de la sesión para hablar con ellos si es necesario.

Conclusión (5 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Traten de ser conscientes de un momento que aprecien con su familia en general, pero también más específicamente con sus hijas (en especial, las que participan en Las Niñas Brillan) en la próxima semana. Podemos compartir nuestras experiencias en la próxima sesión.

SESIÓN 3:

MI EXPERIENCIA COMO CUIDADOR

Objetivos de la sesión:

Al final de la sesión, los cuidadores:

1. Reflexionarán sobre su experiencia en el cuidado, especialmente en relación con las niñas, y sobre cómo esta se ha visto determinada por factores internos y externos.
2. Empezarán a valorar a las niñas tanto como a los niños o continuarán haciéndolo y empezarán a asociar el valor de una niña con algo más que únicamente la procreación y el hecho de ser una buena esposa.

Materiales:

- ☐ papel
- ☐ bolígrafos de colores
- ☐ papel de rotafolio
- ☐ rotuladores
- ☐ pósitos

Nota para el facilitador:

- Esta sesión puede ser delicada y mencionar las experiencias pasadas de las mujeres. Asegúrese de recordarles los “acuerdos grupales” (sesión 1) y de comprobar si desean añadir más acuerdos grupales para esta sesión.
- Prepárese con información sobre los servicios a los que pueden acceder las mujeres si necesitan un apoyo adicional.
- Esta sesión puede generar mucho debate, y puede que no sea posible tratar todos los contenidos, pero no pasa nada. Si los cuidadores quieren utilizar el tiempo para debatir un tema particular, puede tratar el resto del contenido en otra sesión o dejar que los cuidadores decidan si desean continuar con el resto del contenido o con un tema en particular.

Duración: 2 horas

Bienvenida y examen (10 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿A quién le gustaría compartir algún momento que haya apreciado con sus hijas o nueras de la conclusión de la semana pasada?



DIGA LO SIGUIENTE: Hoy vamos a hablar más sobre nuestras propias experiencias como cuidadores y sobre el hecho de que estas puedan ser diferentes a las experiencias de los hombres.

Análisis (20 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Puede alguien pensar en las diferencias que hay entre nuestras experiencias como mujeres, que criamos y cuidamos de nuestros hijos y realizamos las tareas domésticas, y las de los hombres?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Dentro de la familia, es posible que las mujeres, las niñas, los niños y los hombres tengan responsabilidades distintas. A continuación, se citan algunos ejemplos de situaciones.

CONTEXTUALIZACIÓN (esta debe basarse en la estructura familiar de los cuidadores con los que trabaja):

1. Hay un/a cuidador/a que cuida a los niños en casa, mientras que el/la otro/a cuidador/a va a trabajar.
2. Ambos cuidadores trabajan y comparten las responsabilidades de cuidado.
3. Se espera que uno de los cuidadores desempeñe las responsabilidades de cuidado y obtenga unos ingresos, mientras que el otro cuidador solo es responsable de obtener unos ingresos.
4. Solo hay un/a cuidador/a presente, y se espera que los niños (especialmente las adolescentes) asuman responsabilidades adicionales.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Qué situaciones les resultan familiares?
- ¿Hay alguna situación que no se mencione aquí, pero que sea común en nuestra comunidad?
- Si ambos cuidadores trabajan, ¿quién creen que debería responsabilizarse del cuidado? ¿En qué se diferencia esto de quién lo hace realmente?
- Si solo existe un/a cuidador/a y los niños deben asumir responsabilidades adicionales, ¿se espera que las niñas asuman más responsabilidades que los niños?



NOTA: Las mujeres pueden decir que el rol de un hombre no es ayudar con las responsabilidades domésticas. Los facilitadores deben preguntar por qué las mujeres piensan de esta manera y si, en algunos casos, podría resultar de ayuda que los hombres ayudasen en estas tareas.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- En ocasiones, la sociedad puede imponer diferentes expectativas o limitaciones con respecto a los roles que desempeñan las mujeres, las niñas, los niños y los hombres dentro y fuera del hogar. Estas actúan como un conjunto de reglas que ponen límites a una persona: límites sobre su comportamiento o sus actos y sobre sus posibles logros.
- En algunos casos, las mujeres y los hombres experimentan un cambio en sus roles. Por ejemplo, es posible que una mujer deba ser el principal sostén de la familia en casos en los que normalmente se consideraba un rol propio de un hombre. Sin embargo, aunque las responsabilidades de las mujeres pueden aumentar, en ocasiones no se les ofrece apoyo con las que ya tenían. Aunque algunas mujeres pueden ser capaces de negociar las responsabilidades con sus parejas, algunas no pueden porque tienen un poder limitado de toma de decisiones en el hogar.
- Dada la experiencia de las mujeres en esta situación, es posible que estas expectativas se transfieran más adelante a las adolescentes, o que se espere que las niñas asuman cargas adicionales que heredan sus madres.

Actividades (60 minutos)

Actividad 1: Actuar como una mujer o como un hombre⁷ (40 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Vamos a realizar una actividad que nos ayudará a comprender con mayor detalle las expectativas que la sociedad tiene con respecto a las mujeres y los hombres y cómo esto puede afectarnos como cuidadores.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Quién nos puede recordar la diferencia entre “sexo” y “género”, de la que hablamos en la primera sesión?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: El término “sexo” hace referencia al cuerpo físico y las diferencias biológicas entre mujeres y hombres. El término “género” hace referencia a la condición social, las oportunidades y las restricciones a las que se enfrentan las niñas, las mujeres, los niños y los hombres.

✓ **HAGA LO SIGUIENTE:**

- Dibuje dos cuadros en el rotafolio; denomínelos “Cuadros de Género”; ponga a uno el título de “Hombres” y al otro el de “Mujeres”.
- Los participantes estarán colocados en círculo y se les pedirá que imiten una tarea o actividad de la vida cotidiana.
- Las demás personas del círculo adivinarán la tarea o actividad e indicarán si normalmente la realizan los hombres o las mujeres.
- El facilitador anota cada tarea o actividad en los pósts y añade el póst al rotafolio en los cuadros correspondientes a las mujeres y a los hombres según las sugerencias de los participantes.
- Cuando todos hayan tenido su turno, invite a las personas a continuar de forma aleatoria si tienen una idea.
- Asegúrese de que la “lactancia” y la “higiene de los niños” estén incluidas en los roles.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Queremos añadir algo a las tareas del cuadro? ¿Cómo aprenden los hombres y las mujeres estos roles? (Para ayudar a los participantes a pensar sobre la manera en la que los hombres y las mujeres aprenden estos roles más concretamente, formule las siguientes preguntas:)

- ¿Qué ropa se supone que deben llevar las mujeres y las niñas? ¿Y los hombres y los niños?
- ¿Cómo se supone que deben actuar las mujeres en una relación o un matrimonio? ¿Y los hombres?
- ¿Qué tipo de tareas realizan las mujeres y las niñas en el hogar o la comunidad? ¿Y los hombres y los niños?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Existen expectativas por parte de la sociedad sobre cómo deben ser las mujeres y las niñas, cómo deben actuar, cómo deben sentir y qué deben decir. Muchas personas diferentes, la comunidad y las experiencias nos las enseñan desde el momento en el que nacemos.



HAGA LO SIGUIENTE: Facilite el debate basándose en las preguntas que figuran a continuación.

1. Las ideas sobre lo que significa ser una mujer que se muestran en el rotafolio, ¿son útiles o perjudiciales para las mujeres y las niñas?



NOTA: Haga hincapié en que las mujeres y las niñas pueden disfrutar y sentirse orgullosas de algunas de las características que se enumeran (cocinar, cuidar, etc.) y pueden verse limitadas o perjudicadas por otras (ser sumisas, pasivas, etc.). No obstante, estas ideas son perjudiciales porque no permiten que las personas se expresen ni que expresen sus emociones plenamente. Por ejemplo, resulta perjudicial para las mujeres sentir que no pueden ser independientes, inteligentes ni asertivas.

2. ¿Qué sucede a las mujeres y las niñas que van más allá de los límites establecidos en el cuadro de las mujeres, es decir, la lista de características que se determina que corresponden a las mujeres? (Por ejemplo, pueden sufrir burla, violaciones, golpes y rechazo por parte de la comunidad).
3. ¿Cómo hace sentir esto a las mujeres y las niñas?
4. ¿Qué actitudes adoptamos hacia las niñas en particular? ¿Cómo influyen estas en las formas en las que las tratamos?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Se nos enseña a pensar en que existe una forma correcta e incorrecta de ser una mujer o una niña. Las familias y comunidades enseñan a las mujeres a pensar en ellas mismas de estas formas. Estos mensajes empiezan el día que nacemos y continúan a lo largo de todas nuestras vidas. Estas ideas controlan y restringen la vida de las mujeres y las niñas, les imponen normas que deben cumplir y las consecuencias de no seguirlas son peligrosas. Como mujeres, podemos empoderar a nuestras hijas para que alcancen todo su potencial ayudándolas a lograr sus objetivos.

Actividad 2: Visión para el futuro (20 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Hemos hablado sobre el hecho de que algunas de las normas que se imponen a las mujeres, las niñas, los niños y los hombres pueden ser perjudiciales, aunque también comprendemos que podemos valorar algunas de ellas. Ahora quiero que piensen en su propia experiencia cuando se hacían mayores.

 PREGUNTE LO SIGUIENTE:

En el caso de los cuidadores de niñas solteras	En el caso de los cuidadores o la familia política de niñas casadas
• Cuando eran adolescentes, con una edad similar a la de sus hijas, ¿qué aspectos les influyeron? • ¿Qué personas les influyeron?	• ¿Cómo se sintieron cuando se casaron por primera vez? ¿Cuáles eran sus expectativas o miedos?

 **HAGA LO SIGUIENTE:** Proporcione a las cuidadoras papel y lápices de colores y explique que van a dibujarse a sí mismas cuando eran niñas.

 **NOTA:** Esta actividad puede resultar motivadora. No obligue a las cuidadoras a dibujarse si no quieren. Pídale que piensen en una forma en la que les gustaría participar en la actividad que les haga sentirse cómodas, por ejemplo, cerrar los ojos e imaginarse, escribir una historia, etc.

 **DIGA LO SIGUIENTE:** Cuando estén dibujándose o imaginándose, quiero que piensen lo siguiente:

- ¿Cuáles eran sus sueños y aspiraciones cuando tenían una edad similar a la de sus hijas?
- ¿Quiénes fueron algunas de las personas que tomaron decisiones en su vida a esta edad?
- ¿Hubo alguien que los animase a seguir sus sueños o que los ayudase a alcanzar sus objetivos?
- ¿Hubo alguien o algo que les podría haber proporcionado apoyo y ánimo y que habría marcado la diferencia?

 **HAGA LO SIGUIENTE:** Cuando hayan terminado, pregunte si una o dos personas voluntarias quieren compartir sus dibujos o sus reflexiones con el grupo.

 **DIGA LO SIGUIENTE:** Me gustaría recordarles algo: compartan únicamente aquello que se sientan cómodos y seguros de compartir en nuestro grupo.

 **DIGA LO SIGUIENTE:** Ahora quiero que se tomen unos minutos para pensar en sus propias hijas o nueras que participan en Las Niñas Brillan.

- ¿Saben cuáles son sus objetivos y aspiraciones?
- ¿Creen que es probable que se encuentren obstáculos para alcanzarlos?
- ¿Quién y cuáles son esos obstáculos?

 **NOTA:** Déjeles unos minutos para pensar.

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Qué podemos hacer para apoyarlas? (Admita que algunas cosas pueden estar fuera de nuestro control).

Entre los ejemplos se incluyen:

- Tomarse un tiempo para escuchar a las niñas.
- Animarlas a ir más allá de lo que indican los Cuadros de Género.
- No ridiculizarlas si muestran interés por algo que normalmente se considera que corresponde al rol de un niño.
- Animar a las niñas con discapacidad a participar en actividades que les interesen.
- Ayudar a las nueras a adaptarse a su nuevo entorno.
- Ser comprensivos y animar a las niñas divorciadas a continuar viviendo felices.

Mensaje clave



DIGA LO SIGUIENTE: La sociedad establece expectativas sobre cómo deben ser las mujeres y las niñas, cómo deben actuar, cómo deben sentir y qué deben decir. Muchas personas diferentes, la comunidad y las experiencias nos las enseñan desde el momento en el que nacemos. En ocasiones, puede resultar complicado e incluso inseguro desafiarlas, pero tenemos el poder de dar pequeños pasos en nuestros hogares en la manera en la que tratamos a las niñas y los niños. Y estos pequeños pasos pueden marcar la diferencia.

Comprobación (5 minutos)

PREGUNTE a los cuidadores qué les ha parecido la sesión y si quieren que se realice algún cambio para la siguiente. (Es importante que reaccione ante los cambios sugeridos por las niñas, así como que explique las razones por las que no son posibles).

RECUERDE a los cuidadores que pueden dejar valoraciones en la caja de comentarios y que usted estará disponible al final de la sesión para hablar con ellos si es necesario.

Conclusión (5 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Hablen con sus hijas o sus nueras sobre las esperanzas que tienen para ella y pregúntenles cuáles son las suyas propias. Después, compartan una historia con sus hijas sobre cómo fue su crecimiento y sobre lo que era importante para ustedes cuando tenían su edad.



NOTA PARA LOS FACILITADORES: PARA LA SIGUIENTE SESIÓN

- Puede invitar a un profesional de la salud a la sesión o reunirse con su supervisor antes de esta, para sentirse capacitado para impartir el contenido.
- Prepárese para la sesión con antelación para garantizar que ha identificado, tratado y simplificado la terminología de acuerdo con el contexto.
- Lea el **apéndice A12** de la parte 1 de Las Niñas Brillan y familiarícese con las preguntas frecuentes.
- Si dispone de fondos, considere la posibilidad de adquirir un modelo médico del aparato reproductor femenino para facilitar la demostración.
- Adquiera kits de higiene femenina u obténgalos de las existencias como parte de la preparación para la sesión y, después, entréguelos a las mujeres de la sesión.

SESIÓN 4:

EL DESARROLLO DE LAS ADOLESCENTES⁸

(Cuidadores de niñas solteras)

Objetivos de la sesión:

Al final de la sesión, los cuidadores:

1. Obtendrán información sobre los cambios físicos y emocionales que atraviesan las niñas durante la adolescencia.
2. Aprenderán a favorecer el bienestar físico y emocional de las niñas durante este período.
3. Ayudarán a las niñas a recibir información sobre salud sexual y reproductiva y serán capaces de proporcionarles información básica sobre este tema.

Materiales:

- ☐ papel de rotafolio
- ☐ rotuladores
- ☐ recursos 4.1 a 4.4
- ☐ impresión en tamaño grande del recurso 4.1: la escala de Tanner o fichas para grupos más pequeños

Preparación:

- Puede considerar la posibilidad de invitar a un profesional de la salud que haya recibido formación sobre los conceptos básicos relativos a la violencia de género y sobre la atención clínica de las personas supervivientes de una agresión sexual, con el fin de favorecer la celebración de estas sesiones para explicar con claridad el desarrollo adolescente, incluidas las terminologías, o invitar a un profesional sanitario durante la formación de facilitadores para celebrar esta sesión.
- Contextualice los mitos sobre la menstruación. Hágalo en colaboración y en consulta con su especialista o asesor técnico.
- Si dispone de fondos, considere la posibilidad de adquirir un modelo médico del aparato reproductor femenino para facilitar la demostración.
- Adquiera kits de higiene femenina u obténgalos de las existencias como parte de la preparación para la sesión y, después, entréguelos a las mujeres de la sesión.

Nota para el facilitador:

- Es posible que los facilitadores encuentren cierta reticencia por parte de los cuidadores al intentar animarlos a comunicar a las niñas la información sobre salud sexual y reproductiva de los adolescentes.
- Es importante que los facilitadores consulten el **apéndice A12** de la parte 1 de Las Niñas Brillan sobre la presentación de temas relacionados con esta cuestión a los cuidadores antes de la sesión como parte de su preparación para facilitadores.

Duración: Esta sesión podría durar 2,5 horas; si los cuidadores no pueden quedarse tanto tiempo, puede dividir la sesión en dos.

Momento: Antes de iniciar el módulo sobre higiene y salud del programa de formación sobre competencias para la vida de Las Niñas Brillan.

Esta sesión puede generar mucho debate, y puede que no sea posible tratar todos los contenidos, pero no pasa nada. Si los cuidadores quieren utilizar el tiempo para debatir un tema particular, puede tratar el resto del contenido en otra sesión o dejar que los cuidadores decidan si desean continuar con el resto del contenido o con un tema en particular.

Bienvenida y examen (10 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Han hablado con sus hijas sobre las esperanzas que tienen para ellas y les han preguntado cuáles son las suyas propias? ¿Alguien quiere compartir su experiencia?



DIGA LO SIGUIENTE:

- Hoy vamos a hablar sobre los cambios sociales, físicos y emocionales que experimentan las niñas durante la adolescencia. Esta es una etapa que atraviesan las niñas y los niños entre los 10 y los 19 años.
- Es una época de grandes cambios y oportunidades. Asimismo, puede generar confusión si las niñas y los niños no reciben el apoyo adecuado para comprender los cambios que están experimentando.
- Cuando las niñas llegan a la pubertad, la sociedad suele percibirlas como “adultas”, y se espera que desempeñen ciertos roles y responsabilidades para los que pueden no estar preparadas porque aún se están desarrollando y creciendo. Es posible que se espere que se casen o que se les restrinja la posibilidad de ir a la escuela, pasar tiempo con los amigos y acceder a oportunidades.
- Algunos de nosotros podemos sentirnos incómodos o raros hablando sobre este tema. Esa reacción es normal. Normalmente, no solemos hablar sobre estas cuestiones en grupos grandes. No obstante, al conocer este proceso tan normal aquí en un espacio seguro, les resultará más cómodo hablar sobre los cambios con sus niñas y niños adolescentes.

Análisis (25 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Qué entienden por el término “pubertad”?



DIGA LO SIGUIENTE: La pubertad es un proceso de cambio hormonal y físico mediante el cual un niño o una niña adquiere la capacidad para reproducirse. Normalmente, dura entre uno y tres años. Se produce durante el período de la adolescencia, cuando las niñas y los niños atraviesan un crecimiento social y emocional, y este dura de los 10 a los 19 años.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Qué experiencias tuvieron durante la pubertad, tanto físicas como emocionales?
- ¿Qué restricciones o cambios experimentaron en sus roles y responsabilidades cotidianas?



HAGA LO SIGUIENTE: Utilice una impresión en tamaño grande de la escala de Tanner⁹ (recurso 4.1) para mostrar las diferentes etapas de la adolescencia.



HAGA LO SIGUIENTE: Pida a los participantes que se acerquen al cartel (o reparta fichas para grupos más pequeños).



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- Las adolescentes, al igual que los niños, sufren diferentes cambios físicos y emocionales. Estos cambios pueden deberse a la presencia de mensajeros químicos en sus cuerpos, que se denominan hormonas. Estas hormonas afectan a nuestro estado de ánimo, nuestros gustos y aversiones, así como a nuestro crecimiento y nuestro desarrollo en los planos físico y mental.
- En la adolescencia temprana (de los 10 a los 14 años), las niñas, al igual que los niños, adquieren habilidades mejoradas para expresarse y establecer relaciones cercanas, mientras que prestan menos atención a sus cuidadores. Las niñas también pueden empezar a desarrollar senos o comenzar a menstruar y es posible que les crezca vello púbico. Es posible que a los niños se les vuelva la voz más grave.

 **NOTA:** Muestre ejemplos de ello con la escala de Tanner.

- A medida que las niñas crecen en la adolescencia tardía (de los 15 a los 19 años), al igual que los niños, quieren más independencia, prestan más atención a su aspecto (porque su cuerpo está cambiando) y tienen cada vez más capacidad para procesar ideas y expresarlas con palabras. Es posible que comiencen a mostrar interés por las personas del sexo opuesto o del mismo sexo*. Las niñas y los niños pueden seguir desarrollándose físicamente durante la adolescencia tardía, mientras que el desarrollo mental continuará hasta la edad adulta.
- Estos cambios en la adolescencia afectan a todos los niños y niñas del mundo. Existen diferencias en la edad a la que esto ocurre y en cómo se desarrollan (por ejemplo, las niñas y los niños pueden tener formas y tamaños diferentes).
- Dado que las personas se desarrollan a diferentes ritmos, no existe ninguna respuesta correcta o incorrecta con respecto al momento en el que una niña debería empezar a menstruar. Normalmente, esto ocurre aproximadamente dos años después de que aparezcan los primeros signos de la pubertad. Los primeros signos suelen ser el comienzo del desarrollo de los senos y el crecimiento del vello púbico. Si las niñas no han desarrollado ningún signo de pubertad a los 14 años, es conveniente acudir a un profesional de la salud y, si las niñas no han empezado a menstruar a los 16 años, también deberían pedir consejo a un profesional de la salud. Es probable que a las niñas se les diga que esperen, ya que en muchos casos la menstruación empieza de forma natural a los 18 años¹⁰.

***Orientación sexual e identidad de género:**

En esta etapa de la vida, los adolescentes empiezan a explorar sus identidades, y esto abarca muchos aspectos diferentes de sus vidas. También puede incluir la comprensión de por quién se sienten atraídos, ya sean personas del sexo opuesto, del mismo sexo o de ambos.

En la primera sesión, hablamos sobre las personas transgénero. Una vez más, como los adolescentes están explorando su identidad, esto puede incluir también la exploración de su identidad de género. Esto implica que su identidad de género puede ser la misma que la del sexo asignado al nacer, por ejemplo, las mujeres que se identifican como mujeres, o puede ser diferente, como en el caso de las personas transgénero.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Se parece en algo a sus propias experiencias?
- ¿Qué otros acontecimientos pueden haberse producido en su vida en ese momento que hayan influido en su crecimiento o desarrollo?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Las adolescentes pueden compartir cambios físicos y emocionales comunes, pero sus experiencias, entornos y ambientes también desempeñan un papel importante en la forma en que se producen estos cambios, lo que hace que la experiencia de cada una sea única, a pesar de algunas de las similitudes que hemos mencionado. Las adolescentes con diferentes experiencias vitales se desarrollarán y crecerán a diferentes edades debido a estos factores. Por ejemplo, una niña que tenga 13 años puede tener una discapacidad y asistir a sesiones de concienciación que desarrollen sus conocimientos y capacidades para la resolución de problemas y la gestión de sus emociones. Además, existen diferentes factores (como el desplazamiento, la guerra, etc.) que pueden contribuir al desarrollo o la limitación de las capacidades de las niñas.

***Masturbación:** Las hormonas que provocan que una persona atraviese la pubertad también provocan nuevos sentimientos y deseos sexuales o los aumentan. Esto puede hacer que alguien desarrolle nuevos sentimientos románticos hacia otras personas.

Estas hormonas pueden hacer que algunas personas opten por tocarse los genitales por placer, lo que se denomina masturbación. La masturbación no puede perjudicar a una persona físicamente y es una decisión personal.

10 Existen algunos trastornos genéticos raros —por ejemplo, el síndrome de Kallman y el síndrome de Klinefelter— que pueden impedir los cambios corporales de la adolescencia o la pubertad. Estos trastornos se pueden tratar con apoyo médico. Además, puede haber otros motivos médicos por los que los cambios corporales de la pubertad o la adolescencia se retrasen, de modo que hablen con sus hijas para comprobar si les gustaría recibir asesoramiento médico si esto les preocupa.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: Durante su propia adolescencia, ¿qué tipo de información les habría resultado útil?



DIGA LO SIGUIENTE: Ofrecer apoyo a las niñas proporcionándoles información o ayudándolas a tener acceso a ella durante esta etapa las puede ayudar a estar mejor informadas y preparadas para los cambios que atraviesan.

Actividades (1 hora y 15 minutos)

Actividad 1: Conversación sobre la menstruación (30 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Un momento decisivo de la adolescencia es aquel en el que las niñas empiezan a menstruar. En pequeños grupos, vamos a debatir lo que este momento significa para las mujeres y las niñas de esta comunidad.



HAGA LO SIGUIENTE: Pida a los cuidadores que trabajen en pequeños grupos y que piensen en las siguientes preguntas:

- ¿Es normal hablar sobre la menstruación con las niñas? ¿Por qué?
- ¿Cuáles son algunas de las dificultades que surgen al hablar de la menstruación?
- ¿Qué podemos hacer para que sea más fácil mantener esta conversación con las niñas?



NOTA: Entre las posibles respuestas, se encuentran las siguientes: Ofrezca a los cuidadores información basada en hechos, pida al personal formado o a los mentores que proporcionen información, empiece a hablar sobre temas más sencillos como los cambios emocionales y, después, continúe con información que puede ser más delicada. Puede AÑADIR estos temas si no se han mencionado y en el contexto adecuado.



HAGA LO SIGUIENTE: Cuando hayan terminado de hablar, pídales que compartan sus reflexiones con el resto del grupo.



NOTA: Es importante realizar anotaciones y un seguimiento de las sugerencias que los cuidadores tengan para facilitar este debate.



DIGA LO SIGUIENTE: La menstruación es una parte normal y sana de ser mujer o niña. Si se les proporciona el apoyo y la información adecuados, también puede resultar muy fácil de gestionar y completamente posible continuar con su vida cotidiana normal como lo hacen cuando no menstrúan. No obstante, puede generar dificultades cuando las mujeres y las niñas no tienen acceso a productos sanitarios ni formas de gestionar los síntomas de la menstruación. Es importante comprobar cómo se encuentran para ver si pueden hacer algo para facilitarles el acceso a la información y los suministros.

Actividad 2: Mitos y realidades sobre la menstruación (45 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE:

- Es posible que la menstruación parezca algo sencillo, pero ¿recuerdan cuando era algo nuevo y desconocido? En ocasiones, puede resultar complicado tener acceso a información práctica sobre la menstruación. Por ello, es importante conocer las realidades y los mitos (o la información incorrecta).
- Vamos a jugar a un juego sobre algunos mitos habituales sobre el período que pueden desmontar para las niñas.
- Voy a leer algunos enunciados sobre la menstruación.
- Levántense si creen que el enunciado es cierto. Permanezcan sentados si creen que el enunciado es un mito.



NOTA: Una actividad alternativa si los cuidadores no pueden o no se sienten cómodos levantándose y sentándose es la siguiente: Proporcione a los cuidadores dos carteles; una cruz "x" y una marca de verificación "✓". Pídales que levanten el signo que refleje su opinión.



HAGA LO SIGUIENTE:

- Lea los enunciados que figuran a continuación uno por uno.
- Recoja algunas respuestas de los cuidadores sobre su elección y luego explique la respuesta correcta después de cada enunciado.
- Facilite el debate después de cada una según sea necesario.

CONTEXTUALIZACIÓN (Incluya los mitos pertinentes a nivel local o pida a los cuidadores que compartan algunos de los que han oído):

1. El sangrado durante el período es la descarga de "sangre mala y sucia" del cuerpo. (Falso)
2. Durante la menstruación, las niñas pueden seguir practicando sus actividades cotidianas con normalidad. (Verdadero)
3. Cuando las niñas empiezan a menstruar, pueden quedarse embarazadas. (Verdadero)
4. Que puedan quedarse embarazadas no significa que los cuerpos de las niñas estén preparados para el embarazo. (Verdadero)
5. Cuando una niña empieza a menstruar, debe contraer matrimonio. (Falso)



NOTA: En algunos contextos, es posible que deba **añadir** lo siguiente:]



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Puede que las niñas digan que no están limpias cuando tienen el período porque, en el islam, una niña no puede rezar si tiene el período y se considera "impura". La "pureza" es un término religioso que se utiliza cuando se considera que los hombres y las mujeres están "física y espiritualmente preparados" para llevar a cabo ciertos deberes o rituales religiosos, mientras que el término "limpieza" está relacionado con la higiene. Aclare la diferencia entre "pureza" y "limpieza".



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Existe una diferencia entre "pureza" y "limpieza". Si la religión considera que una niña no es "pura" cuando tiene el período y que no puede llevar a cabo ciertas prácticas, esto no significa que esté sucia. La "limpieza" está relacionada con la higiene. Cuando las niñas tienen el período, no están sucias.



HAGA LO SIGUIENTE: Utilice el cartel sobre los órganos internos y el ciclo menstrual o el modelo de anatomía médica (si dispone de uno) para señalar los diferentes órganos y explicar lo siguiente a los cuidadores:



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- Todos los meses, uno de los óvulos abandona uno de los ovarios y se desplaza a través de la trompa de Falopio. El momento en el que el óvulo abandona el ovario se denomina ovulación. Cada persona sangra en días diferentes en función de si su ciclo es largo o corto.
- Al mismo tiempo, los cambios en las hormonas de nuestro cuerpo (sustancias químicas naturales que produce nuestro cuerpo) preparan el útero (la parte en la que se desarrollan los bebés dentro de nuestro cuerpo) para el embarazo. En el útero se forma un revestimiento blando y esponjoso.
- Si un óvulo y un espermatozoide de un varón se unen para formar un bebé, el revestimiento le proporcionará nutrición. Si el espermatozoide de un varón no fecunda el óvulo (a raíz de una relación sexual), el revestimiento uterino empezará a desprenderse y el óvulo y el revestimiento se expulsarán del cuerpo a través del útero.
- La sangre que se libera del revestimiento desprendido fluye hacia el exterior a través de la vagina. Este sangrado es el período menstrual y a este ciclo completo se le denomina menstruación.



HAGA LO SIGUIENTE: Compruebe si los cuidadores tienen alguna pregunta. Si tienen preguntas que usted no se siente capaz de responder, dígalas: “Tomaré nota, lo comprobaré y les responderé la próxima vez, ¿vale?”. **ANOTE** la pregunta y, a continuación, realice un seguimiento; busque la ayuda pertinente para poder responder a la pregunta de los cuidadores o para poder remitirles a una persona que pueda hacerlo.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- La menstruación es el desprendimiento de sangre y tejido desde el útero que sale del cuerpo a través de la vagina. La sangre y el tejido que se desprenden no están sucios, sino que constituyen un proceso normal y sano que experimentan las mujeres y las niñas.
- Es cierto que las niñas pueden quedarse embarazadas cuando empiezan a menstruar. No obstante, los cuerpos de las niñas todavía están en proceso de desarrollo y no están totalmente desarrollados hasta que alcanzan los 18 años. Incluso después de los 18 años, algunos órganos siguen desarrollándose. Quedarse embarazada cuando el cuerpo de una niña todavía no está desarrollado aumenta los riesgos de sufrir complicaciones de salud durante el embarazo y el parto, no solo para la niña, sino también para el bebé.
- Si las niñas se quedan embarazadas cuando sus cuerpos no están preparados para llevar un bebé, existe un mayor riesgo de aborto espontáneo, parto prematuro y muerte de la madre.
- Además, teniendo en cuenta que las niñas están atravesando un crecimiento emocional y cerebral, deberían esperar a estar preparadas para cuidarse a sí mismas, así como al recién nacido, para poder garantizar una vida segura, sana y feliz para ella y para su familia¹¹.



HAGA LO SIGUIENTE: Deje de recopilar las reflexiones del grupo sobre la información presentada.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Qué información creen que es importante compartir con las niñas?
- ¿Qué ayuda necesitan para ofrecer esta información?
- ¿Qué opinan sobre apoyar a las niñas para que retrasen el embarazo hasta los 18 años? (¿Cuáles son los inconvenientes y las ventajas?)
- ¿Es importante que nuestros hijos dispongan de esta información? ¿Cómo podemos hablarles a nuestros hijos sobre esto?

Mensaje clave



DIGA LO SIGUIENTE: Las adolescentes saben que algo les está ocurriendo a sus cuerpos y, aunque puede resultar incómodo o poco habitual hablar sobre estos temas, es importante que las niñas conozcan sus cuerpos y los cambios que están experimentando. Esta información puede resultar muy útil si proviene de un cuidador, alguien en quien la niña confíe. Además, existen otras personas que pueden ofrecer a las niñas información precisa, como aquellas presentes en el espacio seguro o en un centro de salud. Se debe alentar a las niñas a conocer sus cuerpos independientemente de si están casadas, solteras o divorciadas, o de si tienen una discapacidad.

Comprobación (5 minutos)

PREGUNTE a los cuidadores qué les ha parecido la sesión y si quieren que se realice algún cambio para la siguiente. (Es importante que reaccione ante los cambios sugeridos por los cuidadores, así como que explique las razones por las que no son posibles).

RECUERDE a los cuidadores que pueden dejar valoraciones en la caja de comentarios y que usted estará disponible al final de la sesión para hablar con ellos si es necesario.

Conclusión (5 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Compartan con las niñas de su entorno la información de la sesión con la que se sientan cómodos. Si no se sienten cómodos, piensen en el motivo y hablaremos sobre ello en la próxima sesión.



NOT: PARA LOS FACILITADORES: PARA LA SIGUIENTE SESIÓN

- ☐ Si todavía no lo ha hecho, adquiera kits de higiene femenina u obténgalos de las existencias como parte de la preparación para la sesión y, después, entréguelos a las mujeres de la sesión.

SESIÓN 4:

EL DESARROLLO DE LAS ADOLESCENTES¹²

(Cuidadores de niñas casadas)

Objetivos de la sesión:

Al final de la sesión, los cuidadores:

1. Obtendrán información sobre los cambios físicos y emocionales que atraviesan las niñas durante la adolescencia.
2. Aprenderán a favorecer el bienestar físico y emocional de las niñas durante este período.
3. Ayudarán a las niñas a recibir información sobre salud sexual y reproductiva y serán capaces de proporcionarles información básica sobre este tema.

Materiales:

- ☐ papel de rotafolio
- ☐ rotuladores
- ☐ recursos 4.1 a 4.5
- ☐ impresión en tamaño grande de la escala de Tanner (recurso 4.1) o fichas para grupos más pequeños

Preparación:

- Puede considerar la posibilidad de invitar a un profesional de la salud que haya recibido formación sobre los conceptos básicos relativos a la violencia de género y sobre la atención clínica de las personas supervivientes de una agresión sexual, con el fin de favorecer la celebración de estas sesiones para explicar con claridad el desarrollo adolescente, incluidas las terminologías, o invitar a un profesional de la salud durante la formación de facilitadores para celebrar esta sesión.
- Contextualice los mitos sobre la menstruación. Hágalo en colaboración y en consulta con su especialista o asesor técnico.
- Si dispone de fondos, considere la posibilidad de adquirir un modelo médico del aparato reproductor femenino para facilitar la demostración.
- Adquiera kits de higiene femenina u obténgalos de las existencias como parte de la preparación para la sesión y, después, entréguelos a las mujeres de la sesión.

Terminología: Antes de las sesiones, los supervisores y facilitadores revisan las sesiones, identifican y simplifican palabras, y hablan sobre ellas; si es posible, encuentre un término local. Esto ayudará a los facilitadores y traductores a hablar adecuadamente sobre las sesiones con los cuidadores. Por ejemplo, una palabra como “pubertad” puede denominarse también juventud, adolescencia, pubescencia, etc.

Nota para el facilitador:

- Dado que se trata de un tema delicado, es importante recordar a los cuidadores el “acuerdo grupal” (sesión 1) y preguntarles si les gustaría añadir nuevos acuerdos específicos para esta sesión.
- Es posible que los facilitadores encuentren cierta reticencia por parte de los cuidadores al intentar alentarles a transmitir esta información sobre la salud sexual y reproductiva de los adolescentes a las niñas. **Es importante que los facilitadores consulten el apéndice A12 de la parte 1 de Las Niñas Brillan sobre la presentación de temas relacionados con esta cuestión a los cuidadores antes de la sesión como parte de su preparación para facilitadores.**

Duración: Esta sesión podría durar 2,5 horas; si los cuidadores no pueden quedarse tanto tiempo, puede dividir la sesión en dos.

Momento: Antes de iniciar el módulo sobre higiene y salud del programa de formación sobre competencias para la vida de Las Niñas Brillan.

Esta sesión puede generar mucho debate, y puede que no sea posible tratar todos los contenidos, pero no pasa nada. Si los cuidadores quieren utilizar el tiempo para debatir un tema particular, puede tratar el resto del contenido en otra sesión o dejar que los cuidadores decidan si desean continuar con el resto del contenido o con un tema en particular.

Bienvenida y examen (10 minutos)

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Han hablado con sus hijas o sus nueras sobre las esperanzas que tienen para ellas y les ha preguntado cuáles son las suyas propias? ¿Alguien quiere compartir su experiencia?

 **DIGA LO SIGUIENTE:**

- Hoy vamos a hablar sobre los cambios sociales, físicos y emocionales que experimentan las niñas durante la adolescencia. Esta es una etapa que atraviesan las niñas y los niños entre los 10 y los 19 años.
- Es una época de grandes cambios y oportunidades. Asimismo, puede generar confusión si las niñas y los niños no reciben el apoyo adecuado para comprender los cambios que están experimentando.
- Cuando las niñas llegan a la pubertad, la sociedad suele percibirlas como “adultas”, y se espera que desempeñen ciertos roles y responsabilidades para los que pueden no estar preparadas porque aún se están desarrollando y creciendo. Es posible que se espere que se casen o que se les restrinja la posibilidad de ir a la escuela, pasar tiempo con los amigos y acceder a oportunidades.
- Algunos de nosotros podemos sentirnos incómodos o raros hablando sobre este tema. Esa reacción es normal. Normalmente, no solemos hablar sobre estas cuestiones en grupos grandes. No obstante, al conocer este proceso tan normal aquí en un espacio seguro, les resultará más cómodo hablar sobre los cambios con sus niñas y niños adolescentes.

Análisis (25 minutos)

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Qué entienden por el término “pubertad”?

 **DIGA LO SIGUIENTE:** La pubertad es un proceso de cambio hormonal y físico mediante el cual un niño o una niña adquiere la capacidad para reproducirse. Normalmente, dura entre uno y tres años. Se produce durante el período de la adolescencia, cuando las niñas y los niños atraviesan un crecimiento social y emocional, y este dura de los 10 a los 19 años.

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:**

- ¿Alguien se acuerda de cómo fue su pubertad?
- ¿Qué restricciones o cambios experimentaron en sus roles y responsabilidades cotidianas?

 **HAGA LO SIGUIENTE:** Utilice una impresión en tamaño grande de la escala de Tanner¹³ (recurso 4.1) para mostrar las diferentes etapas de la adolescencia.

 **HAGA LO SIGUIENTE:** Pida a los participantes que se acerquen al cartel (o reparta fichas para grupos más pequeños).

13 <https://www.advocatesforyouth.org/wp-content/uploads/storage/advfy/lesson-plans/lesson-plan-puberty-part-i-and-ii.pdf>



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- Las adolescentes, al igual que los niños, sufren diferentes cambios físicos y emocionales durante esta etapa. Estos cambios pueden deberse a la presencia de mensajeros químicos en sus cuerpos, que se denominan hormonas. Estas hormonas afectan a nuestro estado de ánimo, nuestros gustos y aversiones, así como a nuestro crecimiento y nuestro desarrollo en los planos físico y mental.
- En la adolescencia temprana (de los 10 a los 14 años), las niñas, al igual que los niños, adquieren habilidades mejoradas para expresarse y las relaciones cercanas adquieren importancia, mientras que prestan menos atención a sus cuidadores. Es posible que a las niñas les empiecen a crecer los senos, que empiecen a menstruar y que les crezca vello púbico, mientras que es posible que a los niños se les vuelva la voz más grave y también les crezca vello púbico (muestre ejemplos de ello con la escala de Tanner).
- En la adolescencia tardía (de los 15 a los 19 años), las niñas, al igual que los niños, quieren más independencia y prestan más atención a su aspecto (porque su cuerpo está cambiando); también tienen cada vez más capacidad para procesar ideas y expresarlas con palabras. **Es posible que comiencen a mostrar interés por las personas del sexo opuesto o del mismo sexo*.** Tienen la capacidad de tomar decisiones independientes y también de mostrar una mayor estabilidad emocional. Las niñas y los niños pueden seguir desarrollándose físicamente, continuando con el desarrollo experimentado en la adolescencia más temprana, mientras que el desarrollo mental continuará hasta bien entrada la edad adulta.
- Los cambios en la adolescencia afectan a todos los niños y las niñas del mundo. Los cambios pueden ser ligeramente diferentes en función de la edad a la que se producen y de cómo se desarrollan (por ejemplo, las niñas y los niños pueden tener formas y tamaños diferentes).
- Por este motivo, no existe ninguna respuesta correcta o incorrecta con respecto al momento en el que una niña debería empezar a menstruar. Las niñas empiezan a menstruar cuando su cuerpo está preparado. Normalmente, esto ocurre aproximadamente dos años después de que aparezcan los primeros signos de la pubertad. En el caso de las niñas, los primeros signos de la pubertad suelen ser el desarrollo de los senos y el crecimiento del vello púbico. Si las niñas no han desarrollado ningún signo de pubertad a los 14 años, es conveniente que acudan a un profesional de la salud, y si las niñas no han empezado a menstruar a los 16 años, también deberían recibir asesoramiento de un profesional de la salud. Es probable que a las niñas se les diga que esperen, ya que en muchos casos la menstruación empieza de forma natural a los 18 años¹⁴.

*Orientación sexual e identidad de género:

En esta etapa de la vida, los adolescentes empiezan a explorar sus identidades, y esto abarca muchos aspectos diferentes de sus vidas. También puede incluir la comprensión de por quién se sienten atraídos, ya sean personas del sexo opuesto, del mismo sexo o de ambos.

En la primera sesión, hablamos sobre las personas transgénero. Una vez más, como los adolescentes están explorando su identidad, esto puede incluir también la exploración de su identidad de género. Esto implica que su identidad de género puede ser la misma que la del sexo asignado al nacer, por ejemplo, las mujeres que se identifican como mujeres, o puede ser diferente, como en el caso de las personas transgénero.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Se parece en algo a sus propias experiencias?
- ¿Qué otros acontecimientos pueden haberse producido en su vida en ese momento que hayan influido en su crecimiento o desarrollo?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Las adolescentes pueden compartir cambios físicos y emocionales comunes, pero sus experiencias, entornos y ambientes también desempeñan un papel importante en la forma en que se producen estos cambios, lo que hace que la experiencia de cada una sea única, a pesar de algunas de las similitudes que hemos mencionado. Las adolescentes con diferentes experiencias vitales

14 Existen algunos trastornos genéticos raros —por ejemplo, el síndrome de Kallman y el síndrome de Klinefelter— que pueden impedir los cambios corporales de la adolescencia o la pubertad. Estos trastornos se pueden tratar con apoyo médico. Además, puede haber otros motivos médicos por los que los cambios corporales de la pubertad o la adolescencia se retrasen, de modo que hablen con sus hijas para comprobar si les gustaría recibir asesoramiento médico si esto les preocupa.

se desarrollarán y crecerán a diferentes edades debido a estos factores. Por ejemplo, casarse a una edad temprana puede significar que las niñas deben aprender rápidamente a lidiar con las responsabilidades adultas en comparación con las niñas que no se casan a la misma edad. Además, existen diferentes factores (como el desplazamiento, la guerra, etc.) que pueden contribuir al desarrollo o la limitación de las capacidades de las niñas. Aunque las niñas pueden adaptarse a esta situación y lidiar con ella de muchas maneras, es importante recordar que aún están creciendo y desarrollándose de otras maneras que pueden no ser visibles para nosotros.

***Masturbación:** Las hormonas que provocan que una persona atraviese la pubertad también provocan nuevos sentimientos y deseos sexuales o los aumentan. Esto puede hacer que alguien desarrolle nuevos sentimientos románticos hacia otras personas.

Estas hormonas pueden hacer que algunas personas opten por tocarse los genitales por placer, lo que se denomina masturbación. La masturbación no puede perjudicar a una persona físicamente y es una decisión personal.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿A qué edad se casaron ustedes?
- ¿Quién les prestó apoyo durante sus primeros meses o años de matrimonio?
- ¿Qué tipo de información o apoyo sanitarios les habría resultado útil durante este período?



DIGA LO SIGUIENTE: Ayudar a las niñas durante la adolescencia es, en general, muy importante, y las niñas casadas necesitan un apoyo adicional porque se espera que asuman roles y responsabilidades adultos antes de que sean totalmente capaces de ello. El acceso a la información sobre los cambios en su cuerpo, el embarazo y las relaciones sanas las ayudará a tomar mejores decisiones para ellas y para su familia. En el caso de las niñas que se van a vivir con su familia política, contar con una suegra que ayude a la niña a tener acceso a información, ofrecerle la oportunidad de participar en la comunidad y permitirle ampliar su red de apoyo supondrá una valiosa diferencia en la vida de la niña y en la de su familia.

Actividades (1 hora y 15 minutos)

Actividad 1: Mitos y realidades sobre la menstruación (40 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: A menudo, la menstruación supone algunos retos para las mujeres y las niñas. Algunos de ellos pueden estar relacionados con el hecho de entender qué les está ocurriendo y con la gestión de algunos síntomas, mientras que otros pueden estar relacionados con el apoyo que la comunidad ofrece (o no) a las niñas que menstrúan.

Los cuidadores y las suegras pueden ser una fuente de apoyo y fortaleza para las niñas, especialmente, por ejemplo, para las niñas recién casadas que menstrúan en un nuevo entorno diferente al que están acostumbradas. Hablar con las niñas recién casadas sobre la menstruación les permite saber que están a su disposición para ayudarlas y las ayuda a entender cómo lidiar con la menstruación en su nuevo entorno.



HAGA: algunas de las siguientes **PREGUNTAS:**

- ¿Es normal hablar sobre la menstruación con las niñas? ¿Por qué?
- ¿Quién habla con las niñas sobre ello? ¿Qué ayuda ofrecen a las niñas casadas para gestionar su ciclo mensual?



DIGA LO SIGUIENTE: Cuando se les ofrece el apoyo y la información adecuados, la menstruación también puede ser muy fácil de gestionar. No obstante, puede generar dificultades cuando las mujeres y las niñas no tienen acceso a productos sanitarios ni formas de gestionar los síntomas de la menstruación. Es importante comprobar cómo se encuentran las niñas casadas para ver si pueden hacer algo para facilitarles el acceso a la información y los suministros.

En ocasiones, puede resultar complicado tener acceso a información práctica sobre la menstruación. Por ello, es importante comprender las realidades y los mitos (información incorrecta) y ayudar a que las niñas dispongan de la información correcta.



DIGA LO SIGUIENTE:

- Ahora, vamos a jugar a un juego sobre algunos mitos habituales sobre el período que pueden desmontar para nosotros mismos y para las niñas. Voy a leer algunos enunciados sobre la menstruación.
- Levántense si creen que el enunciado es cierto. Permanezcan sentados si creen que el enunciado es un mito.



NOTA: Una actividad alternativa si los cuidadores no pueden o no se sienten cómodos levantándose y sentándose es la siguiente: Proporcione a los cuidadores dos carteles; una cruz "x" y una marca de verificación "✓". Pídale que levanten el signo que refleje su opinión.



HAGA LO SIGUIENTE:

- Lea los enunciados que figuran a continuación.
- Recoja algunas respuestas de los cuidadores sobre su elección y luego explique la respuesta correcta después de cada enunciado.
- Facilite el debate después de cada uno según sea necesario:

CONTEXTUALIZACIÓN (Incluya los mitos pertinentes a nivel local o pida a los cuidadores que compartan algunos de los que han oído):

1. El sangrado durante el período es la descarga de "sangre mala y sucia" del cuerpo. (Falso)
2. Durante la menstruación, las niñas pueden seguir practicando sus actividades cotidianas con normalidad. (Verdadero)
3. Cuando las niñas empiezan a menstruar, pueden quedarse embarazadas. (Verdadero)
4. Que puedan quedarse embarazadas no significa que los cuerpos de las niñas estén preparados para el embarazo. (Verdadero)
5. Cuando una niña empieza a menstruar, debe contraer matrimonio. (Falso)



NOTA: En algunos contextos, es posible que deba **añadir** lo siguiente:]



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Puede que las niñas digan que no están limpias cuando tienen el período porque, en el islam, una niña no puede rezar si tiene el período y se considera "impura". La "pureza" es un término religioso que se utiliza cuando se considera que los hombres y las mujeres están "física y espiritualmente preparados" para llevar a cabo ciertos deberes o rituales religiosos, mientras que el término "limpieza" está relacionado con la higiene. Aclare la diferencia entre "pureza" y "limpieza".



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Existe una diferencia entre "pureza" y "limpieza". Si la religión considera que una niña no es "pura" cuando tiene el período y que no puede llevar a cabo ciertas prácticas, esto no significa que esté sucia. La "limpieza" está relacionada con la higiene. Cuando las niñas tienen el período, no están sucias.



HAGA LO SIGUIENTE: Utilice el cartel sobre los órganos internos y el ciclo menstrual (recursos 4.2 y 4.4) o el modelo de anatomía médica, si dispone de uno, para señalar los diferentes órganos y explicar lo siguiente a los cuidadores:



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- Todos los meses, uno de los óvulos abandona uno de los ovarios y se desplaza a través de la trompa de Falopio. El momento en el que el óvulo abandona el ovario se denomina ovulación. Cada persona sangra en días diferentes en función de si su ciclo es largo o corto.
- Al mismo tiempo, los cambios en las hormonas de nuestro cuerpo (sustancias químicas naturales que produce nuestro cuerpo) preparan el útero (la parte en la que se desarrollan los bebés dentro de nuestro cuerpo) para el embarazo. En el útero se forma un revestimiento blando y esponjoso.

- Si un óvulo y un espermatozoide de un varón se unen para formar un bebé, el revestimiento le proporcionará nutrición. Si el espermatozoide de un varón no fecunda el óvulo (a raíz de una relación sexual), el revestimiento uterino empezará a desprenderse y el óvulo y el revestimiento se expulsarán del cuerpo a través del útero.
- La sangre que se libera del revestimiento desprendido fluye hacia el exterior a través de la vagina. Este sangrado es el período menstrual y a este ciclo completo se le denomina menstruación.

 **HAGA LO SIGUIENTE:** Compruebe si los cuidadores tienen alguna pregunta. Si tienen alguna pregunta que no se siente capaz de responder, diga: "Tomaré nota, lo comprobaré y les responderé la próxima vez, ¿vale?".

[ANOTE las preguntas y, a continuación, realice un seguimiento; busque la ayuda pertinente para poder responder a las preguntas de los cuidadores o para poder remitirlos a una persona que pueda hacerlo.]



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- La menstruación es el desprendimiento de sangre y tejido desde el útero que sale del cuerpo a través de la vagina. La sangre y el tejido que se desprenden no están sucios, sino que constituyen un proceso normal y sano que experimentan las mujeres y las niñas.
- Es cierto que las niñas pueden quedarse embarazadas cuando empiezan a menstruar. No obstante, los cuerpos de las niñas todavía están en proceso de desarrollo y no están totalmente desarrollados hasta que alcanzan los 18 años. Incluso después de los 18 años, algunos órganos siguen desarrollándose. Quedarse embarazada cuando el cuerpo de una niña todavía no está desarrollado aumenta los riesgos de sufrir complicaciones de salud durante el embarazo y el parto, no solo para la niña, sino también para el bebé. Existe un gran riesgo de aborto espontáneo (pérdida no intencionada del bebé), parto prematuro y muerte de la madre.
- Además, teniendo en cuenta que las niñas están atravesando un crecimiento emocional y cerebral, deberían esperar a estar preparadas para cuidarse a sí mismas, así como al recién nacido, para poder garantizar una vida segura, sana y feliz para ella y para su familia¹⁵.

 **HAGA LO SIGUIENTE:** Deje de recopilar las reflexiones del grupo sobre la información presentada. Recuerde: Si tienen preguntas que ustedes no se sienten capaces de responder, díganles: "Tomaré nota, lo comprobaré y les responderé la próxima vez, ¿vale?". Después, ANOTE las preguntas y realice un seguimiento; busque la ayuda pertinente para poder responder a las preguntas de los cuidadores o para poder remitirlos a una persona que pueda hacerlo.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Qué información creen que es importante compartir con las niñas?
- ¿Cuáles son algunos de los problemas a los que se pueden enfrentar a la hora de proporcionar esta información? ¿Qué ayuda necesitan para ofrecer esta información?
- ¿Es importante que nuestros hijos dispongan de esta información? ¿Cómo podemos hablarles a nuestros hijos sobre esto?



DIGA LO SIGUIENTE: Las niñas que se quedan embarazadas después de los 18 años están mejor preparadas para lidiar con el embarazo y formar una familia. Tendrán más información sobre sus cuerpos, sabrán cuándo y cómo acceder a los servicios sanitarios y tendrán una mayor capacidad para tomar decisiones bien fundamentadas.

Actividad 2: La gestión de la menstruación (35 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Aunque sabemos que la menstruación es algo normal y sano que forma parte de ser una mujer, debemos cuidarnos para mantener una limpieza y, además, lidiar con la incomodidad que estamos experimentando.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cuáles son algunas de las experiencias que tienen las niñas y las mujeres cuando menstrúan?

(Por ejemplo, estar cansadas, tener dolores menstruales, no tener síntomas, estar aislada, no disponer de los medios adecuados para mantener una limpieza, no tener privacidad, etc.).

En el caso de los cuidadores de niñas con discapacidad,



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Hay algo concreto que afecte a las niñas con discapacidad durante la menstruación?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Algunas mujeres y niñas pueden experimentar lo siguiente:

- **Dolor abdominal de ligero a grave.** El desprendimiento de la pared uterina, que es la fuente del sangrado mensual, puede causarlo.
- **Cambios emocionales.** Cada mujer y cada niña responde de manera diferente y puede experimentar una variedad de emociones durante la menstruación y su ciclo menstrual.
- **No disponer de los productos sanitarios adecuados para mantener la ropa limpia.** Muchas niñas y mujeres no tienen acceso a compresas higiénicas (o cualquier otro producto) que les permitan evitar que la sangre manche su ropa. Este es a menudo un motivo importante por el que las niñas no salen de casa, incluso no asisten a la escuela o el trabajo, durante este período del mes.

CONTEXTUALIZACIÓN:

- En este entorno, podemos encontrarnos con que se espera que las mujeres y las niñas hagan cola durante largas horas para conseguir alimentos y artículos no alimentarios. Durante la menstruación, el hecho de no tener acceso a materiales sanitarios puede impedirles hacer cola y dar lugar a que no consigan los productos que necesitan.
- Puede que los hombres se encarguen de recoger estos artículos y que no lleven materiales sanitarios para las mujeres y las niñas, y puede que no se hable al respecto debido al tabú o al estigma asociados a la menstruación.
- El tabú y el estigma pueden implicar que las niñas y las mujeres no se puedan lavar o ir a buscar agua durante el día y tengan que ir durante la noche, lo que afecta a su seguridad. Las infraestructuras de agua y saneamiento pueden no ser adecuadas para las necesidades de las mujeres y las niñas; las niñas pueden no sentirse cómodas usándolas, sobre todo durante la menstruación. En el caso de las niñas con discapacidad, puede que no sean capaces de acceder a ellas debido a la falta de rampas o de aseos y lavabos adecuados.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cuáles son algunas de las estrategias que ustedes emplean y las niñas pueden emplear para gestionar estos aspectos en este entorno actual?



HAGA LO SIGUIENTE: Divida a los participantes en dos grupos, cada uno se centrará en uno de los puntos que figuran a continuación.

- **Grupo 1:** ¿Qué pueden hacer **ustedes** actualmente para gestionar la situación de las mujeres y las niñas cuando menstrúan?
- **Grupo 2:** ¿Qué pueden hacer **la comunidad, las autoridades locales o las organizaciones no gubernamentales (ONG)** para mejorar la situación de las mujeres y las niñas cuando menstrúan?

En el caso de los cuidadores de niñas con discapacidad,



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Existen aspectos concretos que se deban tener en cuenta para las niñas con diferentes discapacidades?



NOTA: Anote sus recomendaciones para la comunidad y las autoridades locales. Deben aportarse sugerencias a las ONG a través de los canales adecuados, los socios en agua, saneamiento e higiene,

los aliados de la comunidad y los grupos de coordinación. Cuente a las cuidadoras lo que hará con esta información que han aportado. Por ejemplo, comparta esta información con su responsable para desarrollar actividades de promoción, o para que lo plantee al subgrupo temático sobre violencia de género, etc. Asegúrese de llevar un seguimiento y de cumplir con las acciones con las que se ha comprometido.

AÑADA lo siguiente a las sugerencias de los grupos si resulta pertinente para el contexto:

Dolor e incomodidad:

- Las mujeres y las niñas no deben quedarse en casa durante la menstruación a menos que elijan hacerlo (por ejemplo, si sufren mucho dolor) y no porque se espere que lo hagan.
- Es mejor no realizar suposiciones sobre lo que una niña puede y no puede hacer durante la menstruación, siempre es mejor comprobar cómo se siente y si puede continuar realizando tareas concretas o no.
- Esto también incluye realizar una comprobación con las niñas que tienen discapacidad, pues es posible que para algunas de ellas sea más complicado comunicar el dolor o la incomodidad.

Materiales sanitarios:

Las mujeres y las niñas pueden utilizar diferentes materiales durante la menstruación. Algunos son más fáciles de conseguir que otros:

- Trozos limpios de paño o compresas reutilizables: se cortan para que se ajusten a la zona de las bragas cosiendo varias capas de tela de algodón una encima de otra. Deben estar limpios. La tela usada debe lavarse por separado con agua y jabón, y luego secarse al sol.
- Compresas o toallitas higiénicas: estas están diseñadas para ajustarse a la zona de las bragas pegada al cuerpo. Tienen tiras de cinta adhesiva que las mantiene pegadas a las bragas. Las compresas son desechables y deben eliminarse una vez utilizadas. Deben desecharse en una letrina de pozo, enterrarse o quemarse después del uso. No deben tirarse a la basura ni en el retrete.
- Otros materiales sanitarios: el mercado de nuevos materiales sanitarios está creciendo y es posible que ya conozcan otros tipos de productos. ¿Alguien quiere hablar sobre otros productos sanitarios que conozcan o hayan visto?

 **NOTA:** Si procede, puede llevar materiales sanitarios a la sesión si están disponibles y son accesibles en esa zona y realizar una demostración sobre cómo prepararlos. Por ejemplo, cómo colocar una compresa o un paño higiénicos dentro de las bragas. Cómo eliminarlos y dónde desecharlos. Véase la ilustración del recurso 4.5.

En el caso de los cuidadores de niñas con discapacidad,



DIGA LO SIGUIENTE: Las niñas y las mujeres con discapacidad que menstrúan pueden tener necesidades distintas. Las personas con limitaciones de movilidad en la parte superior del cuerpo y los brazos pueden tener dificultades para colocarse los materiales sanitarios de protección en la posición correcta, así como para limpiarse, lavar la ropa y el material.

Las personas con discapacidad visual (ciegas o con visión reducida) pueden experimentar dificultades para saber si se han limpiado completamente y cuánto han manchado. Por otro lado, las personas con deficiencias intelectuales y de desarrollo pueden necesitar ayuda para gestionar la menstruación. En todos los casos, es importante encontrar un modo de comunicarse de manera eficaz con la niña para saber si se cuida de su seguridad física y emocional, de su comodidad y de su salud.

- Las niñas con discapacidad pueden necesitar una ayuda adicional para aplicar los materiales sanitarios, en función del tipo de discapacidad que tengan. Es importante que una persona de confianza le pregunte a la niña qué tipo de ayuda necesita durante este período.

Mantenimiento de la limpieza:

Durante la menstruación, es importante mantener la limpieza y la salud. La gestión no higiénica puede derivar en infecciones. Existen algunas medidas que se pueden tomar:

- Limpiarse con jabón y agua o cuando sea seguro y posible hacerlo, y secarse bien para evitar una infección.
- Limpiar las bragas con jabón y agua para evitar manchas cuando sea seguro y posible.
- Cambiarse la compresa o el paño con regularidad para evitar la suciedad y el mal olor en la ropa.
- Lavarse las manos después de cambiarse las compresas o el paño higiénicos cuando sea seguro y posible.
- De nuevo, las personas de confianza de las niñas con discapacidad deben preguntarles qué tipo de ayuda necesitan durante este período.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Pueden aplicar esta información?
- ¿Qué más pueden hacer para ayudar a las niñas durante este período?

AÑADA cualquiera de los siguientes ejemplos si resulta pertinente en el contexto:

- Prepárense con antelación para la menstruación asegurándose de que las niñas tengan acceso a los productos menstruales.
- Ayúdenlas a saber cómo cuidar su cuerpo y cómo mantener una limpieza durante la menstruación.
- Manténganse a su lado para que se sientan cómodas hablando con ustedes sobre cualquier aspecto que les preocupe.
- Díganles que lo que están experimentando es normal y no deben preocuparse por ello.
- Permítanles continuar disfrutando de su infancia; que tengan el período no quiere decir que ya sean adultas totalmente desarrolladas. Todavía deben atravesar muchos cambios antes de desarrollarse y madurar completamente.
- Las niñas no están preparadas para contraer matrimonio porque hayan empezado menstruar. Aún están creciendo y desarrollándose, y este proceso continúa mucho después de la adolescencia.
- Para obtener más información sobre el apoyo de las niñas con discapacidad durante la menstruación, véase el [Menstrual Hygiene Management Toolkit in Emergencies](#). Véase también el documento [Guidance on Menstrual Health & Hygiene del UNICEF](#).

Mensaje clave



DIGA LO SIGUIENTE: Puede que resulte incómodo o poco habitual hablar sobre estos temas, pero no hacerlo puede provocar que las niñas no estén sanas ni sean felices. Es importante que las niñas conozcan sus cuerpos y los cambios que están experimentando. Esta información puede resultar muy útil si proviene de un/a cuidador/a o una suegra, alguien en quien la niña confíe. Además, existen otras personas que pueden ofrecer a las niñas información precisa, como el personal o los facilitadores de un espacio seguro o un centro de salud. Se debe alentar a las niñas a conocer sus cuerpos independientemente de si están casadas, solteras o divorciadas, o de si tienen una discapacidad.

Comprobación (5 minutos)

PREGUNTE a los cuidadores qué les ha parecido la sesión y si quieren que se realice algún cambio para la siguiente. (Es importante que reaccione ante los cambios sugeridos por las niñas, así como que explique las razones por las que no son posibles).

RECUERDE a los cuidadores que pueden dejar valoraciones en la caja de comentarios y que usted estará disponible al final de la sesión para hablar con ellos si es necesario.

Conclusión (5 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Compartan con las niñas de su entorno la información de la sesión con la que se sientan cómodos. Si no se sienten cómodos, piensen en el motivo y hablaremos sobre ello en la próxima sesión.



NOTA PARA LOS FACILITADORES: PARA LA SIGUIENTE SESIÓN

- ☐ Si todavía no lo ha hecho, adquiera kits de higiene femenina u obténgalos de las existencias como parte de la preparación para la sesión y, después, entrégueselos a las mujeres de la sesión.

SESIÓN 5:

EL APOYO DE LAS ADOLESCENTES

(Cuidadores de niñas solteras)

Objetivos de la sesión

Al final de la sesión, los cuidadores:

1. Obtendrán información sobre los cambios físicos y emocionales que atraviesan las niñas durante la adolescencia.
2. Aprenderán a favorecer el bienestar físico y emocional de las niñas durante este período.
3. Ayudarán a las niñas a recibir información sobre salud sexual y reproductiva y serán capaces de proporcionarles información básica sobre este tema.

Materiales:

- ☐ papel de rotafolio
- ☐ rotuladores
- ☐ materiales para la demostración de higiene menstrual (por ejemplo, compresas higiénicas, un paño reutilizable, etc.)
- ☐ recursos 4.1 a 4.5 y 5.1 a 5.2
- ☐ cartografía de servicios de los proveedores de atención de salud sexual y reproductiva para las niñas presentes en el contexto, la ubicación o las ubicaciones circundantes.

Preparación:

- Si los cuidadores tienen hijas con discapacidad, prepárese con información pertinente para las niñas con discapacidad; hable con las organizaciones asociadas que se ocupan de la discapacidad en el plano local para comprobar si puede realizar alguna remisión. A lo largo de toda la sesión, se incluye información relacionada con la discapacidad en cuadros.
- Si los cuidadores formulan preguntas durante la última sesión que usted no sea capaz de responder inmediatamente, realice un seguimiento con su responsable o los colegas pertinentes para estar preparado para ofrecerles una respuesta en la sesión 5.
- Es posible que los facilitadores encuentren cierta reticencia por parte de los cuidadores al intentar animarlos a comunicar a las niñas la información sobre salud sexual y reproductiva de los adolescentes. Es importante que los facilitadores consulten el **apéndice A12** de la parte 1 de Las Niñas Brillan sobre la presentación de temas relacionados con esta cuestión a los cuidadores antes de la sesión como parte de su preparación para facilitadores.
- Adquiera kits de higiene femenina u obténgalos de las existencias como parte de la preparación para la sesión y, después, entréguelos a las niñas de la sesión.
- Lista o cartografía de servicios de los proveedores de atención de salud sexual y reproductiva para las niñas presentes en el contexto, la ubicación o las ubicaciones circundantes
- Para la actividad 2, prepárese con el recurso 5.1 sobre anticonceptivos para poder compartir información con los participantes sobre los diferentes métodos anticonceptivos. Asegúrese de comprobar que los métodos de los que habla estén disponibles en su contexto.

Nota para el facilitador:

- Dado que se trata de un tema delicado, es importante recordar a los cuidadores el “acuerdo grupal” (sesión 1) y preguntarles si les gustaría añadir nuevos acuerdos específicos para esta sesión.
- Legislación local frente a estatutos culturales: aclaración de los derechos de las adolescentes a los servicios de anticoncepción.
- Muchas personas no conocen las legislaciones relativas a los derechos de los adolescentes a los servicios de anticoncepción. En muchos países del mundo, las jóvenes solteras pueden acceder legalmente a servicios de anticoncepción y no necesitan el consentimiento de su pareja ni de su progenitor para ello. Compruebe las legislaciones nacionales y locales y ayude a aclarar los malentendidos entre los participantes.
- Es posible que los cuidadores deseen obtener más información sobre los métodos anticonceptivos y otra información relacionada con la planificación familiar o las infecciones de transmisión sexual (ITS), pero son temas que no se tratan en esta sesión. Existen multitud de recursos incluidos en el programa Las niñas brillan a los que puede recurrir para presentar una sesión independiente. Estos se pueden encontrar en la parte 2 de Las niñas brillan.

Duración: 2 horas

Momento: Antes de iniciar el módulo sobre higiene y salud del programa de formación sobre competencias para la vida de Las Niñas Brillan.

Bienvenida y examen (15 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Qué información compartieron con las niñas de la última sesión? ¿Qué información no compartieron y por qué motivos?



DIGA LO SIGUIENTE: Hoy seguiremos con la conversación, obtendremos nueva información y analizaremos sus perspectivas y opiniones con respecto al tema. Además, hablaremos sobre cómo podemos ayudar a las niñas a acceder a la información y la asistencia sobre este tema.

Análisis (10 minutos)



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- A menudo, la menstruación supone algunos retos para la mayoría de las mujeres y las niñas. Algunos pueden estar relacionados con el hecho de entender qué les está ocurriendo y con la gestión de algunos síntomas, mientras que otros pueden estar relacionados con el apoyo que la comunidad ofrece (o no) a las niñas que menstrúan.
- Los cuidadores pueden ser una fuente de apoyo y fortaleza cuando las niñas atraviesan esta etapa de la vida. Hablar con las niñas sobre sus experiencias y ofrecerles información precisa puede ayudarlas a prepararse para los cambios que ocurren durante la pubertad. Además, les permite saber que están disponibles para apoyarlas.
- Las mujeres y las niñas pueden sentirse avergonzadas por algo que forma parte natural de ser mujer. La menstruación es un signo de que estamos sanas. No es una enfermedad ni un trastorno. Es importante que expliquemos esto a las niñas e intentemos ayudarlas durante este período, así como que nos apoyemos unos a otros.

Actividades (1 hora y 25 minutos)

Actividad 1: La gestión de la menstruación (40 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: En primer lugar, hablaremos sobre cómo pueden las mujeres y las niñas gestionar algunos de los síntomas de la menstruación y pensaremos en cómo pueden las mujeres ayudar a las niñas durante este período. Asimismo, hablaremos sobre las formas en las que ustedes y las adolescentes gestionan el ciclo mensual de forma higiénica, digna y solidaria.



DIGA LO SIGUIENTE: Aunque sabemos que la menstruación es algo normal y sano que forma parte de ser mujer, debemos cuidarnos para mantener una limpieza y, además, lidiar con la incomodidad que estamos experimentando.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cuáles son algunas de las experiencias que tienen las niñas y las mujeres cuando menstrúan? (Por ejemplo, estar cansadas, tener dolores menstruales, no tener síntomas, estar aislada, no tener privacidad, no disponer de los medios adecuados para mantener una limpieza, etc.).



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Algunas mujeres y niñas pueden experimentar lo siguiente:

- **Dolor abdominal de ligero a grave.** El desprendimiento de la pared uterina, que es la fuente del sangrado mensual, puede causarlo.
- **Cambios emocionales.** Algunas mujeres y niñas se sienten más irascibles durante la menstruación. No obstante, no es algo universal. Cada mujer y cada niña responde de manera diferente y puede experimentar una variedad de emociones durante la menstruación y su ciclo menstrual.
- **No disponer de los productos sanitarios adecuados para mantener la ropa limpia.** Muchas niñas y mujeres no tienen acceso a compresas higiénicas ni a ningún otro producto que les permitan evitar que la sangre manche su ropa. Este es a menudo uno de los motivos principales por los que las niñas no salen de casa, o incluso no acuden a la escuela, durante este período del mes.

CONTEXTUALIZACIÓN:

- En este caso, podemos encontrarnos con que se espera que las mujeres y las niñas hagan cola durante largas horas para conseguir alimentos y artículos no alimentarios. El hecho de no tener acceso a materiales sanitarios puede impedirles que vayan y dar lugar a que no consigan los productos que necesitan.
- Puede que los hombres se encarguen de recoger algunos de estos artículos y que no lleven materiales sanitarios para las mujeres y las niñas, y puede que no se hable al respecto debido al tabú o al estigma.
- El tabú y el estigma pueden implicar que las niñas y las mujeres no se puedan lavar o ir a buscar agua durante el día y tengan que ir durante la noche, lo que afecta a su seguridad. Las infraestructuras de agua y saneamiento pueden no ser adecuadas para las necesidades de las mujeres y las niñas; las niñas pueden no sentirse cómodas usándolas, sobre todo durante la menstruación. En el caso de las niñas con discapacidad, puede que no sean capaces de acceder a ellas debido a la falta de rampas o de aseos y lavabos adecuados.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cuáles son algunas de las estrategias que ustedes emplean y las niñas pueden emplear para gestionar estos aspectos en este entorno actual?



HAGA LO SIGUIENTE: Divida a los participantes en dos grupos, cada uno se centrará en uno de los puntos que figuran a continuación.

- **Grupo 1:** ¿Qué pueden hacer **ustedes** actualmente para gestionar la situación de las mujeres y las niñas cuando menstrúan?
- **Grupo 2:** ¿Qué pueden hacer **la comunidad, las autoridades locales o las organizaciones no gubernamentales (ONG)** para mejorar la situación de las mujeres y las niñas cuando menstrúan?
- ANOTE sus recomendaciones para la comunidad y las autoridades locales. Deben aportarse sugerencias a las ONG a través de los canales adecuados, los socios en agua, saneamiento e higiene, los aliados de la comunidad y los grupos de coordinación.
- En el caso de los cuidadores de niñas con discapacidad: ¿Existen aspectos concretos que se deban tener en cuenta para las niñas con diferentes discapacidades?

- ✓ **HAGA LO SIGUIENTE:** Cuente a las cuidadoras lo que hará con esta información que han aportado. Por ejemplo, comparta esta información con su responsable para desarrollar actividades de promoción o para que lo plantee al subgrupo temático sobre violencia de género, etc. Asegúrese de llevar un seguimiento y de cumplir con las acciones con las que se ha comprometido.

AÑADA lo siguiente a las sugerencias de los grupos si resulta pertinente para el contexto:

Dolor e incomodidad

- Las mujeres y las niñas no deben quedarse en casa durante la menstruación a menos que elijan hacerlo (por ejemplo, si sufren mucho dolor) y no porque se espere que lo hagan.
- Para ayudar a aliviar el dolor, puede utilizar una botella de agua caliente o un paño tibio y colocarlo en el abdomen. El ejercicio ligero también puede ayudar.
- Es mejor no realizar suposiciones sobre lo que una niña puede y no puede hacer durante la menstruación, siempre es mejor comprobar cómo se siente y si puede continuar realizando tareas concretas o no.
- Esto también incluye realizar una comprobación con las niñas que tienen discapacidad, pues es posible que para algunas de ellas sea más complicado comunicar el dolor o la incomodidad.

Materiales sanitarios:

- Las mujeres y las niñas pueden utilizar diferentes materiales durante la menstruación. Algunos son más fáciles de conseguir que otros. Trozos limpios de paño o compresas reutilizables: se cortan para que se ajusten a la zona de las bragas cosiendo varias capas de tela de algodón una encima de otra. Deben estar limpios. La tela usada debe lavarse por separado con agua y jabón, y luego secarse al sol.
- Compresas o toallitas higiénicas: estas están diseñadas para ajustarse a la zona de las bragas pegada al cuerpo. Tienen tiras de cinta adhesiva que las mantiene pegadas a las bragas. Las compresas son desechables y deben eliminarse una vez utilizadas. Deben desecharse en una letrina de pozo, enterrarse o quemarse después del uso. No deben tirarse a la basura ni en el retrete.
- Otros materiales sanitarios: el mercado de nuevos materiales sanitarios está creciendo y es posible que ya conozcan otros tipos de productos. ¿Alguien quiere hablar sobre otros productos sanitarios que conozcan o hayan visto?

- * **NOTA:** Si procede, puede llevar materiales sanitarios a la sesión si están disponibles y son accesibles en esa zona y realizar una demostración sobre cómo prepararlos. Por ejemplo, cómo colocar una compresa o un paño higiénicos dentro de las bragas. Cómo eliminarlos y dónde desecharlos. Véase la ilustración del recurso 2.

- Las niñas con discapacidad pueden necesitar una ayuda adicional para aplicar los materiales sanitarios, en función del tipo de discapacidad que tengan. Es importante que una persona de confianza le pregunte a la niña qué tipo de ayuda necesita durante este período.

En el caso de los cuidadores de niñas con discapacidad:

DIGA LO SIGUIENTE: Las niñas y las mujeres con discapacidad que menstrúan pueden tener necesidades distintas. Las personas con limitaciones de movilidad en la parte superior del cuerpo y los brazos pueden tener dificultades para colocarse los materiales sanitarios de protección en la posición correcta, así como para limpiarse, lavar la ropa y el material.

Las personas con discapacidad visual (ciegas o con visión reducida) pueden experimentar dificultades para saber si se han limpiado completamente y cuánto han manchado. Por otro lado, las personas con deficiencias intelectuales y de desarrollo pueden necesitar ayuda para gestionar la menstruación.

En todos los casos, es importante encontrar un modo de comunicarse de manera eficaz con la niña para saber si se cuida de su seguridad física y emocional, de su comodidad y de su salud.

Mantenimiento de la limpieza:

Durante la menstruación, es importante mantener la limpieza y la salud. La gestión deficiente de la higiene puede derivar en infecciones. Existen algunas medidas que se pueden tomar:

- Limpiarse con jabón y agua o cuando sea seguro y posible hacerlo, y secarse bien para evitar una infección.
- Limpiar las bragas con jabón y agua para evitar manchas cuando sea seguro y posible.
- Cambiarse la compresa o el paño con regularidad para evitar la suciedad y el mal olor en la ropa.
- Lavarse las manos después de cambiarse las compresas o el paño higiénicos cuando sea seguro y posible.
- De nuevo, las personas de confianza de las niñas con discapacidad deben preguntarles qué tipo de ayuda necesitan durante este período.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Qué más pueden hacer para ayudar a las niñas durante este período?

AÑADA cualquiera de los siguientes ejemplos si resulta pertinente en el contexto:

- Prepárense con antelación para la menstruación asegurándose de que las niñas tengan acceso a los productos menstruales.
- Ayúdenlas a saber cómo cuidar su cuerpo y cómo mantener una limpieza durante la menstruación.
- Manténganse a su lado para que se sientan cómodas hablando con ustedes sobre cualquier aspecto que les preocupe.
- Díganles que lo que están experimentando es normal y no deben preocuparse por ello.
- Permítanles continuar disfrutando de su infancia; que tengan el período no quiere decir que ya sean adultas totalmente desarrolladas. Todavía deben atravesar muchos cambios antes de desarrollarse y madurar completamente.
- Las niñas no están preparadas para contraer matrimonio porque hayan empezado menstruar. Aún están creciendo y desarrollándose, y este proceso continúa mucho después de la adolescencia.



NOTA: Para obtener más información sobre el apoyo de las niñas con discapacidad durante la menstruación, véase el [Menstrual Hygiene Management Toolkit in Emergencies](https://www.rescue.org/sites/default/files/document/2113/themhminemergenciestoolkitfullguide.pdf)¹⁶.

Actividad 2: Cómo se produce el embarazo (45 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Ahora que sabemos que se puede quedar embarazada una vez que empieza a menstruar, hablemos sobre los retos y soluciones para hablar sobre el embarazo.



HAGA LO SIGUIENTE: En grupos, pida a los cuidadores que hablen sobre las preguntas siguientes durante 10 minutos.

- Cuando eran niñas, ¿quién las informó sobre el embarazo? ¿Sabían algo sobre él antes de contraer matrimonio?
- ¿Qué tipo de información tienen ahora que creen que les habría resultado útil en ese momento?
- ¿Qué sabían sobre planificación familiar y los diferentes métodos?



HAGA LO SIGUIENTE: Deje al grupo unos minutos para compartir algunas de sus reflexiones.

AÑADA información que puede que no mencionen, como la siguiente:

- Una persona que desea tener sexo, pero no un embarazo, puede utilizar un anticonceptivo.
- Las mujeres y los hombres también pueden utilizar anticonceptivos para planificar el momento en el que desean tener bebés y cuántos.
- La mayoría de los métodos anticonceptivos son para uso por parte de las mujeres y las niñas, pero existen también métodos que pueden utilizar los hombres (por ejemplo, los preservativos). Existen muchos métodos entre los que escoger; en nuestro contexto, estos son los métodos a los que puede acceder fácilmente: _____.

16 <https://www.rescue.org/sites/default/files/document/2113/themhminemergenciestoolkitfullguide.pdf>

[AÑADA métodos según el contexto: preservativos, píldoras, implantes, dispositivos intrauterinos (DIU) o métodos permanentes.]

- El uso de anticonceptivos permite a muchas personas disfrutar de su intimidad sin tener que preocuparse por un embarazo no deseado. Los preservativos para hombres y mujeres en particular permiten a las personas disfrutar del sexo con una preocupación menor por las infecciones de transmisión sexual¹⁷.
- Ningún método anticonceptivo es perfecto, y cada método tiene sus propias características. Algunos métodos varían en eficacia en la prevención del embarazo. Algunos métodos tienen efectos secundarios, y algunos requieren una consulta en el centro de salud.
- El embarazo antes de que una niña madure completamente puede ser muy perjudicial. Las complicaciones en el embarazo y el parto son la causa principal de mortalidad en las niñas de 15 a 19 años en todo el mundo.
- Proporcionar apoyo a las niñas recién casadas para que accedan a métodos de planificación familiar puede ayudarlas a evitar los peligros relacionados con el embarazo. Además, ayudar a las niñas a consultar a un proveedor de atención de salud para que controle el desarrollo del embrión o el bebé es fundamental, pues en ocasiones se deben tomar decisiones médicas si la vida de la niña o la mujer está en peligro a raíz del embarazo.
- Si a las niñas se las aparta de los proveedores de atención de salud o si estas reciben una respuesta negativa o inadecuada de un miembro del personal del centro de salud, deben informar a una persona del espacio seguro que pueda comunicar esto a las personas pertinentes. Las niñas tienen derecho a tener acceso a servicios sanitarios, independientemente de si están casadas, solteras, divorciadas o tienen una discapacidad.
- [CONTEXTUALIZACIÓN: Si está disponible en su contexto, mencione lo siguiente:] Existen métodos discretos (como inyecciones o DIU) que se pueden utilizar discretamente y requieren menos visitas al centro de salud. A menudo, las mujeres y las niñas prueban diferentes métodos para saber cuál les funciona mejor. Un proveedor de atención de salud puede ofrecer más información sobre las ventajas, los inconvenientes, la eficacia y los efectos secundarios de los distintos métodos.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Cuáles son algunos de los retos a los que nos enfrentamos a la hora de acceder a los anticonceptivos?
- ¿Qué podemos hacer para lidiar con algunos de estos retos en nuestra comunidad?



HAGA LO SIGUIENTE: Anote las estrategias que mencionen sobre cómo lidiar con estos retos y añádalas a los mensajes clave al final de la sesión.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Pueden compartir esta información con las niñas? ¿Por qué?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- Disponer de información sobre el sexo y el embarazo no aumenta la probabilidad de que las niñas mantengan relaciones sexuales, sino que las ayuda a estar más preparadas con información práctica y les aporta nuevos instrumentos para tomar decisiones sobre el sexo y el embarazo (cuando llegue el momento oportuno).
- Es mejor que las niñas hablen con un familiar seguro, en lugar de que obtengan información errónea de sus iguales u otros adultos. Podemos ponerles en contacto con los proveedores de atención de salud de sus comunidades si tienen más preguntas o si su hija tiene problemas de salud actualmente.



Como hemos dicho antes, durante la pubertad, es posible que los adolescentes tengan más deseos de mantener relaciones sexuales debido a los cambios hormonales. Incluso si el sexo entre adolescentes es tabú en la sociedad, algunos optarán por mantener relaciones. No obstante, aunque hay adolescentes que puedan parecer adultos, no tiene el mismo nivel de conocimiento sobre el sexo y el embarazo ni la experiencia vital necesaria para tomar en todo momento las mejores decisiones. Por ello, es importante que dispongan de información precisa.

¹⁷ Las infecciones de transmisión sexual se transmiten de una persona a otra por contacto sexual o genital sin protección. Algunos ejemplos de ITS son el virus de la inmunodeficiencia humana/síndrome de inmunodeficiencia adquirida (VIH/sida) y la clamidiosis.

Mensaje clave



DIGA LO SIGUIENTE: Puede resultar incómodo o poco habitual hablar sobre estos temas, pero es importante que cambiemos esta percepción, porque no hablar sobre ello puede llevar a las niñas a no estar sanas ni ser felices y porque es importante que las niñas conozcan sus cuerpos y los cambios que están experimentando. Esta información puede resultar muy útil si proviene de un/a cuidador/a, alguien en quien la niña confíe. Además, existen otras personas que pueden ofrecer a las niñas información precisa, como aquellas presentes en el espacio seguro o en un centro de salud. Se debe alentar a las niñas a conocer sus cuerpos independientemente de si están casadas, solteras o divorciadas, o de si tienen una discapacidad.

Comprobación (5 minutos)

PREGUNTE a los cuidadores qué les ha parecido la sesión y si quieren que se realice algún cambio para la siguiente. (Es importante que reaccione ante los cambios sugeridos por los cuidadores, así como que explique las razones por las que no son posibles).

RECUERDE a los cuidadores que pueden dejar valoraciones en la caja de comentarios y que usted estará disponible al final de la sesión para hablar con ellos si es necesario.

Conclusión (5 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Hablen con las niñas sobre una forma de que los avisen cuando necesiten hablar de algo en privado, ya sea relacionado con la menstruación o con cualquier otro tema. Algunas formas de hacerlo son:

- Una palabra clave
- Una petición para dar un paseo
- Un momento especial del día en el que hablan con ella en privado

SESIÓN 5:

EL APOYO DE LAS ADOLESCENTES

(Cuidadores de niñas casadas)

Objetivos de la sesión:

Al final de la sesión, los cuidadores:

1. Obtendrán información sobre los cambios físicos y emocionales que atraviesan las niñas durante la adolescencia.
2. Aprenderán a favorecer el bienestar físico y emocional de las niñas durante este período.
3. Ayudarán a las niñas a recibir información sobre salud sexual y reproductiva y serán capaces de proporcionarles información básica sobre este tema.

Materiales:

- ☐ papel de rotafolio
- ☐ rotuladores
- ☐ modelo médico del sistema reproductor femenino (si está disponible)
- ☐ recursos 4.3, 5.1 y 5.2
- ☐ cartografía de servicios de los proveedores de atención de salud sexual y reproductiva para las niñas presentes en el contexto, la ubicación o las ubicaciones circundantes

Preparación:

- Si los cuidadores tienen hijas con discapacidad, prepárese con información pertinente para las niñas con discapacidad, hable con las organizaciones locales asociadas en la discapacidad para comprobar si puede realizar alguna remisión. A lo largo de toda la sesión, se incluye información relacionada con la discapacidad en cuadros.
- Si los cuidadores formulan preguntas durante la última sesión que usted no sea capaz de responder inmediatamente, realice un seguimiento con su responsable o los colegas pertinentes para estar preparado para ofrecerles una respuesta en la sesión 5.
- Es posible que los facilitadores encuentren cierta reticencia por parte de los cuidadores al intentar animarlos a comunicar a las niñas la información sobre salud sexual y reproductiva de los adolescentes. Es importante que los facilitadores consulten el **apéndice A12** de la parte 1 de Las Niñas Brillan sobre la presentación de temas relacionados con esta cuestión a los cuidadores antes de la sesión como parte de su preparación para facilitadores.
- Lista o cartografía de servicios de los proveedores de atención de salud sexual y reproductiva para las niñas presentes en el contexto, la ubicación o las ubicaciones circundantes.
- Para la actividad 1, prepárese con el recurso sobre anticonceptivos para poder compartir información con los participantes sobre los diferentes métodos anticonceptivos. Asegúrese de comprobar que los métodos de los que habla estén disponibles en su contexto.

Nota para el facilitador:

Es posible que los cuidadores deseen obtener más información sobre los métodos anticonceptivos y otra información relacionada con la planificación familiar o las infecciones de transmisión sexual (ITS), pero son temas que no se tratan en esta sesión. Existen multitud de recursos incluidos en el programa Las Niñas Brillan a los que puede recurrir para presentar una sesión independiente. Estos se pueden encontrar en la parte 2 de Las Niñas Brillan.

Duración: 2 horas

Bienvenida y examen (15 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Qué información compartieron con las niñas de la última sesión? ¿Qué información no compartieron y por qué motivos?



NOTA: Trate de entender si esto se debe a que estaban de acuerdo con la información, se sentían incómodos o a que creían que no sabían tenían conocimientos suficientes.

Análisis (10 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Hoy vamos a hablar sobre el embarazo, la planificación familiar y el acceso a la información y los servicios de salud sexual y reproductiva. Este tema puede ser delicado, pero esta información puede salvar la vida de las mujeres y las niñas, y estas tienen derecho a disponer de información sobre sus cuerpos y su salud, de modo que intentaremos encontrar una manera de hablar sobre ello que les haga sentirse cómodas y seguras.

- Recuerde al grupo los acuerdos grupales y pregúnteles si desean añadir acuerdos nuevos para esta sesión.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: Piensen en el momento en el que se casaron por primera vez. Piensen en:

- La información a la que tenían acceso sobre sexo y planificación familiar, incluidos los servicios a los que podían acudir para obtener ayuda.
- Los participantes no tienen que compartir sus respuestas con el grupo, pero si hay algo que deseen compartir sobre sus reflexiones, pueden hacerlo.



DIGA LO SIGUIENTE:

- Disponer de información nos aporta un mayor control sobre nuestros cuerpos y nos ayuda a estar mejor informados sobre nuestros derechos y nuestras opciones.
- Todas las mujeres y las niñas se benefician de la información sobre sus cuerpos, tanto las mujeres y niñas solteras como las que tienen discapacidad, las divorciadas y otros grupos que no siempre reciben esta información.

Actividades (1 hora y 25 minutos)

Actividad 1: Cómo se produce el embarazo (45 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Sabemos que una persona se puede quedar embarazada cuando empieza a menstruar, hablemos sobre los retos y soluciones para hablar sobre el embarazo.



HAGA LO SIGUIENTE: En grupos, pida a los cuidadores que hablen sobre las preguntas siguientes:

- Cuando eran niñas, ¿qué sabían sobre el embarazo y sobre cómo se produce? ¿Quién les proporcionó esta información?
- ¿Qué tipo de información tienen ahora que creen que les habría resultado útil en ese momento?
- ¿Qué tipo de información creen que falta?
- ¿Qué sabían sobre planificación familiar y los diferentes métodos? ¿Es diferente a lo que saben ahora?

✓ **HAGA LO SIGUIENTE:** Pida al grupo que comparta algunas de sus reflexiones.

AÑADA información que puede que no mencionen, como la siguiente:

- Una persona que desea tener sexo, pero no un embarazo, puede utilizar un anticonceptivo (algo que impide que nos quedemos embarazadas).
- Las mujeres y los hombres también pueden utilizarlos para planificar el momento en el que desean tener bebés y cuántos.
- Muchos métodos anticonceptivos son para uso por parte de las mujeres y las niñas, pero también existen métodos que pueden emplear los hombres. Indique los anticonceptivos disponibles en su contexto.
- El uso de anticonceptivos permite a muchas personas disfrutar de su intimidad sin tener que preocuparse por un embarazo no deseado. Los preservativos para hombres y mujeres en particular permiten a las personas disfrutar del sexo con una preocupación menor por las infecciones de transmisión sexual¹⁸.
- Ningún método anticonceptivo es perfecto, y cada método tiene sus propias características. Algunos métodos varían en eficacia en la prevención del embarazo. Algunos métodos tienen efectos secundarios, y algunos requieren una consulta en el centro de salud.
- Si está disponible en su contexto, mencione lo siguiente: Existen métodos discretos (como inyecciones o DIU) que se pueden utilizar discretamente y requieren menos visitas al centro de salud. A menudo, las mujeres y las niñas prueban diferentes métodos para saber cuál les funciona mejor. Un proveedor de atención de salud puede ofrecer más información sobre estos.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Conocían estos métodos?
- ¿Cuáles son algunos de los retos a los que nos enfrentamos a la hora de acceder a los anticonceptivos?
- ¿Qué podemos hacer para lidiar con algunos de estos retos en nuestra comunidad?

[**ANOTE** las estrategias que mencionen sobre cómo lidiar con estos retos y añádalas a los mensajes clave al final de la sesión.]



DIGA LO SIGUIENTE: Es especialmente importante que las niñas recién casadas tengan acceso a esta información para estar mejor informadas sobre las formas de anticoncepción disponibles que les ayuden a tomar decisiones sobre la planificación familiar.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- El embarazo antes de que una niña madure completamente puede ser muy perjudicial. Las complicaciones en el embarazo y el parto son la causa principal de mortalidad en las niñas de 15 a 19 años en todo el mundo. Cuando una madre tiene menos de 20 años, es más probable que su hijo sea mortinato o muera en las primeras semanas de vida que el bebé de una madre mayor¹⁹.
- Ayudar a las niñas recién casadas a acceder a métodos de planificación familiar puede ayudarlas a evitar los peligros relacionados con el embarazo. Además, ayudar a las niñas a consultar a un proveedor de atención de salud para que controle el desarrollo del embrión o el bebé es fundamental, pues en ocasiones se deben tomar decisiones médicas si la vida de la niña o la mujer está en peligro a raíz del embarazo.
- Si a las niñas se las aparta de los proveedores de atención de salud (o si estas reciben una respuesta negativa o inadecuada de un miembro del personal del centro de salud), deben informar a una persona del espacio seguro que pueda comunicar esto a las personas pertinentes. Las niñas tienen derecho a tener acceso a servicios sanitarios, independientemente de si están casadas, solteras, divorciadas o tienen una discapacidad.

18 Las infecciones de transmisión sexual se transmiten de una persona otra por contacto sexual o genital sin protección. Algunos ejemplos de ITS son el virus de la inmunodeficiencia humana/síndrome de inmunodeficiencia adquirida (VIH/sida) y la clamidiosis.

19 <https://www.girlsnotbrides.org/themes/health/>



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Pueden compartir esta información con las niñas casadas? ¿Por qué?



NOTA: Es posible que exista cierta reticencia a compartir información sobre métodos anticonceptivos debido al valor que se le da a la fertilidad de las niñas. Intente obtener historias sobre los efectos positivos por parte de los participantes al compartir información con las niñas para resaltar la importancia de esta información.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Disponer de información precisa sobre anticonceptivos y planificación familiar ayuda a las niñas y sus esposos a pensar en el momento oportuno para tener hijos, los ayuda a planificarse mejor y a tomar decisiones mejor fundamentadas.

Actividad 2: La salud sexual y la toma de decisiones (40 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Ahora voy a compartir con ustedes la historia de Rima, la cual emplearemos para hablar sobre salud sexual y toma de decisiones.

Historia de Rima

Rima tiene 16 años y se acaba de casar. Justo antes de la boda, las mujeres de su familia le hablaron sobre el sexo y el embarazo. No tuvo tiempo de realizar preguntas. La primera vez que mantuvo relaciones sexuales, tenía miedo y no podía acordarse de lo que sus familiares le habían contado. No habló con su esposo sobre si ella quería mantener relaciones sexuales o no ni sobre si utilizarían un anticonceptivo. Poco después, Rima se quedó embarazada. Rima luchó para salir adelante: mudarse a un nuevo hogar, tener relaciones sexuales por primera vez, empezar una relación y ahora quedarse embarazada era mucho para una niña joven.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Se parece a otras historias que conozcan?



DIGA LO SIGUIENTE: Intentemos reinventar la historia de Rima. Si pudiésemos cambiar algo sobre la experiencia de Rima en la historia, ¿qué sería?



HAGA LO SIGUIENTE: Divida a los participantes en grupos pequeños y pídales que imaginen que son la madre o la suegra de Rima. Pregunte a los grupos qué harían para ayudar a Rima en la historia. Cuando hayan terminado, pídales que compartan sus ideas con el grupo.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Únicamente podremos tomar las mejores decisiones sobre relaciones íntimas, sexo y procreación si disponemos de información precisa sobre la salud sexual y reproductiva. Si las mujeres y las niñas tienen derecho a tomar decisiones sobre cuándo y con quién casarse, tendrán más poder sobre el momento y las circunstancias en los que mantener relaciones sexuales y sobre la persona con la que hacerlo, tendrán una mayor oportunidad de negociar el uso de preservativos u otros métodos de anticoncepción, podrán decidir si quedarse embarazadas o tener hijos y cuándo, y, por tanto, evitar el embarazo antes de los 18 años, que puede derivar en graves efectos para la salud.

Mensaje clave



DIGA LO SIGUIENTE: Es mejor que las niñas recién casadas hablen con un familiar seguro o un adulto de confianza, en lugar de que obtengan información errónea de sus iguales u otros adultos. Podemos ponerle en contacto con los proveedores de atención de salud de sus comunidades si ustedes, su hija o su nuera tienen más preguntas o tienen problemas de salud actualmente. Piensen en una forma en la que las niñas los pueden avisar cuando necesiten hablar de algo en privado, ya sea relacionado con la menstruación, el sexo, los problemas de las relaciones o con cualquier otro tema. Algunas formas de hacerlo son:

- Una palabra clave
- Una petición para dar un paseo
- Un momento especial del día en el que hablan con ella en privado

Comprobación (5 minutos)

PREGUNTE a los cuidadores qué les ha parecido la sesión y si quieren que se realice algún cambio para la siguiente. (Es importante que reaccione ante los cambios sugeridos por los cuidadores, así como que explique las razones por las que no son posibles).

RECUERDE a los cuidadores que pueden dejar valoraciones en la caja de comentarios y que usted estará disponible al final de la sesión para hablar con ellos si es necesario.

Conclusión (5 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Informe a las niñas sobre las diferentes formas en las que pueden hablar con usted si necesitan conversar sobre algo en privado. Escojan juntos una estrategia con la que ambos se sientan cómodos.

SESIÓN 6:

EL ENTORNO FAMILIAR

Objetivos de la sesión:

Al final de la sesión, los cuidadores:

1. Reconocerán la importancia de un entorno familiar sano.
2. Aprenderán consejos y técnicas que los ayudarán a impulsar un entorno familiar sano.

Materiales:

- ☐ papel de rotafolio
- ☐ rotuladores
- ☐ lápices o bolígrafos de colores
- ☐ papel A4

Nota para el facilitador: Esta sesión puede ser delicada y mencionar experiencias difíciles para los cuidadores. Asegúrese de recordarles los “acuerdos grupales” (sesión 1) y de comprobar si desean añadir más acuerdos grupales para esta sesión. Prepárese con información sobre los servicios a los que pueden acceder las mujeres si necesitan un apoyo adicional.

Duración: 2 horas

Bienvenida y examen (10 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Han hablado con las niñas sobre las diferentes formas en las que pueden hablar con ustedes si necesitan conversar sobre algo en privado? ¿Cómo fue?

Análisis (20 minutos)



NOTA: En esta sesión, tenga en cuenta las normas de género que refuerzan la idea de que la responsabilidad de criar a los niños en el hogar es de la mujer. Es importante aclarar que el cuidado de los niños es una responsabilidad compartida.



DIGA LO SIGUIENTE: Hoy vamos a hablar sobre el entorno familiar. Con este término, nos referimos a las relaciones y experiencias que tenemos dentro de nuestra estructura familiar.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: Cuando nos imaginamos un entorno familiar, ¿en qué pensamos?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: El entorno familiar puede incluir diferentes aspectos:

- **Entorno físico** — por ejemplo, una casa o un espacio físico concreto.
- **Entorno emocional** — por ejemplo, estresante, tenso, feliz, relajado, espacio seguro o comunicación abierta.
- **Entorno de aprendizaje** — por ejemplo, estimulante o que retrasa el crecimiento, ejemplo de buen o mal comportamiento, que fomenta o desalienta la comunicación y las ideas.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Qué convierte un entorno familiar en inseguro, tenso o estresante? (Violencia física o verbal hacia los niños, las nueras o entre una pareja –por ejemplo, peleas, gritos, discusiones, castigos severos, etc.)
- ¿Cuál creemos que es el efecto del estrés en el hogar sobre las niñas, las nueras y los niños?
- ¿Y sobre nosotras, como mujeres?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: A medida que crecen, los niños que están expuestos a una violencia y un entorno domésticos estresantes pueden mostrar indicios de problemas. Los niños y adolescentes jóvenes pueden tener más dificultad con las tareas escolares y mostrar una concentración y un enfoque deficientes. Otros se sienten socialmente aislados, incapaces de establecer amistades fácilmente y pueden mostrar también indicios de comportamiento agresivo²⁰. Cada situación es única, y algunos niños pueden o no experimentar estos problemas en función del apoyo que reciban y sus mecanismos de afrontamiento.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Cómo cree que afecta esto a las niñas que están casadas? ¿En qué se asemeja o se diferencia la situación a la de las niñas solteras?
- ¿Y a la de las niñas divorciadas? ¿Y a la de las niñas con discapacidad?



DIGA LO SIGUIENTE:

- Existen algunos aspectos que no podemos controlar, como el lugar o la estructura en la que vivimos, pero podemos tomar algunas medidas para hacer que estos espacios sean seguros y propicios para nuestra familia.
- Las niñas con discapacidad, así como las casadas o divorciadas, pueden tener necesidades adicionales que se deben tener en cuenta. Por ejemplo, es posible que se espere que las niñas casadas asuman responsabilidades adultas antes de estar preparadas, que las niñas con discapacidad requieran un apoyo adicional por parte de un cuidador y que las niñas divorciadas sufran estigmatización y aislamiento en la comunidad y en su familia directa.



NOTA: Es posible que algunos cuidadores no comprendan del todo la idea de cómo un entorno puede definir a un niño. Puede que piensen que un niño está “bendecido” o no para prosperar en la vida o no. Es importante hacer hincapié en que el entorno es un factor fundamental a la hora de determinar las experiencias y oportunidades de un niño.



DIGA LO SIGUIENTE: Como cuidadores, podemos decidir si utilizamos la violencia con nuestros hijos o no. Si queremos que nuestros hijos crezcan sanos, debemos aprovechar nuestro poder para escoger no ser violentos.



NOTA: Las mujeres pueden decir que no tienen control sobre su entorno familiar, y que son los hombres quienes influyen en la experiencia del entorno. Aliente a las mujeres a pensar en sus interacciones privadas con sus hijos y nueras, y también a negociar para obtener un mayor poder de decisión.

Actividades (1 hora y 5 minutos)

Actividad 1: Relaciones sanas (25 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Quiero que pensemos en grupo sobre cómo es una “relación sana”.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Qué entendemos por el término “relaciones sanas”? (Son relaciones basadas en el respeto, la confianza y la honestidad. Son relaciones que nos hacen sentir bien y felices y en las que tenemos un poder compartido con nuestra pareja).



HAGA LO SIGUIENTE:

- Divida a los participantes en dos a cuatro grupos.
- Deje a los participantes cinco minutos para que compartan ideas sobre las muchas características de una relación sana entre cuidador/a e hija, entre esposo y esposa y entre novio y novia. No tiene por qué ser un reflejo de las propias mujeres ni de su situación actual.
- Pida al grupo que comparta sus ideas con el grupo.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Qué nos indica esta lista sobre los aspectos que constituyen una relación sana y segura entre dos personas?

AÑADA lo siguiente, si no se menciona:

- Hablar con la otra persona de forma amable sin gritar ni insultar.
- Mujeres con un poder y una facultad para tomar decisiones compartidos con los hombres sobre la crianza y la educación de los hijos y sobre los gastos de la familia.
- Escuchar a los demás y mostrar empatía.
- Ser capaces de expresar sentimientos mutuamente.
- Respetar a los demás como personas y apoyar sus objetivos, deseos y sueños.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Lo que hemos mencionado refleja nuestra experiencia real como cuidadores?



DIGA LO SIGUIENTE: Las mujeres pueden experimentar ira, estrés o incluso violencia por parte de sus esposos o novios, o debido a otras causas, como el desplazamiento. Es posible que expresen su ira o frustración con sus hijos, en particular las adolescentes, debido a la posición que ocupan las niñas dentro de la familia. La violencia es una elección; esta elección genera un entorno inseguro para los hijos en el hogar y puede afectar a su desarrollo a largo plazo.

Actividad 2: Medidas para conseguir un entorno familiar sano (40 minutos)



HAGA LO SIGUIENTE: Lea la siguiente historia a los cuidadores; a continuación, divídalos en dos grupos y proporcione a cada grupo una pregunta sobre la que deberán pensar. Compartirán sus reflexiones con el grupo.

Cuidadores de niñas solteras	Cuidadores de niñas casadas o divorciadas
Normalmente, Jihan (14 años) ayuda a su madre Amira con las tareas del hogar, pero últimamente no lo está haciendo. Un día, Amira llega a casa y Jihan no ha preparado la comida. Amira está muy enfadada. Le pregunta a Jihan por qué no ha preparado la comida; Jihan le dice a Amira que tiene que terminar sus tareas escolares porque tiene exámenes. Amira está enfadada con Jihan y le dice que está siendo irrespetuosa.	Normalmente, Jihan ayuda a su madre o su suegra, Amira, con las tareas del hogar, pero últimamente no lo está haciendo. Un día, Amira llega a casa y Jihan no ha preparado la comida. Amira está muy enfadada. Le pregunta a Jihan por qué no ha preparado la comida; Jihan le dice a Amira que está teniendo muchas dificultades para atender a su esposo y a su bebé. Amira está enfadada con Jihan y le dice que está siendo irrespetuosa.



DIGA LO SIGUIENTE: Me gustaría que se tomaran unos minutos para pensar en lo que ha ocurrido. [Repita la historia si es necesario.] A continuación, en grupos, respondan a las siguientes preguntas:

- **Grupo 1:** ¿Qué emociones experimentó Amira? ¿Qué emociones experimentó Jihan? ¿Cómo pueden expresar lo que sienten a la otra persona?



NOTA: Los facilitadores deben pedir a las mujeres que intenten pensar desde el punto de vista de Amira y de Jihan.

- **Grupo 2:** ¿Cómo puede Amira mejorar su comunicación con Jihan?



NOTA: Los facilitadores deben pedir a las mujeres que piensen en cosas prácticas que pueden decir o hacer en estas situaciones.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE²¹: A la hora de lidiar con una situación similar a la vivida por Amira y Jihan, podemos tener en cuenta lo siguiente:

- **Sean empáticos:** pónganse en la piel de la otra persona y piensen en cómo se sentirá con lo que le están diciendo. ¿Cómo se sentirían ustedes si se invirtiesen los roles? Dejen tiempo a los demás para responder a las preguntas y explicarse.
- **Piensen en su lenguaje corporal:** mantengan contacto visual e intenten sentarse o ponerse de pie de manera relajada. No utilicen un lenguaje conflictivo ni lenguaje corporal agresivo.
- **Escuchen:** cuando estamos estresados, tendemos a escuchar mal. Es importante ofrecer a la persona toda su atención.
- **Mantengan la calma y la concentración:** la comunicación es más sencilla cuando estamos calmados. Respiren profundamente e intenten mantener un ambiente de calma. Es más probable que los demás estén calmados si ustedes también lo están.
- **Utilicen enunciados en primera persona:** Si la situación es tensa, el uso de enunciados en primera persona puede ayudar a centrarse en los efectos de las acciones de una persona, en lugar de en las acciones en sí mismas. Es posible que resulte más sencillo para los familiares comunicarse cuando una acción no está señalada como culpable, y los adultos jóvenes y los adolescentes en particular pueden ser más receptivos a escuchar cómo sus acciones han afectado a los demás cuando el lenguaje utilizado no es acusatorio. Estos son algunos ejemplos de enunciados en primera persona:
 - o “No me siento respetado cuando alguien me levanta la voz”.
 - o “Me siento muy triste cuando escucho palabras malsonantes porque hieren mis sentimientos”.



HAGA LO SIGUIENTE: Pida a los participantes que dediquen unos minutos a realizar una escenificación centrada en cómo podría afrontar Amira esta situación, teniendo en cuenta los enunciados en primera persona y el lenguaje corporal. Pida a los participantes que compartan su escenificación con el grupo.

Mensaje clave



DIGA LO SIGUIENTE: Aunque es posible que no tengamos el poder para cambiar todo lo que nos rodea, podemos tomar pequeñas medidas para favorecer la comunicación con nuestros hijos, incluidas nuestras hijas o nueras. Una sólida comunicación puede derivar en relaciones sanas que pueden favorecer un entorno familiar propicio.

Comprobación (5 minutos)

PREGUNTE a los cuidadores qué les ha parecido la sesión y si quieren que se realice algún cambio para la siguiente. (Es importante que reaccione ante los cambios sugeridos por los cuidadores, así como que explique las razones por las que no son posibles).

RECUERDE a los cuidadores que pueden dejar valoraciones en la caja de comentarios y que usted estará disponible al final de la sesión para hablar con ellos si es necesario.

Conclusión (5 minutos)



HAGA LO SIGUIENTE: Pida a los cuidadores que practiquen las técnicas de comunicación que hemos aprendido hoy con las adolescentes y las nueras. Concretamente, pídale que piensen en utilizar los enunciados en primera persona y comparta las reacciones sobre si esta técnica ha sido útil o no.



NOTA PARA LOS FACILITADORES: PARA LA SIGUIENTE SESIÓN

- ☐ Prepare las historias de Jane y Leia antes de la sesión mediante algunas ilustraciones básicas.

SESIÓN 7:

ANÁLISIS DE NUESTRAS RELACIONES CON LAS ADOLESCENTES

Objetivos de la sesión:

Al final de la sesión, los cuidadores:

1. Analizarán el concepto de empatía y practicarán técnicas para aumentar su empatía hacia sus hijas.
2. Serán conscientes de los derechos de las niñas y las ayudarán a acceder a ellos.
3. Continuarán estableciendo relaciones positivas con las niñas.

Materiales:

- ☐ papel de rotafolio
- ☐ rotuladores
- ☐ bolígrafos
- ☐ papel A4

Preparación: Escriba o dibuje las historias de Jane y Leila en el rotafolio

Duración: 2 horas

Bienvenida y examen (10 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Han practicado las técnicas de comunicación aprendidas en la última sesión con las adolescentes y las nueras? ¿Cuáles han utilizado?



DIGA LO SIGUIENTE: En la última sesión, hablamos sobre lo que significa tener un entorno familiar sano, y uno de los aspectos sobre los que hablamos fue el entorno emocional. Uno de los factores clave de los que hablamos en relación con la creación de un entorno familiar sano era la buena comunicación. Hoy vamos a hablar con más detalle sobre la comunicación con las adolescentes y sobre cómo podemos fortalecer nuestras relaciones con ellas durante este período de transición para las niñas.

Análisis (15 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cuáles son algunos de los desafíos o problemas a los que se enfrentan los cuidadores de las adolescentes?



DIGA LO SIGUIENTE:

- A veces, los problemas que tienen con las niñas pueden deberse a aspectos que se escapan a su control y es posible que tampoco sean culpa de las niñas.
- Al vivir en situaciones difíciles, los cuidadores se enfrentan a mucha presión y mucho estrés que pueden afectar a la forma en la que tratan a sus hijos.
- Es importante escuchar a las niñas y comunicarse con ellas durante su crecimiento. Esto ayuda a crear un entorno familiar sano.
- Se tarda un tiempo en establecer relaciones, y es normal tener dificultades para iniciar una conversación que sea diferente a nuestra rutina o nuestros patrones habituales, pero, con esfuerzos continuos, podemos conseguirlo.

[En el caso de los cuidadores de niñas casadas, AÑADA LO SIGUIENTE:]

- Es posible que las niñas casadas no vean a menudo a sus cuidadores y que sea difícil para las madres conocer los sentimientos o las experiencias de sus hijas.
- En el caso de las suegras, es posible que aún estén conociendo a su nuera y pasando por los ajustes que se producen cuando una nueva persona se une a la familia.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Quién es responsable de establecer una relación sana con las niñas? (Tanto los cuidadores como las cuidadoras y las suegras).
- ¿Por qué es importante establecer la relación entre ustedes y sus hijas o nueras?

Cuidadores de niñas solteras:	Cuidadores de niñas casadas o divorciadas:
• Especialmente durante períodos de incertidumbre, crisis o desplazamiento, es importante intentar, en la medida de lo posible, seguir estableciendo relaciones con todos sus hijos. • Es algo fundamental si desean asegurarse de que están sanos, felices y seguros. • Esto ayudará a que sus hijas tengan una mayor disposición a hablar sobre sus problemas, necesidades y preocupaciones con ustedes. • El hecho de intentar ponerse en su piel abre un espacio para el diálogo y los alertará de los posibles riesgos o problemas a los que puedan enfrentarse. • En estas situaciones, algunos cuidadores pueden pensar que lo mejor es que la niña esté casada y que piense que esta es la mejor opción para su futuro. Existen otras opciones que se pueden estudiar antes de tomar el camino del matrimonio. • La comunicación con las niñas y el análisis de sus deseos y necesidades para el futuro podrían ayudar a evitar los problemas a los que se pueden enfrentar si se casan a una edad temprana.	• Especialmente durante períodos de incertidumbre, crisis o desplazamiento, es importante intentar, en la medida de lo posible, seguir estableciendo relaciones con todos sus hijos, incluidas las niñas casadas y las nueras. • Su relación con sus hijas casadas en particular puede cambiar, pues ya no las verán con tanta frecuencia, pero esto no implica que no los necesiten. En todo caso, los necesitarán más, ya que vivirán muchas experiencias nuevas. • En períodos de incertidumbre y desplazamiento, las niñas pueden contraer matrimonio a una edad incluso más temprana de lo que lo habrían hecho antes del desplazamiento. • Las niñas siguen creciendo y pueden tener dificultades para asumir las responsabilidades adultas, lo que puede generar tensión en su nuevo hogar. • Aunque las niñas estén casadas, siguen siendo jóvenes y debería animárseles y ayudárseles a acceder a las mismas oportunidades que sus homólogas solteras. Los cuidadores pueden desempeñar un papel importante en la defensa de este derecho para las niñas casadas. • La comunicación con las niñas y el análisis de sus deseos y necesidades podrían ayudar a evitar los problemas a los que se pueden enfrentar durante el matrimonio.

Actividades (1 hora y 5 minutos)

Actividad 1: Comunicación con las niñas (25 minutos)



HAGA LO SIGUIENTE: Lea los siguientes escenarios al grupo. Después de cada escenario, pida a los voluntarios que den un paso al frente para escenificar el escenario y demostrar cómo responderían ante cada situación.



NOTA: Si los cuidadores sugieren formas perjudiciales de lidiar con la situación, por ejemplo, castigar a la niña pegándole, gritándole, etc., pregúnteles qué riesgos o beneficios tiene este tipo de respuesta. También puede preguntar a otros cuidadores si tienen sugerencias alternativas sobre cómo gestionar la situación.

CONTEXTUALIZACIÓN: No todos los escenarios son pertinentes en todos los contextos. Elija los que sean más pertinentes en el suyo. No tiene por qué representar todos los escenarios.

Cuidadores de niñas solteras:

Escenario 1:

Betty está atravesando la pubertad y está experimentando muchos cambios. Betty tiene muchas preguntas sobre la pubertad. Normalmente, este no es un tema del que se hable abiertamente, y Alice (su madre) no tiene todas las respuestas.

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Qué le aconsejarían a Alice?

 **NOTA:** Es importante mencionar que Betty tiene derecho a disponer de información sobre su cuerpo. Alice puede buscar ayuda en un espacio seguro o acudir a un proveedor de atención de salud si no está segura de cómo explicárselo a Betty.

Escenario 2:

Asha se ha estado sintiendo muy mal últimamente y Dana, su cuidadora, está preocupada. Un día, Dana escuchó una conversación entre Asha y una amiga sobre un niño que había decepcionado a Asha. Dana cree que es posible que Asha tenga una relación y esté teniendo algunos problemas.

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Cómo lidiarían con esta situación?

 **NOTA:** Intente animar a los cuidadores a mantener una conversación con las niñas que no sea sentenciosa para que las niñas no sientan que deben guardar secretos a su madre y que si la niña está experimentando algún riesgo, puede acudir a su madre sin miedo a ser juzgada o rechazada. Esto se aplica al escenario actual, pero también de manera más general en caso de que no resulte apropiado hablar sobre novios.

Cuidadores de niñas casadas o divorciadas:

Escenario 1:

Betty se acaba de casar y quiere seguir yendo a la escuela. Quiere información sobre planificación familiar para poder retrasar el embarazo. Le pregunta a Alice, su madre o suegra. Alice no sabe cómo responder a Betty.

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Qué le aconsejarían a Alice?

 **NOTA:** Es importante mencionar que Betty tiene derecho a disponer de información sobre su cuerpo. Alice puede buscar ayuda en un espacio seguro o acudir a un proveedor de atención de salud si no está segura de cómo respaldar la petición de información de Betty.

Escenario 2:

Asha se ha estado sintiendo muy triste, y Dana, su madre o suegra, escuchó una discusión muy fuerte entre Asha y su esposo. Dana está preocupada por que la relación no esté yendo bien.

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Cómo debería lidiar Asha con esta situación?

 **NOTA:** Intente animar a los cuidadores a hablar con la niña para ver cómo se siente. La madre o suegra debería intentar no ponerse de ningún lado y hablar con las niñas de forma no sentenciosa. Esto ayudaría a las niñas a hablar con su madre o suegra sobre lo que está ocurriendo desde el punto de vista de la niña. A menudo, culpamos inmediatamente a la mujer o la niña en estas situaciones y, como mujeres, deberíamos mostrar solidaridad con otras mujeres y niñas, pues sabemos lo difíciles que pueden ser para nosotras algunas de estas situaciones.

Escenario 3:

Randa está creciendo y empieza a desafiar y cuestionar a sus cuidadores mucho más que antes. Un día, su madre le pide que vaya a buscar agua. En lugar de hacer lo que su madre le ordena, le pregunta por qué nunca les pide a sus hermanos que vayan a buscar agua. Randa dice que tiene muchos deberes y quiere que sus hermanos asuman más responsabilidad en el hogar.

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Cómo lidiarían con esta situación?

 **NOTA:** Es importante mencionar que Randa tiene derecho a ir a la escuela y también a tener tiempo libre y que es beneficioso para todos que las tareas se repartan de manera justa e igualitaria para que no recaigan sobre una sola persona.

Escenario 3:

Randa se ha casado hace poco y está lidiando con todas las responsabilidades que se le han atribuido. No habla con nadie de la casa y parece estar triste todo el tiempo. Un día, su madre o suegra le preguntó por qué se comportaba mal y Randa se enfadó y le dijo que la dejase en paz.

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Qué harían si fuesen la madre o suegra de Randa?

 **NOTA:** Su madre o suegra puede intentar hablar con Randa sobre lo que le molesta y ver si puede encontrar una manera de facilitarle las cosas. Es mejor entablar la conversación sin culpar a nadie.

 **DIGA LO SIGUIENTE:** Aquí tienen algunos consejos adicionales que pueden utilizar para mejorar la comunicación con sus hijas.

 **HAGA LO SIGUIENTE:** Resuma los siguientes puntos. Escríbalos en un rotafolio:

Consejos de comunicación

- Animen a las niñas a expresar sus opiniones.
- Estudien formas de ayudar a las niñas a expresarse, especialmente a aquellas que tienen una discapacidad y no pueden comunicar sus opiniones de forma verbal.
- Intenten ponerse en su piel y comprender lo que sienten y piensan. En el caso de las suegras, pídanles que recuerden cómo fue el momento en el que se casaron por primera vez.
- Concédanles tiempo y atención, incluso aunque su vida sea muy ajetreada.
- No juzguen a las niñas con dureza, pues esto puede cerrar la comunicación y las oportunidades de acercarse a ellas.
- Animen a las niñas y ofrézcanles la oportunidad de ser útiles. El uso de elogios hace que todos, tanto la persona que lo utiliza como la que lo recibe, se sientan bien.
- Animen a las niñas a encontrar soluciones por sí mismas, haciéndoles preguntas y animándolas a pensar en las posibles consecuencias positivas y negativas de cualquier situación.
- Si les preocupa que las niñas vayan a ciertos sitios o hagan ciertas cosas, en lugar de decir que no, intenten ofrecer motivos por los que creen que no es buena idea o indiquen qué les preocupa para poder llegar a un entendimiento.

Actividad 2: La comunicación eficaz requiere tiempo (40 minutos)

 **DIGA LO SIGUIENTE:** Vamos a hablar sobre cómo respetar y entender los pensamientos, los sentimientos y las opiniones de los demás. Algunas personas emplean la palabra “empatía” para describir este sentimiento de respeto y atención.

 **NOTA:** No es necesario emplear la palabra empatía, siempre que se comunique su concepto y su fundamento principales. Puede optar, por ejemplo, por utilizar la frase “respeto o comprensión de los pensamientos, las opiniones y los sentimientos de los demás”.

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Alguien sabe lo que significa “empatía”?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Cuando pienso en “empatía”, pienso en trabajar para comprender la situación desde el punto de vista de otra persona, ver con los ojos de otra persona, escuchar con los oídos de otra persona y sentir con el corazón de otra persona. La empatía es la capacidad de una persona para ponerse en el lugar de otra y sentir cómo es.



DIGA LO SIGUIENTE: La empatía es, simplemente, la capacidad para comprender y tratar con cariño a nuestras hijas.

Escenario de culpa frente a empatía:

CONTEXTUALIZACIÓN

Cuidadores de niñas solteras	Cuidadores de niñas casadas o divorciadas
 DIGA LO SIGUIENTE: Quiero leerles una historia sobre Jane y Leila: Jane tiene 11 años y últimamente ha estado gritando a sus hermanos y se niega a hablar con su madre, Leila. Un día, después de clase, llega a casa y tira sus cosas al suelo. Su madre le pregunta qué ocurre. Jane le cuenta que no quiere ir a la escuela nunca más. Le dice que algunas de las niñas de su clase han empezado a burlarse de ella ahora que ha empezado a menstruar.  PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cómo creen que se siente Jane?	 DIGA LO SIGUIENTE: Quiero leerles una historia sobre Jane y Leila: Jane se ha casado hace poco y está visitando a su madre, Leila, y sus hermanos. Es la primera vez que está en casa desde que se casó. Cuando Leila le pregunta a Jane cómo es la vida de casada, Jane le cuenta a Leila que es muy difícil y que su esposo le grita.  PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cómo creen que se siente Jane?
 DIGA LO SIGUIENTE: Ahora voy a leer algunas de las posibles respuestas de Leila. Después de cada respuesta, me gustaría que se desplazasen al frente de la sala si creen que Leila estaba culpando a Jane, y al fondo de la sala si creen que Leila estaba siendo comprensiva o empática con la situación de Jane y sus sentimientos. Pueden quedarse en medio si no están seguros.  NOTA: Si los participantes tienen problemas de movilidad, puede cambiar la actividad para que todos levanten la mano o hablen en voz alta.	
1. Leila dice: “Debes tener algo que provoca a estas niñas. No puedo entender por qué alguien te haría esto”. <i>(Pausa de cinco segundos).</i>  DIGA LO SIGUIENTE: Leila la culpa. 2. Leila dice “Comprendo que estés molesta. Siento mucho que te haya pasado esto; no es tu culpa. La escuela es muy importante, así que ¿por qué no intentas solucionar el problema?”. <i>(Pausa de cinco segundos).</i>  DIGA LO SIGUIENTE: Leila muestra empatía.	1. Leila dice “Debes tener algo que provoca a tu esposo o haberle fallado como esposa de alguna forma. No puedo entender por qué te gritaría”. <i>(Pausa de cinco segundos).</i>  DIGA LO SIGUIENTE: Leila la culpa. 2. Leila dice “Comprendo que estés molesta. Siento mucho que te haya pasado esto; no es tu culpa. ¿Qué podemos hacer para intentar solucionar el problema?”. <i>(Pausa de cinco segundos).</i>  DIGA LO SIGUIENTE: Leila muestra empatía.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Cuál de las respuestas dadas por Leila prefieren? ¿Qué respuestas les gustaría oír si fuesen Jane?
- ¿Por qué la empatía es necesaria para ser cuidador/a o suegra de una adolescente?

AÑADA los siguientes puntos si no se mencionan en las respuestas:

Cuidadores de niñas solteras	Cuidadores de niñas casadas o divorciadas
• Tener empatía ayuda a garantizar que sus hijas satisfacen sus necesidades y se sienten seguras. • Los cuidadores pueden tener empatía por los demás y por sí mismos, y esto enseña a los niños a cuidarse y a cuidar de los demás. • Cuando respondemos con empatía a nuestros hijos, impulsamos un entorno social y emocional sano. • Tener empatía permite a nuestras hijas compartir sus problemas y hablar de manera abierta sobre ellos y sobre los riesgos a los que se enfrentan, sin miedo a ser culpadas.	• Tener empatía ayuda a garantizar que sus hijas o nueras satisfacen sus necesidades y se sienten seguras. • Los cuidadores pueden tener empatía por los demás y por sí mismos, y esto enseña a la familia, incluidas las nueras, a cuidar de sí mismas y de los demás. • Cuando respondemos de forma empática a nuestras hijas o nueras, les estamos transmitiendo que son importantes y que importan, que forman parte de la familia independientemente de si viven con nosotros o con su familia política. • Tener empatía permite a nuestras hijas o nueras compartir sus problemas y hablar de manera abierta sobre ellos y sobre los riesgos a los que se enfrentan, sin miedo a ser culpadas. • Las niñas deben contar con una persona en quien puedan confiar para hablar sobre los desafíos a los que se pueden enfrentar como niñas casadas.



DIGA LO SIGUIENTE: Voy a compartir con ustedes una técnica sencilla para ayudarlos a mejorar su empatía, a comprender mejor los sentimientos de sus hijas y a ser capaces de responder ante ellos. Esta técnica consta de cuatro pasos: [ESCRIBA los pasos en un rotafolio.]

- **Paso 1-Identificación del sentimiento:** Intenten identificar o calificar el sentimiento de una persona. Por ejemplo, "Mariam, parece que estás preocupada ahora mismo, ¿lo estás?"
- **Paso 2-Determinación del motivo:** Descubran por qué se sienten de esa manera. "¿Quieres contarme por qué estás preocupada?" Mariam puede contárselo o puede optar por no hacerlo ahora mismo. Pueden decirle: "Siéntete libre para venir y hablar conmigo cuando estés preparada".
- **Paso 3-Honra del sentimiento:** Es posible que Mariam haya tenido un desacuerdo con una amiga o que sus compañeros de escuela la hayan rechazado. No descarten ese motivo. Si hacen creer a su hija que sus sentimientos no son importantes, es posible que dejen de hablarle de las cosas que le molestan. "Entiendo que esto te haga sentir triste, molesta o cansada".
- **Paso 4-Acción:** Hablen sobre esos sentimientos con su hija. Pueden intercambiar ideas con ella sobre las medidas que se deben tomar, en caso de ser necesario. A veces, la situación puede requerir que el/ la cuidador/a y la niña planteen posibles medidas que puedan ayudar a solucionar la situación. Otras veces, la situación no requiere ninguna otra medida que consolar a su hija o nuera o compartir su alegría. "Sentémonos juntos y hablemos sobre la manera de abordar este problema".



DIGA LO SIGUIENTE: Ahora vamos a practicar los cuatro pasos para la comunicación empática.

✓ **HAGA LO SIGUIENTE:**

- Pregunte a los cuidadores a quién le gustaría mostrar los pasos para una comunicación empática mediante el ejemplo de Jane y Leila.
- Remita a los cuidadores al rotafolio en el que aparece la historia de Jane y Leila para que puedan recordar detalles específicos.
- Pida a una pareja que realice una demostración para el resto del grupo. Si hay tiempo, puede invitar a otro grupo a realizar una demostración.

? **PREGUNTE LO SIGUIENTE:**

- ¿Estas habilidades eran nuevas o ya las habían usado antes?
- ¿Creen que es algo que pueden utilizar de manera práctica en sus interacciones con sus hijas? De lo contrario, ¿qué alternativas sugieren?

* **NOTA:** Infórmelos de que es posible que esto no les resulte natural, ya que puede ser algo nuevo y podemos estar acostumbrados a afrontar estas situaciones de manera distinta. No obstante, dado que tienen la visión de apoyar a las niñas y ayudarlas a alcanzar sus objetivos, el uso de esta técnica los conducirá hacia su visión.

Mensaje clave

☰ **DIGA LO SIGUIENTE:** Tener empatía nos ayuda a fortalecer nuestras relaciones con nuestras hijas o nueras, hijos y otros familiares. Es una forma estupenda de crear un entorno feliz y sano para toda la familia.

Comprobación (5 minutos)

PREGUNTE a los cuidadores qué les ha parecido la sesión y si quieren que se realice algún cambio para la siguiente. (Es importante que reaccione ante los cambios sugeridos por los cuidadores, así como que explique las razones por las que no son posibles).

RECUERDE a los cuidadores que pueden dejar valoraciones en la caja de comentarios y que usted estará disponible al final de la sesión para hablar con ellos si es necesario.

Conclusión (5 minutos)

✓ **HAGA LO SIGUIENTE:** Explique a los cuidadores que los deberes de esta semana consisten en practicar los cuatro pasos de la comunicación empática con sus hijas o nueras. En la siguiente sesión, deben informar sobre cuáles han utilizado y si resultaron eficaces o no.

* **NOTA PARA LOS FACILITADORES: PARA LA SIGUIENTE SESIÓN**

- ☐ Es posible que en la siguiente sesión se revelen casos de violencia. Prepárese con información sobre los servicios disponibles que se pueda compartir con las mujeres.
- ☐ **Lea el recurso 8.1:** Respuestas reticentes habituales antes de la sesión.

SESIÓN 8:

EL PODER EN LOS HOGARES

Objetivos de la sesión:

Al final de la sesión, las cuidadoras:

1. Analizarán la idea del poder en los hogares.
2. Aprenderán estrategias para tomar decisiones que son importantes para sus vidas.

Materiales:

- ☐ kit de material artístico

Preparación:

- Prepare un rotafolio para el “¿Quién decide qué?” Actividad
- Lea el recurso 8.1: Respuestas reticentes habituales antes de la sesión

Nota para el facilitador:

- Es posible que en esta sesión se revelen casos de violencia de género que hayan sufrido las mujeres o de violencia contra las adolescentes. Los facilitadores deben informarse previamente sobre cómo lidiar con estas situaciones. En el caso de que se revelen casos de violencia, puede remitir a las mujeres a un asistente social. En el caso de la violencia, puede ponerse en contacto con su supervisor para decidir cuál es el interés superior del niño, en caso de que surja alguna cuestión que deba ser objeto de seguimiento, y puede leer las orientaciones que figuran en la introducción del programa de formación para cuidadores Las Niñas Brillan.
- Prepárese con información de contacto actualizada sobre los servicios de violencia de género para mujeres y niñas. (Esta información debería estar disponible en su cartografía de servicios).
- Asegúrese de recordar a los cuidadores los “acuerdos grupales” y de comprobar si desean añadir más acuerdos grupales para esta sesión.

Duración: 2 horas

Bienvenida y examen (10 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Han practicado los cuatro pasos para la comunicación empática? ¿Cómo ha ido?



DIGA LO SIGUIENTE: Hoy vamos a hablar sobre el poder. En particular, hablaremos sobre el poder en los hogares y sobre su vínculo con nuestras relaciones con los hombres y los niños (especialmente, las adolescentes) y las nueras.

Análisis (25 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿A qué creen que nos referimos con el término “poder”?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: El poder es la capacidad para controlar los recursos, las oportunidades y los procesos de toma de decisiones y acceder a ellos. Todos tenemos algún tipo de poder en la comunidad, pero todos elegimos si lo utilizamos para bien o para mal.

Existen estas formas de poder:

- **"Poder conjunto"**—El "poder conjunto" es la fuerza que se siente cuando dos o más personas se unen para hacer algo que posiblemente no habrían podido hacer solas. El "poder conjunto" incluye ayudar a las personas que lo necesitan, a las que intentan cambiar y a las que manifiestan su opinión. Implica la unión de poder con otras personas para conseguir un cambio positivo, lo que genera un sentido de apoyo en la comunidad. El poder conjunto también engloba pedir ayuda o responsabilizar a los hombres que ejercen la violencia.
- **"Poder sobre alguien"**—El "poder sobre alguien" es la influencia que una persona o un grupo ejerce para controlar a otra persona u otro grupo. Este control se puede ejercer de manera directa en forma de violencia, como la violencia física, el matrimonio temprano o la intimidación. También se puede ejercer de manera indirecta, por ejemplo, a través de normas y prácticas que posicionan a los hombres como superiores a las mujeres. Utilizar el poder de una persona sobre otra es una injusticia. Respetar el "poder interior" de cada persona y equilibrar el "poder conjunto" con los demás son alternativas positivas.
- **"Poder interior"**—Este es nuestro propio poder, el que proviene del reconocimiento de nuestra singularidad y de la contribución que podemos realizar cuando somos libres de alcanzar nuestro potencial.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Quién creen que tiene poder en nuestra comunidad?
- ¿Recuerdan momentos en los que se hayan sentido poderosos o no poderosos? El intercambio de ideas es voluntario.
- ¿Quién creen que tiene poder en el hogar? ¿Las mujeres, las niñas, los niños o los hombres? ¿O una combinación?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Como comunidad, normalmente tendemos a asignar a las mujeres y las niñas una condición inferior a la de los hombres y los niños, y esto hace que ellas reciban un trato y tengan una vida cotidiana diferentes a la suya.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Cómo influye el poder en las opciones que tenemos como mujeres, o en las opciones que tienen los hombres, los niños o las niñas?
- ¿Existen mujeres y niñas que tengan más poder que otras mujeres y niñas de nuestra comunidad? ¿Por qué ocurre esto?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- Generalmente, la sociedad tiende a asignar a las mujeres y las niñas una condición inferior a la de los hombres y los niños, pero, dentro de eso, las mujeres y las niñas pueden enfrentarse a más obstáculos o desafíos debido a su estado civil, condición de ciudadanía, situación económica, capacidad, etc. No obstante, merecen ser tratadas con igualdad y dignidad.
- Además, es necesario compartir el poder para garantizar que una persona pueda acceder a los derechos que le corresponden en virtud de la legislación internacional y nacional. El uso de poder sobre otras personas puede suponer la violación de sus derechos.



En caso de que se revele que la explotación o el abuso han sido cometidos por una ONG, las Naciones Unidas o un organismo humanitario, esto debe documentarse por separado y comunicarse inmediatamente a su supervisor. Puede acercarse a la persona después de la sesión para informarle de que debe compartir esta información con su supervisor, pero que consultará con él antes de dar ningún paso.



DIGA LO SIGUIENTE: Voy a leer algunos escenarios y quiero que me digan si el poder descrito se utiliza de forma positiva o negativa.

CONTEXTUALIZACIÓN:

- **Escenario 1:** Una mujer tiene que dar de comer a sus hijos, pero no tiene dinero suficiente. Un mercante le dice que le perdonará su crédito en la tienda si le hace un favor sexual en la trastienda. (Negativo)
- **Escenario 2:** Un joven se levanta en el bus y deja que una mujer mayor se siente en su sitio. (Positivo)
- **Escenario 3:** Los hombres se manifiestan con las mujeres para exigir el fin de la violencia doméstica. (Positivo)
- **Escenario 4:** Después de una inundación, las familias del grupo étnico predominante ayudan a reconstruir la escuela que utilizan principalmente los niños del grupo minoritario. (Positivo)

Actividades (1 hora y 15 minutos)

Actividad 1: ¿Quién decide qué?²² (25 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: El poder que tenemos o que no tenemos influye en las decisiones que podemos tomar o no tomar. Para ayudarnos a comprender esto en profundidad, vamos a empezar a examinar qué tipo de decisiones tomamos en nuestros hogares.



HAGA LO SIGUIENTE:

- Coloque el rotafolio en el medio del grupo.
- Explique que va a tratar ámbitos de la toma de decisiones a los que nos podemos enfrentar en nuestra vida.
- Para cada ámbito que mencione, los participantes deben hablar y llegar a un acuerdo sobre quién toma las decisiones sobre este asunto en la mayoría de los casos (siempre habrá excepciones, pero deben tomar una decisión rápidamente sobre cada tema y no pasar demasiado tiempo hablando sobre casos específicos).
- Marcará en el rotafolio quién toma la decisión, ya sean los hombres, las mujeres o ambos.

CONTEXTUALIZACIÓN,



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

[Esta es una lista genérica en la que se incluye una variedad de ámbitos de decisión diferentes, pero se puede adaptar al contexto.]

- ¿Quién decide el número de hijos que se tienen en una familia?



NOTA: Puede que las mujeres digan que son los hombres quienes deciden cuántos niños se tienen en una familia. Recuerde a las mujeres que se trata de su cuerpo y que tienen derecho a decidir si se quedan embarazadas o no. Tienen derecho a tener control sobre sus propios cuerpos. Existen opciones para retrasar o prevenir el embarazo, como los métodos anticonceptivos.

- ¿Quién decide en qué se gastan los ingresos familiares?
- ¿Quién toma las decisiones sobre la atención de salud de las mujeres, como acudir a un centro médico durante el embarazo, parir en un centro de salud o ir al dispensario cuando se está enferma?
- ¿Quién decide qué se cocina en las comidas familiares?
- ¿Quién decide cuándo deben casarse los hijos y con quién?

[Si en el grupo hay suegras presentes,



PREGUNTE LO SIGUIENTE:]

- ¿Quién decide en qué deben gastar el dinero las nueras?
- ¿Quién decide si las nueras pueden acudir a citas médicas?
- ¿Quién decide lo que pueden hacer las nueras en su tiempo libre?

Ejemplo 1: ¿Quién decide? Rotafolio.



✓✓✓✓✓✓



✓✓



NOTA: Debido a la percepción del poder y su dinámica en los hogares, es probable que los cuidadores se consideren los responsables de la toma de decisiones sobre sus hijas y nueras. Prepárese para indagar y pedirles que expliquen por qué piensan así.



DIGA LO SIGUIENTE: “El poder significa ser capaz de tener acceso a la toma de decisiones y tener un control sobre ella. Como cuidadores, es importante utilizar el poder que tenemos de manera positiva para ayudar a nuestras hijas y nueras”.



DIGA LO SIGUIENTE: Mediante esta actividad, hemos visto que existe una diferencia entre los tipos de decisiones que los hombres toman por su cuenta sin consultar a las mujeres del hogar o la comunidad y las que las mujeres toman sin consultar a los hombres del hogar o la comunidad.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cuáles creen que son las barreras o los obstáculos a los que se enfrentan las mujeres a la hora de tomar decisiones?



NOTA: Si a las mujeres les cuesta indicar las barreras, puede AÑADIR algunos de los puntos que figuran a continuación que resulten pertinentes para su grupo para facilitar el debate:]

- Bajo nivel de educación
- Analfabetismo
- Falta de experiencia en negociaciones y toma de decisiones
- Gran carga de trabajo, falta de tiempo
- Sentir que es imposible cambiar la situación o marcar la diferencia (desesperanza)
- Sentir que no es una función o una responsabilidad propia de la mujer
- Falta de libertad para salir de casa
- Miedo a las consecuencias de una decisión errónea
- Actitudes negativas por parte de los hombres (padre, hermano o esposo)
- Miedo al castigo por manifestar su opinión (por parte del esposo, el padre, la suegra, etc.)



DIGA LO SIGUIENTE:

Hemos visto que existen muchas barreras que pueden impedir que las mujeres tomen decisiones que les afecten a ellas y a su familia. Algunas de estas barreras son más difíciles de eliminar y requieren que tanto los hombres como las mujeres de la comunidad realicen cambios. No obstante, existen barreras que podemos intentar eliminar nosotros mismos, mediante el poder que tenemos.

Actividad 2: Historia de Mary (25 minutos)

✓ **HAGA LO SIGUIENTE:** Lea la siguiente historia al grupo:

Cuidadores de niñas solteras:	Cuidadores de niñas casadas o divorciadas:
El padre de Mary dice que, como tiene 18 años, le ha concertado un matrimonio con un hombre rico. La madre de Mary intenta realizar preguntas sobre el hombre, pero el padre de Mary simplemente dice que el matrimonio está concertado y que será bueno. Mary tiene miedo porque es mucho mayor que ella. Le pide a su madre que hable con su padre y lo convenza para detener el matrimonio, pero su madre le dice que depende de su padre y que ella no puede hacer nada para que cambie de idea.	Mary tiene 15 años y se acaba de casar. Ahora vive en casa de su familia política. Mary está entusiasmada por empezar su nueva vida con su nueva familia, pero se siente abrumada con todas las nuevas responsabilidades y expectativas. Su cuñada ha sido maleducada con ella y esto ha dificultado que se sienta cómoda. Cuando compartió su experiencia con su suegra, esta le dijo a Mary que debía aprender a lidiar con ello, pues todas las mujeres han vivido la misma situación.

? **PREGUNTE LO SIGUIENTE:**

Cuidadores de niñas solteras:	Cuidadores de niñas casadas o divorciadas:
• ¿Quién ejerce el poder en este escenario? • ¿Qué tipo de poder tiene el padre? ¿Qué tipo de poder tiene la madre? • ¿Mary tiene algún poder?	• ¿Quién ejerce el poder en este escenario? • ¿Qué tipo de poder tiene la cuñada? • ¿Qué tipo de poder tiene la suegra? • ¿Mary tiene algún poder?

✓ **HAGA LO SIGUIENTE:** Divida a los participantes en pequeños grupos y pídeles que hablen y preparen una escenificación sobre este escenario:

Cuidadores de niñas solteras	Cuidadores de niñas casadas o divorciadas:
= DIGA LO SIGUIENTE: • Imaginen que son amigos de la madre de Mary y esta les habla sobre la situación. Le molesta que su esposo ni siquiera hable con ella sobre quién se casará con su hija. • Preparen una escenificación en la que se muestre cómo ayudarían a la madre de Mary.	= DIGA LO SIGUIENTE: • Imaginen que son amigos de la suegra de Mary y esta les cuenta los problemas que hay con Mary en el hogar. Les cuenta que Mary no se está adaptando bien y no realiza sus tareas correctamente. • Preparen una escenificación en la que se muestre qué dirían a la suegra de Mary. * NOTA: No debemos esperar que las personas actúen en lugares en los que no se sienten cómodas o en momentos en los que no es apropiado, pero pueden pensar en algunos de los pros y los contras en caso de que decidan hacerlo.

- ✓ **HAGA LO SIGUIENTE:** Cuando hayan transcurrido 10 minutos, pida a los voluntarios que compartan sus escenificaciones con el grupo general.

HAGA preguntas de sondeo:

Cuidadores de niñas solteras	Cuidadores de niñas casadas o divorciadas
• Si fuesen la madre de Mary, ¿qué les gustaría hacer para que su hija recibiese un mayor apoyo?	• ¿Cuál sería la consecuencia negativa de involucrarse? • ¿Cuál sería la consecuencia positiva de involucrarse?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Normalmente, las personas con mayor poder en el hogar y en la comunidad son las que establecen las normas de funcionamiento y comportamiento. Para que todo sea más igualitario, debemos replantearnos las ideas que tenemos sobre las mujeres y los hombres y desarrollar nuevos tipos de poder que sean compartidos (**poder conjunto**, en lugar de **poder sobre otra persona**). Además, debemos analizar el poder que tenemos en nuestro interior y la manera en la que podemos apoyarnos mutuamente como grupo de mujeres para liberar nuestro **poder interior** en beneficio propio y de los demás.

Actividad 3: El poder de la toma de decisiones (25 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Qué ocurriría si las mujeres pidiesen a sus esposos que compartiesen las tareas o manifestasen que quieren participar más en la toma de decisiones del hogar?
- ¿Alguien tiene alguna idea o experiencia sobre cómo negociar un mayor poder de toma de decisiones con los hombres?



DIGA LO SIGUIENTE: Existen ciertas medidas que pueden tomar para negociar un mayor poder de toma de decisiones.

1. Comprueben si la persona que actualmente tiene el poder de toma de decisiones está lista para hablar.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cómo se sabe si una persona está lista para hablar?

(Por ejemplo: Piensen en su lenguaje corporal: ¿parece relajada o distraída y ocupada con otras tareas?)

2. Prepárense. Si están listas para hablar, asegúrense de tener preparado el tema sobre el que quiere hablar y sus peticiones.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cómo pueden preparar lo que quieren decir?

- (Por ejemplo: Asegúrense de explicar lo que quieren que ocurra y por qué. Si está presentando un problema, intente también pensar en su solución preferida al problema).
- Si el resultado no es el que querían, piensen en un momento mejor para hablar sobre este tema o en otra persona a la que puedan acudir para obtener ayuda.
- Si esto sigue sin funcionar, piensen en otras opciones o soluciones. ¿Hay otra persona que pueda negociar en su nombre?



DIGA LO SIGUIENTE: En ocasiones, es complicado negociar con las personas que tiene más poder, y podemos sentirnos cansadas y desesperadas. Si es seguro y se sienten con energía, pueden seguir intentándolo. A veces, es necesario realizar varios intentos para convencer a alguien de algo.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Creen que es algo que pueden intentar de forma realista? ¿Cuál creen que será el resultado?
- ¿Creen que las mujeres pueden compartir la toma de decisiones de forma más igualitaria con otras mujeres y niñas del hogar, por ejemplo, las nueras?
- ¿Creen que es algo que pueden intentar de forma realista? ¿Cuál creen que será el resultado?

Mensaje clave



DIGA LO SIGUIENTE: El poder puede ser positivo o negativo. Aunque algunas personas tienen más poder que otras, todas tienen algún tipo de poder. Podemos emplear nuestro poder para influir en otras personas que tengan más poder, pero también podemos emplear nuestro poder compartiéndolo con otras personas que no tienen tanto poder como nosotros.

Comprobación (5 minutos)

PREGUNTE a los cuidadores qué les ha parecido la sesión y si quieren que se realice algún cambio para la siguiente. (Es importante que reaccione ante los cambios sugeridos por los cuidadores, así como que explique las razones por las que no son posibles).

RECUERDE a los cuidadores que pueden dejar valoraciones en la caja de comentarios y que usted estará disponible al final de la sesión para hablar con ellos si es necesario.

Conclusión (5 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Piensen en hablar con los hombres de la casa sobre las decisiones que toman los hombres y las que toman las mujeres y practíquenlo, y comprueben si ambos pueden llegar a un acuerdo para involucrar más a las mujeres en la toma de decisiones. Si no tienen una pareja masculina con la que hablar, piensen en cómo podrían compartir su poder de toma de decisiones con las niñas de su familia.



NOTA: Solo deben practicar con los hombres que participen en el programa Las Niñas Brillan.



NOTA: PARA LOS FACILITADORES: PARA LA SIGUIENTE SESIÓN

- ☐ Imprima los recursos señalados en el apartado de preparación

SESIÓN 9:

CRIANZA PARA LA IGUALDAD

Objetivos de la sesión:

Al final de la sesión, los cuidadores:

1. Estudiarán más a fondo la idea de los roles de género y cómo afectan a las adolescentes.
2. Aprenderán a contribuir a la defensa de los derechos de las niñas.

Materiales:

- ☐ papel de rotafolio
- ☐ rotuladores
- ☐ bolígrafos
- ☐ papel A4
- ☐ cinta o cuerda
- ☐ recurso 9.1: el Reloj de Actividades
- ☐ recurso 9.2: los derechos de los niños
- ☐ caja o bolsa pequeña para los recortes sobre los derechos

Preparación:

- Imprima los recursos que se enumeran en el apartado de materiales

Nota para el facilitador:

Puede que las mujeres digan que no tienen ningún control sobre los derechos de sus hijos, pues sus propios derechos se violan. Pida a los cuidadores que revisen la lista y determinen qué aspecto pueden trabajar para mejorar el acceso a alguno de estos derechos por parte de las niñas. Enfatice que, aunque no puedan ocuparse de todos los derechos, tienen poder para ocuparse de algunos aspectos relacionados con sus hijas. Además, pueden recordar a las mujeres que pueden buscar servicios de apoyo para sí mismas y asistir a actividades en el espacio seguro para mujeres y niñas donde pueden hablar sobre cuestiones relacionadas con sus propios derechos.

Duración: 2 horas

Bienvenida y examen (10 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Han pensado en las formas en las que las mujeres pueden negociar para conseguir un mayor poder en la toma de decisiones? ¿Cuáles son algunas de sus ideas?
- ¿Han practicado con los hombres de su hogar? ¿O han hablado sobre compartir el poder con ellos?



DIGA LO SIGUIENTE: Hoy vamos a hablar sobre técnicas de crianza y sobre cómo son en nuestra comunidad.

Análisis (15 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- En su casa, ¿cuáles son las normas o expectativas de comportamiento para los niños? (Pida a los voluntarios que compartan algunos ejemplos).
- ¿Existen diferencias entre las normas y expectativas para niñas y para niños? (Pida a los voluntarios que compartan algunos ejemplos).



NOTA: Si los cuidadores solo tienen hijas, pregúntenles cómo las tratan según su edad.

- En el caso del grupo de cuidadores de niñas casadas: ¿Existen diferencias entre las normas y expectativas para las hijas y para las nueras? (Pida a los voluntarios que compartan algunos ejemplos).



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Por qué tenemos diferentes normas y expectativas para las niñas y para los niños, especialmente durante la adolescencia?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- La adolescencia es un período crítico en el que la manera en la que tratamos a las niñas y los niños cambia de forma significativa con respecto a cómo los tratábamos cuando eran más jóvenes.
- Cuando llegan a la pubertad, nuestros hijos experimentan muchos cambios, sobre todo las niñas. En ocasiones, los cuidadores y la sociedad tienen diferentes expectativas para las niñas y para los niños. Es posible que se espere que las niñas abandonen la escuela, se casen y se centren en tener una familia.
- Debido a estas expectativas, a las niñas no se les ofrecen las mismas oportunidades que a los niños. Mucho antes de llegar a esta edad, empezamos a preparar a las niñas y los niños para que ejerzan sus “roles de género”. Por ejemplo, puede que a las niñas se les asignen más tareas domésticas que a los niños, o que se espere que los niños vayan a trabajar. Las normas y expectativas que ponemos en las niñas y los niños se basan, en muchos casos, en lo que hablamos antes: el Cuadro de Género. Esto puede influir en la forma en la que tratamos a las niñas, así como en las oportunidades, expectativas y normas que les imponemos a las niñas y los niños.

Actividades (1 hora y 25 minutos)

Actividad 1: Igualdad de oportunidades para niñas y niños (20 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Qué queremos decir cuando hablamos de “nuestros derechos”?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Nuestros derechos incluyen los aspectos que todas las niñas, las mujeres, los niños y los hombres merecen, independientemente de quiénes sean y dónde vivan, para poder vivir en un mundo justo y equitativo. Estamos protegidos por muchos de estos derechos a través de leyes y acuerdos que nuestros propios países o los países de acogida han firmado.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Alguien puede pensar en algún derecho que tengamos como mujeres?

[Posibles respuestas para **AÑADIR**—se necesita **CONTEXTUALIZACIÓN**:]

- Derecho a ser tratadas igual que los hombres y sin discriminación y a vivir libre de violencia.
- Derecho al trabajo
- Derecho a la educación
- Derecho a vivir con libertad y seguridad
- Derecho a decir y pensar lo que queramos



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Alguien conoce cuáles son los derechos de las niñas y los niños? [**ANOTE** sus respuestas en un rotafolio.]



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Al igual que nosotros, las niñas y los niños están protegidos mediante varios derechos; es nuestra responsabilidad asegurarnos de que sus derechos están protegidos. Vamos a escuchar algunos de los derechos que tienen las niñas y los niños.



HAGA LO SIGUIENTE: Coloque los derechos recortados en una bolsa o caja pequeña. Pida a cada cuidador/a que extraiga uno de la caja o la bolsa y pregúntele si desea leerlo en alto o si le gustaría que el facilitador lo leyese en alto.

Una vez haya terminado, PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Qué pensamos de los derechos que he mencionado?
- ¿Creemos que concedemos estos derechos por igual a niñas y niños?
- ¿Qué podemos hacer para garantizar que las niñas también tengan acceso a estos derechos?



DIGA LO SIGUIENTE:

- Es importante recordar que estos derechos se aplican tanto a las adolescentes, entre las que se incluyen niñas casadas, divorciadas y con discapacidad, como a los niños. A la hora de tomar decisiones sobre el rol de una niña en la familia o de determinar su futuro, es importante que tengamos en cuenta los derechos que tiene. Los cuidadores tienen la responsabilidad de garantizar que las niñas tengan acceso a sus derechos.
- Además, tenemos la función de asegurarnos de que no estamos impidiendo a nadie garantizar sus derechos. Podemos empezar por apoyarnos entre nosotros y a las mujeres que conocemos, porque cuando las mujeres apoyan a otras mujeres pueden ocurrir cosas increíbles en el mundo y apoyar el éxito de otra mujer, por ejemplo, no quita mérito a sus propios éxitos y logros personales. Algunas de las cosas que podemos hacer son:
 - » Respetar las ideas de otras mujeres, aunque sean diferentes a las mías.
 - » Respetar la privacidad de mis amigas.
 - » Tratar a otras mujeres y niñas por igual, incluso aunque sean diferentes a mí.
 - » Acoger a las mujeres y niñas de una cultura o procedencia diferente.
 - » Compartir información con las mujeres y las niñas sobre dónde pueden informarse sobre sus derechos (si pueden hacerlo de forma segura).

Actividad 2: La experiencia de las niñas y los niños en el entorno familiar (25 minutos)



HAGA LO SIGUIENTE: Coloque cinta o cuerda a lo largo de la habitación.



DIGA LO SIGUIENTE: Leeré varios enunciados y ustedes decidirán si están de acuerdo o en desacuerdo con ellos.



DIGA LO SIGUIENTE: Las personas que estén de acuerdo se colocarán en un extremo de la línea y las que no lo estén se colocarán en el otro. Las personas que no estén seguras pueden colocarse en algún punto de la línea, según estén más o menos de acuerdo con el enunciado.



NOTA: En el caso de los cuidadores que tengan actitudes y creencias negativas sobre los roles de las niñas, las mujeres, los niños y los hombres, no entablen una confrontación individual con los participantes sobre su opinión con respecto a un enunciado concreto, sino que aprovechen la oportunidad para debatir esta cuestión en el grupo en general.



Adaptación: Si los participantes tienen dificultad para caminar, puede adaptar la actividad para que levanten dos manos si están de acuerdo, una si no lo están y ninguna si no están seguros, o esta puede desarrollarse como debate en el que todas las personas compartan su opinión verbalmente.

Niñas solteras	Niñas casadas
- Las niñas, y no los niños, son responsables del cuidado de sus hermanos pequeños. - Las niñas y los niños deberían ayudar por igual a su familia con las responsabilidades domésticas. - Las niñas son responsables del honor de la familia. - Es más importante que los niños vayan a la escuela que las niñas cuando las familias tienen poco dinero para pagar los gastos de escolarización. - Las niñas deben disponer de la misma cantidad de tiempo libre que los niños para jugar y estudiar. - Los niños pueden tener novias y quedar con ellas, pero a las niñas no se les permite.	- Las nueras deben hacer lo que les ordenen sus esposos y su familia política. - Las nueras y sus esposos deberían ayudar por igual a su familia con las responsabilidades domésticas. - Las niñas deben tener la misma voz que sus esposos en lo que respecta a la planificación familiar y el uso de anticonceptivos. - Las niñas no pueden ni deben llevar el presupuesto en el hogar, ya que el esposo puede gestionarlo mejor. - El rol de una nuera es quedarse en casa.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Qué diferencia han notado en cómo percibimos o tratamos a las niñas o nueras y a los niños?
- ¿Cómo creen que esto afecta a las niñas o nueras y los niños?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- Normalmente, las niñas o nueras tienen menos oportunidades y se espera de ellas que asuman más responsabilidades en el hogar (lo que les deja menos tiempo para estudiar y acceder a otras oportunidades, por ejemplo).
- Dado que se espera que las niñas se dediquen a la crianza y no sean exigentes, a veces no se les permite expresar lo que es importante para ellas.
- En ocasiones, los cuidadores pueden expresar más sus frustraciones hacia las niñas que hacia los niños, porque se espera que las niñas perdonen y acepten.
- Además, es posible que esperen que las niñas asuman más responsabilidades y ayuden más en el hogar, debido a la creencia de que este es el rol de las niñas; este puede ser el caso concretamente de las nueras.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Las expectativas que ponemos en las niñas pueden hacer que limitemos su potencial y les impidamos desarrollar sus habilidades y competencias.

Actividad 3: Los roles de género en mi hogar²³ (40 minutos)



HAGA LO SIGUIENTE: Haga dos grupos y proporcione a cada uno un Reloj de Actividades. Asígneles la siguiente tarea:

Cuidadores de niñas solteras	Cuidadores de niñas casadas o divorciadas
Grupo 1: ¿Qué hacen las niñas durante las diferentes horas del día que aparecen en el reloj? Grupo 2: ¿Qué hacen los niños durante las diferentes horas del día que aparecen en el reloj?  NOTA: Puede que no estén exactamente de acuerdo en todos los puntos, pero pídales que tomen una decisión con respecto a las cuestiones más comunes.	Grupo 1: ¿Qué hacen las nueras durante las diferentes horas del día que aparecen en el reloj? Grupo 2: ¿Qué hacen sus esposos durante las diferentes horas del día que aparecen en el reloj?  NOTA: Puede que no estén exactamente de acuerdo en todos los puntos, pero pídales que tomen una decisión con respecto a las cuestiones más comunes.

- ✓ **HAGA LO SIGUIENTE:** Una vez hayan transcurrido 10 minutos, vuelva a juntar a los grupos y pídales que compartan sus horarios.

? PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Qué aprecian en estos horarios?
- ¿Quién tiene una lista más larga de tareas por hacer cada día? ¿Por qué?
- ¿Cómo se asignan las tareas a las niñas y los niños o a las nueras y sus esposos?
- ¿Se les consulta? ¿Qué opción tienen de aceptar o no estas tareas?

* **NOTA:** Aclare las diferencias existentes entre las niñas y los niños, las nueras y sus esposos.

- ¿Debería consultarse a las niñas sobre las tareas que se les asignan?

... EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- A menudo, las niñas y las mujeres no pueden elegir las actividades y tareas que se espera que realicen cada día, y tienden a asumir más tareas que los niños y los hombres.
- Esto implica que las niñas tienen menos tiempo que los niños para centrarse en los deberes y desarrollar competencias para la vida, y disponen de menos tiempo para simplemente ser niñas. Las nueras tienen menos tiempo para dedicarse a la formación o al desarrollo de habilidades, y disponen de menos tiempo para sí mismas para realizar las actividades que les gustan.
- El desarrollo de competencias para la vida ayuda a las niñas a tomar decisiones sanas, solucionar problemas, cuidarse y protegerse de cualquier daño. Sin estas competencias para la vida, las niñas tendrán más difícil lidiar con la presión que conlleva la edad adulta y el matrimonio y puede que no tengan la capacidad para cuidarse a sí mismas ni a las personas que las rodean.
- Asimismo, se espera que las niñas se encarguen de tareas que van más allá de su capacidad de desarrollo físico (por ejemplo, las niñas de corta edad de las que se espera que lleven cargas frecuentes y pesadas).
- Los niños, los hermanos, los hombres y las mujeres pueden ser un gran apoyo para las niñas en la distribución de tareas y esto puede fortalecer los vínculos familiares y también ayudar a los niños y los hombres a aprender nuevas habilidades.

? PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Cómo pueden nuestros hijos beneficiarse de la asunción de una mayor responsabilidad en el hogar?
- **[AÑADA LO SIGUIENTE si no se menciona:** Aprenderán competencias esenciales para cuidarse a sí mismos y a su familia. Aprenderán también a apoyar a sus hermanas y esposas y a tratarlas como iguales. Aprenderán a pensar en el bienestar de los demás, lo que los ayudará a establecer relaciones sanas y felices cuando sean adultos.]
- ¿Cómo podemos asegurarnos de que las responsabilidades domésticas se distribuyan de manera más igualitaria?
- ¿A qué retos creen que nos enfrentaremos?

* **NOTA:** Los cuidadores pueden señalar que los hombres y los niños se pueden mostrar reticentes a esta idea. Pídales que piensen en formas de lidiar con esta situación en su familia.

- ✓ **HAGA LO SIGUIENTE:** Pida a los cuidadores que hablen en parejas sobre cómo introducir en la familia la idea de toma de decisiones compartida.

Introducción de la toma de decisiones compartida en la familia



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Aquí tienen algunos consejos acerca de cómo introducir en la familia la toma de decisiones compartida sobre las responsabilidades domésticas:

- **Paso 1:** Hablen sobre sus sugerencias con los hombres responsables de la toma de decisiones en el hogar si es seguro hacerlo.
- ✳ **NOTA:** Pidan a los cuidadores que recuerden las técnicas de comunicación tratadas en la sesión sobre entornos familiares sanos.
- **Paso 2:** Pregunten a las niñas o nueras en qué tareas les gustaría recibir más apoyo. Asegúrense de escuchar sus opiniones e ideas y aborden las que sean realistas.
- **Paso 3:** Pidan a sus hijos que piensen en el futuro que quieren para sus hermanas o esposas. A continuación, explíquenles que esto implica que ellas necesitan el mismo tiempo para la escuela, los deberes y otros intereses y actividades. En el caso de las niñas casadas, esto puede implicar pasar más tiempo con la familia y los amigos que puedan ser de gran apoyo durante esta nueva transición para las niñas.
- ✳ **NOTA:** Recuerde a los cuidadores los enunciados en primera persona y otras técnicas de comunicación que puedan ayudarlos en el proceso.
- **Paso 4:** Animen y elogien a las niñas cuando se apoyen entre ellas y a ustedes para que se sientan valoradas.
- **Paso 5:** Pónganse en contacto con las niñas y los niños y los hijos o nueras con regularidad para ver cómo funciona la nueva distribución de tareas.



HAGA LO SIGUIENTE: Divida a las mujeres en tres grupos. Cada grupo realizará una escenificación basada en los siguientes escenarios.



NOTA: Anímelas a incorporar las sugerencias y los consejos debatidos.

- **Escenario 1:** Les están diciendo a sus esposos que les gustaría que sus hijos asumiesen más responsabilidad en el hogar.
- **Escenario 2:** Les están preguntando a sus hijas o nueras qué tipo de apoyo necesitan para poder disponer de más tiempo para realizar las actividades importantes para ellas.
- **Escenario 3:** Están hablando con su hijo (o un hombre de la familia) sobre asumir más responsabilidad en el hogar y ayudar a su hija o nuera.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Qué les ha parecido esta actividad? ¿Creen que pueden practicar algunos de estos aspectos en casa con su familia?

Mensaje clave



DIGA LO SIGUIENTE: Los derechos son algo que todas las niñas, los niños, las mujeres y los hombres deberían tener o poder ejercer, y todos tenemos los mismos. Como cuidadores, tenemos la responsabilidad de ayudar a las niñas y los niños a garantizar sus derechos y de asegurarnos de que no estamos impidiendo que otras personas garanticen sus derechos. Una forma de empezar sería ayudarnos unos a otros y a las niñas que cuidamos.

Comprobación (5 minutos)

PREGUNTE a los cuidadores qué les ha parecido la sesión y si quieren que se realice algún cambio para la siguiente. (Es importante que reaccione ante los cambios sugeridos por los cuidadores, así como que explique las razones por las que no son posibles).

RECUERDE a los cuidadores que pueden dejar valoraciones en la caja de comentarios y que usted estará disponible al final de la sesión para hablar con ellos si es necesario.

Conclusión (5 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Intente introducir la toma de decisiones compartida en la familia, en particular con los niños, acerca de las responsabilidades domésticas mediante el uso de los pasos anteriormente mencionados. También puede hablar con los hombres de su familia que participen en el programa Las Niñas Brillan. Si no es posible (ni seguro) hacerlo, o si vive en un hogar monoparental, hable con las niñas para que tomen conciencia sobre algunos de los derechos que hemos mencionado hoy.



NOTA PARA LOS FACILITADORES: PARA LA SIGUIENTE SESIÓN

- ☐ Conozca el marco jurídico del matrimonio en contexto.
- ☐ Prepare ilustraciones para la historia de Zeina con antelación.
- ☐ En la sesión, se compartirá un vídeo, así que organícese para tener un portátil o un proyector para reproducir el vídeo si es posible y compruebe si funciona (puede que se necesite una conexión a Internet) si es posible.

SESIÓN 10:

EL MATRIMONIO EN NUESTRA COMUNIDAD

(Cuidadores de niñas solteras)

Objetivos de la sesión:

Al final de la sesión, los cuidadores:

1. Comprenderán las causas fundamentales del matrimonio temprano.
2. Comprenderán las consecuencias del matrimonio temprano.
3. Determinarán los mecanismos alternativos de afrontamiento del matrimonio temprano.

Materiales:

- ☐ kit de material artístico
- ☐ caja de comentarios
- ☐ papel de rotafolio
- ☐ rotuladores
- ☐ papel A4
- ☐ bolígrafos
- ☐ cinta o cuerda
- ☐ proyector
- ☐ portátil y altavoces si se va a reproducir el vídeo de Girl Effect: <https://www.youtube.com/watch?v=1e8xgF0JtVg>

Preparación:

- Asegúrese de que el vídeo esté preparado con antelación y listo para mostrárselo a los participantes. Si no dispone de recursos para ello, puede omitir esta parte de la sesión. Existe la opción de modificar el idioma de los subtítulos, de modo que asegúrese de hacerlo antes de la sesión.
- Es posible que quiera preparar algunas ilustraciones para la historia de Zeina si es posible para ayudar a orientar la historia

Nota para el facilitador:

- En países en los que es ilegal contraer matrimonio siendo menor de 18 años, es posible que algunos cuidadores oculten los matrimonios de las niñas. Por el contrario, los cuidadores pueden denunciar los matrimonios a las autoridades si es la propia niña la que toma la decisión de casarse; esto puede ocurrir en contextos en los que las niñas contraen un matrimonio “por amor” que los cuidadores desapruueban. Ambos escenarios pueden ser problemáticos si esto implica que las niñas no reciben el apoyo que necesitan. Es importante que, como facilitador, se centre en resaltar los riesgos que el matrimonio temprano supone para las niñas y en las maneras en las que los cuidadores pueden seguir apoyando a las niñas si estas se casan.
- Si las niñas o los cuidadores quieren informar sobre un caso de matrimonio temprano al facilitador en contextos en los que es ilegal, puede remitir a la niña o su cuidadora a un asistente social como primer paso. Incluso en contextos en los que el matrimonio es legal siendo menor de 18 años, algunos cuidadores pueden ser reacios a admitir que sus hijas se han casado antes de cumplir los 18 años, porque a menudo tienen miedo de la reacción de la sociedad, las ONG y los trabajadores humanitarios. Por lo tanto, es importante no emitir juicios, pues esto podría suponer un obstáculo para el acceso a los servicios por parte de las niñas.

Duración: Esta sesión podría durar hasta 2,5 horas. Si no puede finalizar la sesión en el horario asignado, también puede dividirla en dos sesiones.

Momento: Antes de la sesión correspondiente para cuidadores masculinos

Bienvenida y examen (10 minutos)

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Han podido introducir la toma de decisiones compartida en la familia acerca de las responsabilidades domésticas mediante el uso de los pasos anteriormente mencionados? ¿Cómo ha ido? Si no han podido, ¿han hablado con las niñas para que tomen conciencia sobre algunos de los derechos de los que hemos hablado hoy?

 **DIGA LO SIGUIENTE:** Hoy vamos a hablar sobre el matrimonio y sobre lo que significa y cómo es en nuestra comunidad.

Análisis (20 minutos)

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Cómo es el matrimonio en su comunidad?

Preguntas de sondeo para fomentar el debate:

- ¿A qué edad se casan las mujeres? ¿Y los hombres?

 **NOTA:** En algunos contextos, esta pregunta puede ser delicada debido a los marcos jurídicos. Tenga cuidado con el planteamiento en contextos en los que este sea el caso.

- ¿Cuál es la mejor edad para que las mujeres y los hombres contraigan matrimonio?
- ¿Quién toma las decisiones sobre la persona con la que contraer matrimonio y sobre el momento? ¿Es diferente para las mujeres y para los hombres?
- ¿Es la misma situación ahora que antes del desplazamiento? ¿Qué diferencias y similitudes existen?
- ¿Cómo es el matrimonio para las mujeres y las niñas con discapacidad?
- ¿Qué trato reciben en la comunidad las mujeres divorciadas?

 **DIGA LO SIGUIENTE:**

- El matrimonio es algo que muchas personas eligen. Es el momento en el que dos personas deciden que quieren establecer una alianza y, a veces, esto incluye tener hijos.
- El matrimonio puede adoptar muchas formas. A veces, dos personas se enamoran y deciden casarse.
- Otras veces, puede implicar a otros familiares que ayudan a las mujeres o a los hombres a encontrar un posible esposo o esposa. Lo importante es recordar quién tiene el poder de elegir decir sí y de elegir con quién casarse.

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿A quién se le ocurren ejemplos de casos en los que el poder puede no ser igual? [AÑADIR a los ejemplos si el grupo no los menciona y resulta oportuno para el contexto:]

- Cuando los padres fuerzan a la niña a casarse con alguien o la influncian.
- Cuando una niña es pequeña (menor de 18 años) y el hombre es un adulto.
- Cuando la diferencia de edad entre la mujer y el hombre es muy grande.
- Cuando el poder de la comunidad y la sociedad hace que las niñas y los progenitores creen que las niñas deben casarse a una edad más temprana.

 **DIGA LO SIGUIENTE:** Hoy hablaremos sobre los aspectos maravillosos que conlleva el matrimonio y también sobre los aspectos no saludables que puede conllevar si el proceso del matrimonio no es igual para las niñas y las mujeres.

Actividades (1 hora y 25 minutos)

Actividad 1: El concepto de matrimonio (20 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: El matrimonio es algo que forma parte de nuestra cultura y nuestra comunidad. Tenemos muchas formas de valorar y celebrar el matrimonio en nuestra comunidad.



NOTA: Esto no incluye necesariamente una ceremonia nupcial, pues en muchas situaciones el matrimonio se celebra sin ceremonia.



HAGA LO SIGUIENTE: Divida a los participantes en dos o tres grupos y pídeles que hablen brevemente sobre los aspectos positivos del matrimonio.

Cuando hayan terminado, pídeles que hablen sobre lo que han debatido con el grupo en general.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cuáles son los retos que supone el matrimonio?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: El matrimonio tiene aspectos positivos y también retos. No obstante, en ocasiones, los retos pueden aumentar cuando el poder en el matrimonio no es igualitario, como en los ejemplos que hemos mencionado. Por ello, vamos a indagar en algunos de estos ejemplos y hablaremos sobre el matrimonio temprano.

Actividad 2: Por qué se produce el matrimonio temprano (35 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Alguien sabe lo que significan los términos “matrimonio temprano”, “matrimonio infantil” o “matrimonio forzado”? ¿Los han escuchado antes?



DIGA LO SIGUIENTE:

- Los términos “matrimonio temprano” y “matrimonio infantil” se emplean para describir el matrimonio de niñas y niños menores de 18 años.
- En virtud de muchos acuerdos internacionales, el matrimonio que se produce antes de los 18 años puede resultar perjudicial para las niñas, incluso si el marco jurídico o el derecho religioso lo permite.
- El término “matrimonio forzado” puede aplicarse a las niñas que se casan siendo menores de 18 años, pero también a los matrimonios a cualquier edad en los que una persona se ve forzada a casarse con otra.



NOTA: Es posible que no todos estén al tanto del marco jurídico de los países de los que son ciudadanos o en los que están alojados. Si el matrimonio es ilegal antes de los 18 años, indíquese al grupo para que dispongan de esta información. Asimismo, si la edad para contraer matrimonio es diferente en el país en el que están alojados en comparación con el país al que pueden regresar (por ejemplo, Siria o el Líbano), es importante disponer de esta información, así como de la información relacionada con la manera de gestionar este proceso.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Qué opinan sobre la información presentada?



DIGA LO SIGUIENTE: Algunos de nosotros nos casamos antes de los 18 años o conocemos a alguien que lo haya hecho; es algo muy común. Además, es posible que nos hayamos casado jóvenes y no haya habido complicaciones, de modo que puede que no estemos seguros del motivo por lo que esto puede ser un problema. No obstante, con el tiempo, tenemos más información y pruebas científicas que nos indican que el matrimonio a una edad temprana puede resultar perjudicial y también complicado para las niñas.



DIGA LO SIGUIENTE: Les voy a contar la historia de Zeina. Nos detendremos en algún momento de la historia para reflexionar sobre ciertas cuestiones.

► Parte 1

Zeina tiene 15 años y sus padres quieren que se case. Les preocupa que se haga mayor y pase mucho tiempo fuera de casa. Los padres de Zeina también están atravesando dificultades económicas y, desde que se mudaron al lugar actual, no han conseguido trabajo. Creen que Zeina se está haciendo demasiado mayor para compartir el espacio con sus hermanos, especialmente ahora que menstrúa. El matrimonio los ayudará a gestionar mejor las finanzas y también evitará que la gente hable de que Zeina no está ya casada.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cuáles son los motivos que contribuyen a la decisión de casar a Zeina?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE [si no se menciona]:

- En la sociedad, existen diferentes expectativas para las niñas y las mujeres que para los niños y los hombres. Esto incluye mantener a las niñas en el cuadro correspondiente a las mujeres y controlar cómo se comportan, con quién deben pasar el tiempo y las actividades que se les permite realizar.
- Esto ocurre porque es posible que, en muchos lugares, las niñas no se valoren de la misma manera que los niños. Se espera que los niños cuiden de sus padres cuando se hacen mayores y vayan a trabajar para conseguir ingresos, mientras que las niñas se consideran una carga económica.
- Cuando se dan situaciones de desplazamiento, muchas familias pueden optar por casar a sus hijas como forma de aliviar la carga financiera y de proporcionar a las niñas lo que creen que es una mejor oportunidad en la vida. Existen muchos ejemplos de niñas que ganan unos ingresos para su familia y cuidan a sus padres cuando estos son mayores, pero debido a las expectativas puestas en las mujeres (incluidas en el cuadro correspondiente a las mujeres)²⁴, existe la percepción de que las niñas no pueden realizar este tipo de actividades.

► Parte 2

Los padres de Zeina le plantean la idea del matrimonio. Zeina está confusa. Es feliz yendo a la escuela. No obstante, algunas de sus amigas se han casado y le gusta la idea de tener su propia habitación y no tener que compartirla con sus hermanos. Además, le preocupa no casarse pronto y no conseguir un buen esposo.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cuáles son las razones por las que Zeina quiere casarse?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE [si no se menciona]: Zeina está influenciada por las expectativas de la comunidad y la presión de sus iguales. Su razón para querer casarse es que la sociedad ha enseñado a las niñas como Zeina que, si no se casan jóvenes, puede que no se casen.

- A Zeina le han dicho que cuando aparece un “buen partido” debe casarse con él inmediatamente, pues no se sabe si aparecerá otro. Además, dada la difícil situación en el hogar, Zeina cree que la vida de casada será una vía de escape de las penurias.
- Aunque puede parecer que Zeina está tomando la decisión de casarse, está influenciada por el entorno en el que vive.

► Parte 3

Zeina se casa, y la vida de casada no es exactamente como imaginaba. Dejó la escuela y está sufriendo nuevas presiones por parte de su nueva familia, como tener niños o asumir todas las tareas domésticas. Zeina no cree que tenga el poder para pedir lo que quiere o necesita.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cuál es la repercusión emocional o física sobre Zeina?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Lo que Zeina ha experimentado les ocurre a muchas niñas. Algunos de nosotros habríamos vivido una situación similar. Las niñas que pasan por una situación similar a la de Zeina se sienten aisladas, infelices y abrumadas por el matrimonio. Además, pueden sufrir riesgos para su salud que pueden ser muy graves.

²⁴ En la sesión 3, hablamos de que los cuadros correspondientes a los hombres y a las mujeres se referían a las expectativas de la sociedad sobre cómo deben ser las mujeres y las niñas o los niños y los hombres, cómo deben actuar, cómo deben sentir y qué deben decir. Muchas personas diferentes, la comunidad y las experiencias nos las enseñan desde el momento en el que nacemos.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cuáles son algunas de las consecuencias de que Zeina se case a una edad temprana?



HAGA LO SIGUIENTE: Comparta sus ideas con el grupo y **AÑADA** lo que falte.



NOTA: Si dispone de los recursos, puede mostrar a los participantes el vídeo de Girl Effect. Está disponible la traducción en varios idiomas, incluidos el francés y el árabe. <https://www.youtube.com/watch?v=1e8xgF0JtVg>



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- Las niñas que se casan jóvenes suelen abandonar la escuela y pierden años importantes de su educación. Por ello, tendrán un conocimiento, unas habilidades y una experiencia limitadas para negociar sus roles matrimoniales adultos.
- Las niñas que se casan a una edad temprana tienen una mayor probabilidad de sufrir violencia durante su matrimonio. Cuanto mayor sea la diferencia de edad, más probable es que sufran violencia. Las niñas que se casan a una edad temprana tienen una mayor probabilidad de describir su primera experiencia sexual como forzada.
- Con frecuencia, se espera que la procreación llegue después del matrimonio, y los primeros partos son los más arriesgados para las jóvenes madres adolescentes. El embarazo en este momento es muy peligroso, y los médicos recomiendan que las niñas terminen la pubertad y la adolescencia antes de intentar tener hijos.
- Las adolescentes jóvenes embarazadas tienen un riesgo considerablemente mayor de morir durante el parto o después de este.
- Por ejemplo, las niñas que se quedan embarazadas a una edad temprana suelen tener partos difíciles porque su pelvis es demasiado pequeña. Esto puede derivar en la necesidad de operarlas para dar a luz al bebé.
- Las niñas jóvenes también están en riesgo de dar a luz a sus bebés demasiado pronto, antes de que el bebé esté preparado para nacer.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Qué opinan sobre la información presentada?
- ¿Creen que esta información podría ayudar a alguien a tomar una decisión fundamentada sobre el matrimonio temprano? ¿Por qué?
- ¿Qué pueden hacer los cuidadores si las propias niñas les piden casarse?
- Si tienen hijas que ya estén casadas, ¿cuáles son los aspectos con los que creen que necesitan ayuda para garantizar una vida de casadas segura y saludable?

Actividad 3: Estrategias para retrasar el matrimonio (30 minutos)



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- Respetamos que el matrimonio sea una parte importante de la comunidad y que sea algo que muchas personas hacen. No obstante, también pensamos que, debido a los daños asociados al matrimonio a una edad temprana, existen medidas que podemos tomar para retrasar el matrimonio de las niñas hasta que sean mayores (mayores de 18 años).
- Esto ayudará a las niñas a tener más posibilidades de un matrimonio y una vida sanos. Para poder ayudar a las niñas a retrasar el matrimonio hasta que sean mayores, es necesario contar con la opinión de los cuidadores, pero también de los miembros de la comunidad a la hora de decidir cuándo y con quién casarse.



DIGA LO SIGUIENTE: En grupos, plantearán estrategias que la familia del escenario puede adoptar para retrasar el matrimonio de su hija. Para decidir las estrategias, se deben tener en cuenta dos aspectos:

1. Piensen en las personas a las que pueden incluir en su estrategia, por ejemplo, la niña, el cuidador, los responsables de la toma de decisiones de su comunidad o el posible esposo (y su familia).
2. Piensen en los efectos que el retraso del matrimonio puede tener para la niña y su familia; si hay efectos negativos, ¿cómo se pueden resolver?



HAGA LO SIGUIENTE:

- Divida a los participantes en dos grupos y proporcione a cada grupo un escenario. Si no pueden leer, puede leerle los escenarios al grupo.
- Los participantes pueden compartir sus escenarios y estrategias mediante una escenificación.

Se necesita una **CONTEXTUALIZACIÓN:**

Escenario 1: Yusra tiene tres hijos y los está criando ella sola. Gana algo de dinero de la costura, pero no es suficiente para mantener a sus hijos. Tuvo que retirar a su hija mayor de la escuela y cree que es mejor que esta se case. Esto reducirá la carga financiera sobre ella. Quiere mucho a su hija y cree que es lo mejor para ella. La hija de Yusra tiene 14 años. Yusra quiere su consejo.



NOTA: Deberían pedir a Yusra que pensase en los pros y los contras de la decisión de casar a su hija. Deben animar a Yusra a pensar en estrategias alternativas antes de casar a su hija y pedirle que piense en cómo puede buscar ayuda.

Escenario 2 (para contextos en los que el embarazo adolescente puede derivar en un matrimonio forzado): Nancy tiene 15 años y hace poco descubrió que está embarazada. Le preocupa contárselo a su madre porque tiene miedo de que esta la fuerce a casarse con el hombre que la dejó embarazada. Nancy no se quiere casar con él, quiere terminar su educación y quedarse con su familia. ¿Cómo puede responder la madre de Nancy ante esta situación?



NOTA: Este escenario puede ser bastante complicado. Las madres pueden decir que la niña no tiene otra opción que casarse. Anímelas a pensar en ideas alternativas al matrimonio. ¿Cómo puede Nancy continuar yendo a la escuela cuando tenga un bebé? ¿Qué permitiría que Nancy se quedase en casa y no se casase?]

Escenario 2 (para contextos delicados): La familia de Adam está creciendo y hace poco su primo también se mudó a su hogar. Los hijos de Adam están compartiendo una habitación pequeña. Su hija mayor, Nancy, tiene 16 años y es demasiado mayor para compartir habitación con sus hermanos menores. Adam cree que la mejor solución es que Nancy se case. De esta manera, tendrá su propio espacio y la casa no estará tan abarrotada. ¿Debería retrasarse el matrimonio de Nancy? ¿Cómo se puede conseguir esto?



NOTA: Deben pensar en los pros y los contras de la decisión de casar a Nancy (por ejemplo, los riesgos para la salud de Nancy, el abandono escolar, el aislamiento, etc.). Deben pensar en estrategias alternativas que puedan ayudar a retrasar el matrimonio.

Mensaje clave



DIGA LO SIGUIENTE: Existen muchos daños asociados al hecho de que las niñas contraigan matrimonio a una edad temprana, de modo que ayudar a las niñas a casarse a una edad más avanzada les ofrecerá una mayor oportunidad de tener un matrimonio sano. Para poder ayudar a las niñas a retrasar el matrimonio hasta que sean un poco mayores, es necesario contar con la opinión de los cuidadores, pero también de la comunidad, sobre todo los hombres y los niños, que tienen el poder de decidir cuándo y con quién casarse.

Comprobación (5 minutos)

PREGUNTE a los cuidadores qué les ha parecido la sesión y si quieren que se realice algún cambio para la siguiente. (Es importante que reaccione ante los cambios sugeridos por los cuidadores, así como que explique las razones por las que no son posibles).

RECUERDE a los cuidadores que pueden dejar valoraciones en la caja de comentarios y que usted estará disponible al final de la sesión para hablar con ellos si es necesario.

Conclusión (5 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Hablen con sus hijas o con otra persona de la familia con la que pueden hablar cómodamente sobre el problema del matrimonio temprano y sobre parte de la información que hemos compartido hoy. Observen cuáles son sus ideas, si son diferentes o las mismas a las que hemos mencionado.



NOTA PARA LOS FACILITADORES: PARA LA SIGUIENTE SESIÓN

- ☐ Prepárese con información sobre los servicios de violencia de género.
- ☐ Lea el apartado de preparación de la sesión para familiarizarse con los recursos y conceptos clave previamente.

SESIÓN 10:

EL MATRIMONIO EN NUESTRA COMUNIDAD

(Cuidadores de niñas casadas)

Objetivos de la sesión:

Al final de la sesión, los cuidadores:

1. Comprenderán el efecto del matrimonio temprano en las adolescentes.
2. Comprenderán cómo ayudar a las niñas casadas.

Materiales:

- ☐ kit de material artístico
- ☐ caja de comentarios
- ☐ papel de rotafolio
- ☐ rotuladores
- ☐ papel A4
- ☐ bolígrafos
- ☐ cinta o cuerda
- ☐ proyector
- ☐ portátil y altavoces si se va a reproducir el vídeo de Girl Effect: <https://www.youtube.com/watch?v=1e8xgF0JtVg>

Preparación:

- Asegúrese de que el vídeo esté preparado con antelación y listo para mostrárselo a los participantes. Existe la opción de modificar el idioma de los subtítulos, de modo que asegúrese de hacerlo antes de la sesión. Si no dispone de recursos para ello, puede omitir esta parte de la sesión.
- Es posible que quieran preparar la historia de Zeina para orientar la historia.

Nota para el facilitador:

- En países en los que es ilegal contraer matrimonio siendo menor de 18 años, es posible que algunos cuidadores oculten los matrimonios de las niñas. Por el contrario, los cuidadores pueden denunciar los matrimonios a las autoridades si es la propia niña la que toma la decisión de casarse; esto puede ocurrir en contextos en los que las niñas contraen un matrimonio “por amor” que los cuidadores desapruueban. Ambos escenarios pueden ser problemáticos si esto implica que las niñas no reciben el apoyo que necesitan. Es importante que, como facilitador, se centre en resaltar los riesgos que el matrimonio temprano supone para las niñas y en las maneras en las que los cuidadores pueden seguir apoyando a las niñas si estas se casan.
- Es importante que, como facilitador, no emita ningún juicio sobre los cuidadores de las niñas que ya están casadas para poder mantener una conversación honesta sobre la situación y para que puedan ofrecer una mejor ayuda a las niñas.
- Si las niñas o los cuidadores quieren informar sobre un caso de matrimonio temprano al facilitador en contextos en los que es ilegal, puede remitir a la niña o su cuidadora a un asistente social como primer paso.
- Incluso en contextos en los que el matrimonio es legal siendo menor de 18 años, algunos cuidadores pueden ser reacios a admitir que sus hijas se han casado antes de cumplir los 18 años, porque a menudo tienen miedo de la reacción de la sociedad, las ONG y los trabajadores humanitarios. Por lo tanto, es importante no emitir juicios, pues esto podría suponer un obstáculo para el acceso a los servicios por parte de las niñas.

Duración: Esta sesión podría durar hasta 2,5 horas. Si no puede finalizar la sesión en el horario asignado, también puede dividirla en dos sesiones.

Momento: Antes de la sesión correspondiente para cuidadores masculinos

Bienvenida y examen (10 minutos)

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Han podido introducir la toma de decisiones compartida en la familia acerca de las responsabilidades domésticas mediante el uso de los pasos anteriormente mencionados? ¿Cómo ha ido? Si no han podido, ¿han hablado con las niñas para que tomen conciencia sobre algunos de los derechos de los que hemos hablado hoy?

 **DIGA LO SIGUIENTE:** Hoy vamos a hablar sobre el matrimonio y sobre lo que significa y cómo es en nuestra comunidad.

Análisis (15 minutos)

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Cómo es el matrimonio en su comunidad?

Preguntas de sondeo para fomentar el debate:

- ¿A qué edad se casan las mujeres? ¿Y los hombres?

 **NOTA:** En algunos contextos, esta pregunta puede ser delicada debido a los marcos jurídicos. Tenga cuidado con el planteamiento en contextos en los que este sea el caso.

- ¿Cuál es la mejor edad para que las mujeres y los hombres contraigan matrimonio?
- ¿Quién toma las decisiones sobre la persona con la que contraer matrimonio y sobre el momento? ¿Es diferente para las mujeres y para los hombres?
- ¿Es la misma situación ahora que antes del desplazamiento? ¿Qué diferencias y similitudes existen?
- ¿Cómo es el matrimonio para las mujeres y las niñas con discapacidad?
- ¿Qué trato reciben en la comunidad las mujeres divorciadas? ¿Y las mujeres viudas? ¿Cuál es su opinión sobre el tratamiento que reciben?

 **DIGA LO SIGUIENTE:**

- El matrimonio es algo que muchas personas eligen. Es el momento en el que dos personas deciden que quieren establecer una alianza y, a veces, esto incluye tener una familia.
- El matrimonio puede adoptar muchas formas. A veces, dos personas se enamoran y deciden casarse. Otras veces puede implicar a otros familiares que ayudan a las mujeres o los hombres a encontrar un posible esposo o esposa.
- Lo importante es recordar quién tiene poder para elegir decir sí y para elegir con quién casarse, pues una decisión vital tan importante debería tener en cuenta los deseos de las mujeres y las niñas, así como los de los hombres y los niños.

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿A quién se le ocurren ejemplos de casos en los que el poder puede no ser igual?

AÑADA LO SIGUIENTE a los ejemplos si el grupo no los menciona (y resulta oportuno para el contexto):

- Cuando los padres fuerzan a la niña a casarse con alguien o la influncian.
- Cuando una niña es pequeña (menor de 18 años) y el hombre es un adulto.
- Cuando la diferencia de edad entre la mujer y el hombre es muy grande.
- Cuando el poder de la comunidad y la sociedad hace que las niñas y los progenitores creen que las niñas deben casarse a una edad más temprana.

 **DIGA LO SIGUIENTE:** Hoy hablaremos sobre las cosas maravillosas que conlleva el matrimonio y también sobre cómo podemos ayudar a las niñas casadas y divorciadas que conocemos y amamos.

Actividades (1 hora y 25 minutos)

Actividad 1: El concepto de matrimonio (20 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: El matrimonio es algo que forma parte de nuestra cultura y nuestra comunidad. Existen muchas formas de celebrar este momento.



NOTA: Esto no incluye necesariamente una ceremonia nupcial, pues en muchas situaciones, como en los contextos de refugiados, el matrimonio se celebra sin ceremonia.



HAGA LO SIGUIENTE: Divida a los participantes en dos o tres grupos y pídales que hablen brevemente sobre los aspectos positivos del matrimonio. Cuando hayan terminado, pídales que hablen sobre los temas principales que han debatido con el grupo en general.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cuáles son los retos que supone el matrimonio?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: El matrimonio tiene aspectos positivos y también retos. No obstante, en ocasiones, los retos pueden aumentar cuando el poder en el matrimonio no es igualitario, como en los ejemplos que hemos mencionado previamente. Vamos a indagar en algunos de estos ejemplos y a hablar sobre cómo podemos fortalecer nuestro apoyo a las niñas casadas y divorciadas.

Actividad 2: El impacto del matrimonio temprano (35 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Alguien sabe lo que significan los términos “matrimonio temprano”, “matrimonio infantil” o “matrimonio forzado”? ¿Los han escuchado antes?



DIGA LO SIGUIENTE:

- Los términos “matrimonio temprano” y “matrimonio infantil” se emplean para describir el matrimonio de niñas y niños menores de 18 años.
- En virtud de muchos acuerdos internacionales, el matrimonio que se produce antes de los 18 años puede resultar perjudicial para las niñas, incluso si el marco jurídico o el derecho religioso lo permite.
- El término “matrimonio forzado” puede aplicarse a las niñas que se casan siendo menores de 18 años, pero también a los matrimonios a cualquier edad en los que una persona se ve forzada a casarse con otra.



NOTA: Es posible que no todos estén al tanto del marco jurídico de los países de los que son ciudadanos o en los que están alojados. Si el matrimonio es ilegal antes de los 18 años, indíquese al grupo para que dispongan de esta información. Asimismo, si la edad para contraer matrimonio es diferente en el país en el que están alojados en comparación con el país al que pueden regresar (por ejemplo, Siria o el Líbano), es importante disponer de esta información, así como de la información relacionada con la manera de gestionar este proceso.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Qué opinan sobre la información presentada?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Estamos aquí porque todos tenemos hijas o niñas a nuestro cuidado que se casaron a una edad temprana; es algo muy común, a pesar de que existen varios riesgos asociados. Además, es posible que también nos hayamos casado jóvenes y no haya habido complicaciones, de modo que puede que no estemos seguros del motivo por el que esto puede ser un problema. No obstante, con el tiempo, tenemos más información y pruebas científicas que nos indican que el matrimonio a una edad

temprana puede resultar perjudicial y complicado para las niñas. Existen algunas medidas que podemos tomar para ayudar a las niñas que ya se han casado y garantizar que tengan una mejor experiencia y no corran riesgo de sufrir daños. Pero primero debemos entender cuál es el problema.

[La historia requiere **CONTEXTUALIZACIÓN**]



NOTA: Es importante no identificar a los padres que tengan hijas menores de 18 años casadas en los países en los que esto es ilegal; tenga cuidado con el lenguaje que utiliza y adapte a su contexto.



NOTA: En grupos en los que también haya suegras presentes, es posible que se requiera una mayor sensibilidad a la hora de organizar esta actividad. Estos ámbitos se resaltan a continuación.



DIGA LO SIGUIENTE: Les voy a contar la historia de Zeina. Nos detendremos en algún momento de la historia para reflexionar sobre ciertas cuestiones.

► Parte 1

Zeina tiene 15 años y sus padres quieren que se case. Les preocupa que se haga mayor y pase mucho tiempo fuera de casa. Los padres de Zeina también están atravesando dificultades económicas y, desde que se mudaron al lugar actual, no han conseguido trabajo. Creen que Zeina se está haciendo demasiado mayor para compartir el espacio con sus hermanos, especialmente ahora que menstrúa. El matrimonio los ayudará a gestionar mejor las finanzas y también evitará que la gente hable de que Zeina no está ya casada.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cuáles son los motivos que contribuyen a la decisión de casar a Zeina?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE [si no se menciona ya]:

- En la sociedad, existen diferentes expectativas para las niñas y las mujeres que para los niños y los hombres. Esto incluye mantener a las niñas en el cuadro correspondiente a las mujeres y controlar cómo se comportan, con quién deben pasar el tiempo y las actividades que se les permite realizar.
- Esto ocurre porque, en muchos lugares, puede que las niñas no se valoren de la misma manera que los niños. Se espera que los niños cuiden de sus padres cuando se hacen mayores y vayan a trabajar para conseguir ingresos, mientras que las niñas se consideran una carga económica. Cuando se producen situaciones de desplazamiento, muchas familias pueden optar por casar a sus hijas²⁵ porque existe una percepción de que las niñas no pueden ayudar a sus familias.

► Parte 2

Los padres de Zeina le plantean la idea del matrimonio. Zeina está confusa. Es feliz yendo a la escuela. No obstante, algunas de sus amigas se han casado y le gusta la idea de tener su propia habitación y no tener que compartirla con sus hermanos. Además, le preocupa no casarse pronto y no conseguir un buen esposo.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cuáles son las razones por las que Zeina quiere casarse?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE [si no se menciona ya]: Zeina está influenciada por las expectativas de la comunidad y la presión de sus iguales. Su razón para querer casarse es que la sociedad ha enseñado a las niñas como Zeina que, si no se casan jóvenes, puede que no se casen. A Zeina le han dicho que cuando aparece un "buen partido" debe casarse con él inmediatamente porque no se sabe si aparecerá otro. Además, dada la difícil situación en el hogar, Zeina cree que la vida de casada será una vía de escape de las penurias. Aunque puede parecer que Zeina está tomando la decisión de casarse, está influenciada por el entorno en el que vive.

25 En la sesión 3, hablamos de que los cuadros correspondientes a los hombres y a las mujeres se referían a las expectativas de la sociedad sobre cómo deben ser las mujeres y las niñas o los niños y los hombres, cómo deben actuar, cómo deben sentir y qué deben decir. Muchas personas diferentes, la comunidad y las experiencias nos las enseñan desde el momento en el que nacemos.

► Parte 3

***Es posible que se deba realizar una adaptación si hay suegras presentes.**

Zeina se casa y la vida de casada no es exactamente como imaginaba. Dejó la escuela y está sufriendo nuevas presiones por parte de su nueva familia, como tener niños o asumir numerosas tareas domésticas. Zeina no cree que tenga el poder para pedir lo que quiere o necesita.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Cuál es la repercusión emocional o física sobre Zeina?
- ¿Cómo podría haber sido diferente su situación?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE [si no se menciona]: Lo que Zeina ha experimentado les ocurre a muchas niñas. Algunos de nosotros habríamos vivido una situación similar. Las niñas que atraviesan una situación similar a la de Zeina se sienten aisladas, infelices y abrumadas por el matrimonio. Además, pueden sufrir riesgos para su salud y estos pueden ser muy graves.

► Parte 4

***Es posible que se deba realizar una adaptación si hay suegras presentes.**

El esposo y la familia política de Zeina no entiende su situación ni lo que está sufriendo. Finalmente, le dicen a la familia de Zeina que quieren que vuelva a su hogar familiar, ya que no está haciendo lo que esperan de ella.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Es común que las niñas se divorcien cuando se casan a una edad temprana?
- ¿Qué trato reciben estas niñas por parte de sus familias y de la comunidad?



NOTA: Hay muchas expectativas puestas en las mujeres cuando se casan. Dado que las adolescentes todavía están creciendo y aprendiendo, es comprensible que no puedan afrontar las presiones que conllevan las responsabilidades adultas.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cuáles son algunas de las consecuencias de que Zeina se case a una edad temprana?



NOTA: Si dispone de los recursos, puede mostrar a los participantes el vídeo de Girl Effect. Está disponible la traducción en varios idiomas, incluidos el francés y el árabe. <https://www.youtube.com/watch?v=1e8xgF0JtVg>



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- Las niñas que se casan jóvenes suelen abandonar la escuela y pierden años importantes de su educación. Por ello, tendrán un conocimiento, unas habilidades y una experiencia limitadas para negociar sus roles matrimoniales adultos.
- Las niñas que se casan a una edad temprana tienen una mayor probabilidad de describir su primera experiencia sexual como forzada.
- Con frecuencia, se espera que la procreación llegue después del matrimonio, y los primeros partos son los más arriesgados para las jóvenes madres adolescentes. El embarazo en este momento es muy peligroso, y los médicos recomiendan que las niñas terminen la pubertad y la adolescencia antes de intentar tener hijos.
- Las adolescentes jóvenes embarazadas tienen un riesgo considerablemente mayor de morir durante el parto o después de este.
- Las niñas que se quedan embarazadas a una edad temprana suelen tener partos difíciles porque su pelvis es demasiado pequeña. Esto puede derivar en la necesidad de operarlas para dar a luz al bebé.

- Cuando hablamos con niñas divorciadas durante nuestra investigación, nos contaron que casarse a una edad temprana fue el primer motivo de divorcio. Además, se sintieron estigmatizadas y culpables por la ruptura del matrimonio y se enfrentaron a muchas restricciones. Sin embargo, con el apoyo adecuado, las niñas que se divorciaron también salieron adelante en busca de sus intereses, obtuvieron oportunidades y fueron capaces de alejarse de una situación violenta.
- Cuando hablamos con niñas casadas durante nuestra investigación, nos contaron que una de las principales consecuencias del matrimonio temprano fue sufrir violencia. Además, dijeron que el matrimonio temprano derivó en relaciones negativas con sus esposos y que los riesgos para la salud fueron muy elevados.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Qué opinan sobre la información presentada?
- ¿Se trata de una conversación fácil para los cuidadores? ¿Por qué?
- Si tienen hijas que ya estén casadas o si tienen una nuera, ¿cuáles son los aspectos con los que creen que necesitan ayuda para garantizar una vida de casadas segura y saludable?

Actividad 3: El apoyo de las niñas casadas, viudas y divorciadas (30 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Hemos aprendido algunos de los riesgos a los que se enfrentan las niñas casadas y divorciadas. Pero hay algo que podemos hacer. Vamos a pensar en formas en las que podemos ayudar a las niñas casadas y divorciadas en nuestras vidas en la comunidad en general.



HAGA LO SIGUIENTE:

- Divida a los participantes en tres grupos, uno centrado en las niñas casadas, uno en las viudas y otro en las divorciadas.
- Pida a los grupos que planteen formas en las que pueden apoyar a estas niñas incluso aunque no estén a su cuidado.

AÑADA los siguientes puntos si todavía no se han mencionado en los debates.

- Si es posible, comprueben cuáles son las necesidades materiales de las niñas casadas, viudas y divorciadas (en concreto, alimentos, dinero, compresas higiénicas, ropa y material escolar). Es posible que la familia política no pueda ofrecer el apoyo adecuado, de manera que deberán ponerse en contacto con la niña. Si ustedes pertenecen a la familia política, también pueden comprobar cuáles son las necesidades materiales de las niñas.
- Comprueben cuáles son las necesidades emocionales de las niñas y ofrézcanles apoyo. Si son suegras, déjenles tiempo para ver a sus amigos y a su familia. Si son cuidadores, tómense tiempo para visitar a las niñas y pasar tiempo con ellas.
- Si es posible, comprueben cuáles son las necesidades vocacionales y educativas de las niñas casadas, viudas y divorciadas; quizás quiera volver a la escuela, aprender nuevas habilidades, asistir a un curso o generar ingresos para ser independiente.
- Si es posible, comprueben las necesidades en materia de salud de las niñas casadas, viudas y divorciadas. Las niñas pueden necesitar acceso a medicamentos, atención de salud, servicios de planificación familiar, atención prenatal, etc. Animen a las niñas a esperar a tener 18 años para tener hijos, incluso si ya han tenido un niño; cada parto es diferente, y deberían retrasar el embarazo hasta que su cuerpo esté totalmente desarrollado para evitar los riesgos para la salud, como la muerte de la madre o el bebé.

Mensaje clave



DIGA LO SIGUIENTE: Aunque existen muchos retos asociados a las niñas que se casan a una edad temprana, como madres y suegras, existen muchas cosas que podemos hacer para ayudar a las niñas en su situación. Algunas de ellas son comprobar sus necesidades materiales, emocionales y de salud. Retrasar el embarazo hasta los 18 años es fundamental para garantizar su salud y la de sus bebés. Como cuidadores, es posible que no dispongamos de los recursos necesarios para atender todas estas necesidades, pero una de las cosas sobre las que tenemos control es la satisfacción de las necesidades emocionales de las niñas en particular.

Comprobación (5 minutos)

PREGUNTE a los cuidadores qué les ha parecido la sesión y si quieren que se realice algún cambio para la siguiente. (Es importante que reaccione ante los cambios sugeridos por los cuidadores, así como que explique las razones por las que no son posibles).

RECUERDE a los cuidadores que pueden dejar valoraciones en la caja de comentarios y que usted estará disponible al final de la sesión para hablar con ellos si es necesario.

Conclusión (5 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Hablen con sus hijas o sus nueras para comprobar cuáles son sus necesidades y ver cómo puede atenderlas. Incluso aunque no puedan ofrecer ayuda material, existen otras maneras de respaldar sus necesidades emocionales o su acceso a la atención de salud.



NOTA PARA LOS FACILITADORES: PARA LA SIGUIENTE SESIÓN

- ☐ Prepárese con información sobre los servicios de violencia de género.
- ☐ Lea el apartado de preparación de la sesión para familiarizarse con los recursos y conceptos clave previamente.
- ☐ Familiarícese con el recurso 11.1: Árbol de la Violencia de Género y el recurso 11.2: Tipos de violencia antes de la sesión para recordar las causas fundamentales y las consecuencias de la violencia de género y los tipos que existen.

SESIÓN II:

LA VIOLENCIA QUE SUFREN LAS MUJERES Y LAS NIÑAS

Objetivos de la sesión:

Al final de la sesión, los cuidadores:

1. Hablarán sobre los problemas de seguridad a los que se enfrentan las mujeres y las niñas dentro y fuera del hogar.
2. Aprenderán a no estigmatizar a las niñas que sufren violencia de género; aprenderán a ofrecerles un espacio de apoyo.



NOTA: Esta sesión no debería sustituir a otras actividades de evaluación de riesgos de violencia de género que existen; se puede realizar en paralelo.

Materiales:

- ☐ papel de rotafolio
- ☐ rotuladores (de al menos cuatro colores diferentes)
- ☐ pósits
- ☐ bolígrafos

Preparación:

- Familiarícese con el recurso 11.1: Árbol de la Violencia de Género y el recurso 11.2: Tipos de violencia antes de la sesión para recordar las causas fundamentales y las consecuencias de la violencia de género y los tipos que existen.
- Asegúrese de que dispone de la información sobre los servicios de gestión de casos preparada, incluidos los datos de contacto y el punto focal. Puede elaborar folletos, materiales de información, educación y comunicaciones o panfletos que se puedan dejar en la sala para que las mujeres los recojan (si lo desean) o proporcionarles la oportunidad de memorizar los datos.
- Esta sesión puede ser muy delicada y causar malestar a algunos participantes durante el debate. Asegúrese de que la sesión incluya pequeñas actividades dinamizadoras que ayuden a desglosar el contenido.
- Algunos participantes pueden no estar de acuerdo con todas las definiciones o los ejemplos de los tipos de violencia. Es importante estar preparados para gestionar el conflicto y saber cómo responder. En la sesión se incluye todo el contenido pertinente, pero tendrá que leerlo y prepararlo con antelación para sentirse cómodos durante la celebración.

Nota para el facilitador:

- Infórmese sobre el panorama internacional y nacional de la legislación sobre la violencia contra las mujeres y las niñas. Entre la legislación internacional que se ocupa de este tipo de violencia se incluyen la Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer, la Declaración Universal de Derechos Humanos y la Convención sobre los Derechos del Niño. Debe comprobar si el país en el que está trabajando ha firmado esta legislación. Algunos países tendrán además legislaciones nacionales en vigor que tipifiquen como delito la violencia doméstica; es importante conocer la situación en su país.
- La violencia contra las mujeres y las niñas se suele considerar un tema tabú sobre el que no se habla abiertamente, a pesar de que muchas mujeres y adolescentes la sufren. Este tema puede hacer que algunos participantes se sientan incómodos, y también puede recordar a algunos sus propias experiencias personales. Prepárese con información sobre los servicios de gestión de casos a disposición de las mujeres y las niñas.
- No obstante, dado que esta sesión se celebra mucho más adelante en el programa de formación, es de esperar que se haya generado cierta confianza que facilite el debate sobre estos temas.
- Preste atención también a cualquier acto de violencia que se revele, especialmente contra las adolescentes. Es posible que deba consultarlo con su supervisor, especialmente si cree que una niña está en peligro inminente.
- Esta sesión puede ser muy delicada, por lo que es importante ponerse en contacto con los cuidadores para ver cómo se sienten a medida que se avanza en cada actividad.

Duración: 2 horas

Momento: Antes de que se celebre la sesión 11 para cuidadores masculinos sobre seguridad y violencia.

Bienvenida y examen (10 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Ha hablado con su hija o su nuera para comprobar cuáles son sus necesidades y ver cómo puede? ¿Cómo ha ido?



DIGA LO SIGUIENTE: Hoy hablaremos sobre seguridad y violencia contra las mujeres y las niñas.

Análisis (15 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿En qué piensan cuando menciono la palabra “seguridad”?



DIGA LO SIGUIENTE: Cuando hablamos de seguridad, nos referimos a no sufrir daños, peligros, amenazas o riesgos ni dentro ni fuera del hogar. Los daños, el peligro, las amenazas y los riesgos pueden deberse a varios motivos. Por ejemplo, el entorno puede hacer que las personas estén inseguras si hay un terremoto o una tormenta.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿A alguien se le ocurren otros tipos de daños, peligros, amenazas o riesgos que provoquen inseguridad a las personas? (Por ejemplo, la guerra, el conflicto, la falta de dinero, la falta de hogar, la violencia, etc.).



DIGA LO SIGUIENTE:

- A efectos de esta sesión, nos centraremos en el problema de la violencia y los tipos de violencia que las personas infligen sobre las mujeres y las niñas para provocarles inseguridad. Es importante recordar que la violencia no es algo que “simplemente ocurre” por ser mujer o niña. Es una elección que otras personas toman de ser violentos contra las mujeres y las niñas.
- La violencia contra las mujeres y las niñas supone una violación de sus derechos humanos y está incluida en muchas legislaciones internacionales (añada también legislaciones nacionales, si procede).

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Cuáles creen que son algunos de los riesgos y amenazas específicos que las personas generan para la seguridad de las mujeres y las niñas en la comunidad y en casa?

 **HAGA LO SIGUIENTE:** Anote sus respuestas en un rotafolio.

 **EXPLIQUE LO SIGUIENTE:**

- Tanto las mujeres como las niñas, los niños y los hombres pueden sufrir daños, peligros, amenazas o riesgos, pero existen algunos problemas de seguridad que van dirigidos a las mujeres y las niñas. Estos problemas de seguridad son tipos de violencia a los que se enfrentan las mujeres y las niñas debido a su género (recuérdelos el Cuadro de Género). Este tipo de violencia se ejerce sobre las mujeres y las niñas porque los hombres emplean su poder sobre ellas.
- En ocasiones, las mujeres pueden emplear la violencia hacia una niña por su poder como adulto sobre un niño. A veces, las mujeres y las niñas aceptan esta violencia porque puede que no se den cuenta de que realmente se trata de un tipo de violencia. Puede que sea algo muy común en la comunidad y, por tanto, se considere normal y aceptable que ocurra.
- A veces, las mujeres pueden ejercer violencia contra las niñas o tener ciertas expectativas sobre ellas basadas en sus propias experiencias y en las expectativas que la sociedad depositó en ellas a esa misma edad (por ejemplo, casar a las niñas a una edad temprana porque es lo que se hace en la comunidad o que las niñas tengan que abandonar la escuela antes que los niños).

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Creen que las mujeres y las niñas merecen tener menos poder y seguridad que los hombres y los niños?

 **NOTA:** Puede explicar en función del contexto que las mujeres y las niñas merecen tener el mismo poder y la misma seguridad que los hombres y los niños; ellas son tan capaces, inteligentes e importantes como ellos y merecen recibir el mismo trato.

 **EXPLIQUE LO SIGUIENTE:** La definición de **violencia contra las mujeres y las niñas** es “cualquier amenaza o acto (ya sea físico, emocional, sexual o económico) dirigido contra una niña o una mujer que cause daño o cuyo propósito sea mantener a una niña o una mujer bajo el control de otras personas”.

 **DIGA LO SIGUIENTE:** Este es un espacio seguro, y si alguien se siente incómodo en algún momento de la sesión, puede expresarlo. Además, tenemos un asistente social con el que se puede hablar, y puedo proporcionarles más información sobre esto al final de la sesión, o pueden venir a verme después.

Actividades (1 hora y 20 minutos)

Actividad 1: Tipos de violencia (40 minutos) ²⁶

 **DIGA LO SIGUIENTE:** Hemos hablado sobre seguridad y sobre el hecho de que las niñas y las mujeres sufren diferentes tipos de violencia por ser mujeres y niñas. A esto lo denominamos violencia de género. Todos los tipos de violencia son perjudiciales y suponen una violación de nuestros derechos; esto incluye todos los tipos de violencia de género.

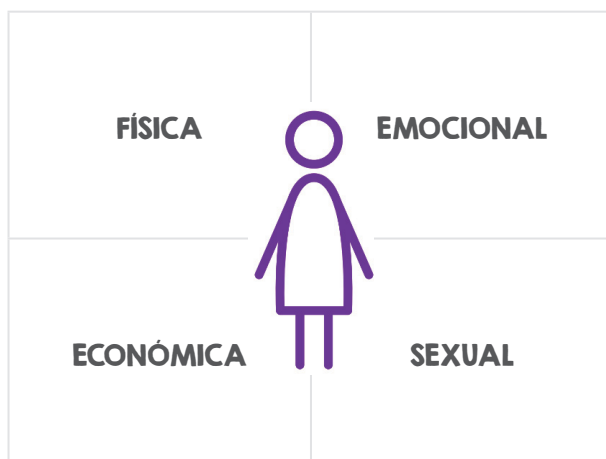
 **HAGA LO SIGUIENTE:** Dibuje la silueta de una mujer en una hoja grande de papel de rotafolio y divida el papel en cuatro partes (véase el ejemplo que figura a continuación). Tenga preparados algunos pósits.



DIGA LO SIGUIENTE:

- Quiero que se tomen un momento para pensar en la violencia, el riesgo, el daño o los peligros que sufren las mujeres y las niñas.
- Recuerden que existen muchos tipos de violencia contra las mujeres. Normalmente, se clasifican en cuatro tipos: **física** (daña el cuerpo), **emocional** (daña los sentimientos y la autoestima), **sexual** (controla la sexualidad) y **económica** (controla el acceso al dinero, la propiedad o los recursos).

PIDA a los participantes que dediquen un momento a hablar con la persona que tienen al lado sobre los diferentes tipos de violencia y, a continuación, que compartan sus ideas con el grupo en general.



NOTA: Es posible que deba proporcionar algunos ejemplos para ayudar a los participantes a realizar una distinción entre violencia de género y otros tipos de violencia. Puede decirles que antes de hablar sobre sus respuestas, piensen para sí mismos si los hombres o los niños tienen estas experiencias con tanta frecuencia como las mujeres y las niñas. Si necesitan más orientaciones, puede ofrecerles algunos ejemplos, como el matrimonio temprano, la violación, los comentarios de carácter sexual, etc.



HAGA LO SIGUIENTE: Cuando los participantes estén compartiendo sus ideas con el grupo en general, anótelas en pósits y después pregúnteles de qué tipo de violencia se trata. Si las categorías mencionadas son incorrectas, corrijalas antes de anotarlas en el papel.



NOTA: Algunos tipos de violencia pueden corresponder a varias categorías. Estos pósits pueden colocarse en el medio. Así, por ejemplo, si alguien sugiere una bofetada, puede colocarla en el cuadrado de "violencia física". Si alguien sugiere una agresión sexual, esta podría clasificarse como sexual y física, de modo que puede colocarse en el medio.



HAGA LO SIGUIENTE: Cuando hayan terminado, reúna a todos alrededor de la silueta.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Alguien tiene alguna pregunta o alguna cuestión que desee compartir o añadir sobre la violencia **física**?
- ¿Alguien tiene alguna pregunta o alguna cuestión que desee compartir o añadir sobre la violencia **emocional**?
- ¿Alguien tiene alguna pregunta o alguna cuestión que desee compartir o añadir sobre la violencia **económica**?
- ¿Alguien tiene alguna pregunta o alguna cuestión que desee compartir o añadir sobre la violencia **sexual**?



HAGA LO SIGUIENTE: Cuando las personas vuelvan a sus sitios o al círculo, recuerde la definición del término "violencia contra las mujeres". Lea la última frase: "*cuyo propósito sea mantener a una niña o una mujer bajo el control de otras personas*". Pregunte a los participantes qué creen que significa; pueden hablar en parejas durante unos minutos si lo prefieren.

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Por qué creen que la violencia contra las mujeres está relacionada con el poder? (De nuevo, déjeles unos minutos para que hablen sobre las respuestas y las compartan).

 **EXPLIQUE LO SIGUIENTE:**

- La violencia de género está relacionada con el poder porque, como sociedad, esperamos que los hombres demuestren que tienen poder sobre sus parejas o sus hijas.
- Como comunidad, muchas personas creen que es normal que los hombres tengan más poder que las mujeres. Se cree que, si los hombres no ejercen su poder sobre las mujeres, estas no serán capaces de valerse por sí mismas (y, por supuesto, esto es incorrecto).

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿No es la violencia contra la mujer un abuso de poder para controlar a una niña o a una mujer? Déjeles unos minutos para que hablen sobre las respuestas y las compartan.

 **EXPLIQUE LO SIGUIENTE:**

- Toda violencia implica un abuso de poder.
- La violencia se emplea para controlar a otra persona a través del miedo.

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** Incluso si los hombres sufren algunos de los mismos actos que las mujeres, ¿en qué se diferencia la violencia que sufren los hombres de la que sufren las mujeres? Déjeles unos minutos para que hablen sobre las respuestas y las compartan.

 **EXPLIQUE LO SIGUIENTE:**

- Los hombres, como grupo, no viven con miedo a sufrir violencia por parte de las mujeres como grupo. La mayoría de las mujeres viven con miedo a sufrir violencia por parte de los hombres (parejas o desconocidos). Las mujeres tienen este miedo porque la sociedad acepta el poder de los hombres sobre ellas y la violencia de estos contra ellas.
- Generalmente, cuando un hombre sufre violencia por parte de su pareja, la mujer se está defendiendo de la violencia que él ha ejercido contra ella.
- Los hombres sí sufren violencia por parte de otros hombres (por ejemplo, un empleado puede ser violento contra otro empleado). No obstante, la violencia no está relacionada con el género del empleado; podría estar relacionada con otros factores de discriminación que sitúan al hombre en una categoría marginada.

 **NOTA:** Véase el recurso 11.2 para obtener más información sobre los tipos de violencia.

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** Si alguien sufre violencia sexual, ¿qué debería hacer?

 **EXPLIQUE LO SIGUIENTE:** Si una mujer o una niña sufre violencia física o sexual, debería contárselo a alguien de confianza para que le ayude a buscar atención médica, si es necesario. Para evitar ITS, se recomienda buscar ayuda en los primeros tres días o las primeras 72 horas. Para evitar un embarazo, se recomienda buscar ayuda en los primeros cinco días o las primeras 120 horas.

 **HAGA LO SIGUIENTE:** Proporcione a los participantes la información de contacto del espacio seguro y explique los servicios de gestión de casos que tienen disponibles aquí o en la comunidad.

Actividad 2: Efectos de la violencia en las adolescentes (40 minutos)

 **DIGA LO SIGUIENTE:** Hemos hablado sobre la relación que existe entre la violencia y el control y sobre las formas en las que las mujeres y los hombres sufren violencia.

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Qué diferencias existen con respecto a las niñas? (Anote algunas respuestas).



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- De la misma manera que la violencia contra las mujeres se utiliza para mantener a las mujeres bajo control, lo mismo ocurre con las niñas, especialmente cuando llegan a la pubertad. El trato que reciben las niñas cambia, y se puede utilizar la violencia para controlarlas, especialmente en relación con el honor o las relaciones íntimas.
- Este trato hacia las niñas puede ser nuevo para ellas y, a medida que atraviesan una etapa de su vida en la que se están acostumbrando a otros cambios relacionados con su cuerpo y sus emociones, también se dan cuenta de que sus libertades se reducen. Dado que las adolescentes aún no son personas adultas, tienen todavía menos poder que las mujeres adultas para poder reclamar su derecho a no sufrir violencia.



HAGA LO SIGUIENTE: Divida a las mujeres en tres grupos y asigne a cada grupo un estudio de caso. Lea cada estudio de caso al grupo y pídale que reflexionen sobre las preguntas que figuran en cada uno de ellos. Tendrán que presentar un resumen al grupo en general.

CONTEXTUALIZACIÓN

Cuidadores de niñas solteras	Cuidadores de niñas casadas o divorciadas
Estudio de caso 1: Tania tiene 11 años y le encantaba la escuela. Pero ahora tiene un nuevo profesor que trata a las niñas y los niños de manera diferente. Durante el recreo, los niños juegan fuera y las niñas se quedan dentro a limpiar. Un día, Tania se niega a limpiar y le dice al profesor que quiere ir a jugar fuera. El profesor la golpea y le dice que no es apropiado que las niñas jueguen fuera.  PREGUNTE LO SIGUIENTE: • ¿Es este un tipo de violencia de género? ¿Por qué? (Sí, porque el profesor de Tania está discriminándola y siendo violento con ella por ser una niña). • ¿Cuáles son los posibles efectos físicos y emocionales de lo que le está ocurriendo a Tania? (Además de lo que compartan los participantes, AÑADA LO SIGUIENTE: Con el tiempo, Tania puede perder la confianza o empezar a creer que está limitada por las expectativas que se incluyen en el cuadro correspondientes a las mujeres; puede que no alcance todo su potencial debido a las limitaciones que se le imponen). • ¿Lo que ha pasado es culpa de Tania? • (No. No debemos culpar a Tania. El profesor no debe recurrir a la violencia contra los estudiantes en ningún caso. Además, el profesor no trata a las niñas y los niños de la misma forma).	Estudio de caso 1: Betty tiene 16 años y se acaba de casar. Betty hace todo lo que su esposo le pide. Pero cuando ella quiere hacer algo para sí misma, como quedar con sus amigas, el esposo de Betty le grita, a veces le dice que no puede salir de casa e incluso amenaza con pegarle.  PREGUNTE LO SIGUIENTE: • ¿Es este un tipo de violencia de género? ¿Por qué? (Sí, el esposo de Betty emplea la violencia para amenazarla, para que sienta miedo y para controlar su comportamiento y su libertad para hacer lo que ella quiere). • ¿Lo que ha pasado es culpa de Betty? (No. No debemos culpar a Betty por el trato que ha recibido. Existen muchas maneras en las que el esposo de Betty puede expresarse que no implican ejercer violencia ni controlarla). • ¿Qué pueden hacer las personas cercanas a Betty (cuidadores, suegra, etc.) para apoyarla?

Estudio de caso 2: Rebekah tiene una discapacidad auditiva y se casó a los 16 años. Rebekah no quería casarse, pero sus padres le dijeron que tendría una nueva habitación y más espacio y, si no se casaba con este hombre, podía perder la oportunidad de casarse. Rebekah creía que no tenía otras opciones. Así que, aunque sus padres no la “obligaron” a casarse, Rebekah no sintió que tuviera una elección real.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Es este un tipo de violencia de género?
- *(El matrimonio infantil o de menores de 18 años es una forma de violencia de género, pues afecta de manera desproporcionada a las niñas y supone una violación de sus derechos más básicos. Las niñas no pueden dar su pleno consentimiento al matrimonio debido a su edad y circunstancias. Además, las niñas que se casan a una edad temprana tienen un riesgo mayor de sufrir otras formas de violencia de género sobre las que ya hemos hablado, como la violencia por parte de su pareja o su familia política).*
- ¿Cuáles son los factores individuales, familiares, comunitarios y sociales que han propiciado el matrimonio de Rebekah?
- *(La sociedad acepta y fomenta el matrimonio de las niñas a una edad temprana (desigualdad de género) y la familia cree que la situación de Rebekah mejorará si abandona el hogar. Rebekah no cree que tenga otras oportunidades, falta de estímulo o aspiración por parte de su familia de lo que puede conseguir más allá del matrimonio, etc.).*
- ¿Qué alternativas puede haber al matrimonio para niñas como Rebekah? *(Educación, formación profesional, empleo o pequeños negocios)*
- ¿Estas alternativas son realistas o habituales en nuestras comunidades?

Estudio de caso 2: Amal tiene 17 años y está divorciada. Volvió a su hogar con sus padres y su bebé. Amal quiere retomar la escuela o seguir aprendiendo y formándose, pero sus padres le han dicho que no por la vergüenza que supuso el divorcio de Amal. Amal se siente aislada y atrapada y no cree que vaya a tener más oportunidades para su futuro.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Es este un tipo de violencia de género? ¿Por qué? *(Sí, los padres de Amal están ejerciendo violencia contra ella al limitar sus movimientos y hacer que se quede en casa debido a la vergüenza y la “deshonra”. No ayudan a Amal a garantizar sus derechos básicos.*
- ¿Cuáles son los posibles efectos físicos y emocionales de lo que le está ocurriendo a Amal?
- ¿Lo que ha pasado es culpa de Amal? *(Muchas veces, la sociedad culpa a la niña cuando se produce un divorcio. Existen muchas razones por las que se rompe una relación. En el caso de Amal, el hecho de ser una adolescente y haberse casado antes de estar preparada podría ser uno de los factores que contribuyó al divorcio. Las familias y los posibles esposos tienen la responsabilidad de asegurarse de que las niñas no se casen antes de estar preparadas).*
- ¿Qué pueden hacer las personas cercanas a Amal (cuidadores, familia política, etc.) para apoyarla? *(Los cuidadores y la familia política de las niñas divorciadas como Amal pueden ayudarlas a seguir con su educación, normalizar su participación en la comunidad y defender a las niñas como Amal cuando la comunidad las estigmatiza).*

Estudio de caso 3: Betty tiene 16 años y está casada o tiene novio. A veces, Betty tiene moratones en el cuerpo. Su amiga se da cuenta de que está triste y disgustada. La amiga de Betty intenta hablar con ella y decirle que debe dejar a su novio o esposo porque es malo para ella. Betty le dice a su amiga que no puede dejarlo porque tiene miedo de lo que le vaya a hacer.

 **NOTA:** Los cuidadores pueden decir que las niñas no deben tener novios y que esta es la solución. Es importante que piensen en las formas en las que pueden ayudar a las niñas que sufren violencia obligándolas a ser reservadas.

 PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Está sufriendo Betty un tipo de violencia de género? *(Sí, la violencia que Betty está sufriendo se utiliza para controlarla y atemorizarla).*
- ¿Cuáles son los posibles efectos físicos, emocionales y sociales de lo que le está ocurriendo a Betty?
- ¿Qué puede hacer la amiga de Betty para apoyarla en esta situación? *(La amiga de Betty debería dejar claro que está disponible para apoyar y escuchar a Betty si necesita hablar. Puede ponerse en contacto con Betty con regularidad para comprobar si ella está bien. Debería decirle a Betty que no es su culpa y también informarla sobre lugares que pueden ayudarla, como el espacio seguro para mujeres y niñas).*

Estudio de caso 3: Lina tiene 15 años, está casada y es la persona que más ingresos aporta en su hogar. Su marido no trabaja, pero todos los ingresos de Lina van destinados a su esposo, que controla las finanzas domésticas. Él no le cuenta a Lina en qué gasta el dinero y a veces no queda dinero para comida, de modo que Lina tiene que trabajar aún más. Además, tampoco tiene acceso al dinero que ella gana.

 PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Es este un tipo de violencia de género? ¿Por qué? *(Sí, es un tipo de violencia económica que el esposo de Lina utiliza para controlar de manera desigual el acceso al dinero del hogar).*
- ¿Cuáles son los posibles efectos físicos y emocionales de lo que le está ocurriendo a Lina?
- ¿Qué pueden hacer las personas cercanas a Lina (cuidadores, suegra, etc.) para apoyarla?

 EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- En todas las situaciones, las niñas han sufrido violencia.
- Todas las niñas pueden sufrir estrés, lesiones y sentimientos de desesperación, aislamiento o trauma.
- Las niñas pueden experimentar culpa o rechazo por parte de su familia o de la comunidad.
- Pueden sufrir depresión, bajo rendimiento en la escuela, miedo a los adultos o desconfianza hacia ellos, acoso escolar, etc. Esto les puede afectar gravemente en su vida adulta.

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Qué podemos hacer para crear un entorno más seguro para las niñas que pueden sufrir los diferentes tipos de violencia de los que hemos hablado?

AÑADA lo siguiente si los participantes no lo mencionan:

- No culpar a las niñas de la violencia que sufren.
- Crear un espacio abierto y no sentencioso para que las niñas se sientan cómodas hablando de la violencia que pueden estar sufriendo. Esto es especialmente importante para las niñas que pueden estar sufriendo violencia por parte de sus novios, sus parejas, sus prometidos o sus esposos.
- Crear un espacio abierto para que las niñas hablen con ustedes sobre lo que les preocupa.

- Respetar los derechos de las niñas a tener una vida sin violencia, el derecho a tener tiempo libre, el derecho a ser niñas, a tener una educación incluso después del matrimonio. Esto se aplica a todas las niñas: solteras, casadas, con discapacidad, divorciadas, viudas, etc.
- Elogiar a las niñas por ser audaces y seguras, y por defenderse y decir que no a las personas que pueden querer hacerles daño.
- Animar a las niñas a que ejerzan su derecho a decir que no con firmeza. Esto incluye a todas las niñas. En el caso de las niñas con discapacidad, que quizás no puedan expresarse verbalmente, encuentren formas para ayudarlas a ejercer este derecho.
- Animarlas a comunicarse de forma asertiva, incluso a riesgo de “ofender” a alguien que considere que tiene más poder. Esto incluye a todas las niñas. En el caso de las niñas con discapacidad, que quizás no puedan expresarse verbalmente, encuentre formas para ayudarlas a comunicar sus necesidades y deseos.
- Utilizar una comunicación abierta y mostrar empatía para ayudar a las niñas a establecer relaciones positivas y sanas, especialmente cuando se acaban de casar.
- Utilizar estrategias no violentas para lidiar con las disputas y los desacuerdos familiares.
- Tratar y valorar a las niñas igual que a los niños, independientemente de su edad, capacidad, sexualidad, etc.

✓ **HAGA LO SIGUIENTE:** Proporcione a las mujeres información sobre los servicios de gestión de casos si quieren buscar servicios para ellas o para las niñas.

Mensaje clave



DIGA LO SIGUIENTE: Aunque sabemos que la violencia contra las mujeres y las niñas se emplea como medio de control, existen medidas que podemos tomar, porque tenemos poder. Aunque puede que no siempre sea posible detener la violencia (dado que son los hombres quienes deberían responsabilizarse de su propio comportamiento), podemos ayudarnos mutuamente, estar ahí las unas para las otras y no culparnos a nosotras ni a otras mujeres y niñas que sufren violencia. Podemos unirnos para crear un mejor entorno para las niñas, de modo que no sufran violencia cuando crezcan. Podemos demostrarles que se las valora, hacerles saber que pueden acudir a nosotros si tienen algún problema y defenderlas si es seguro hacerlo.



HAGA LO SIGUIENTE:

Recuerde a las mujeres la disponibilidad de los servicios de gestión de casos y, si hay una asistente social presente, pídale que comparta más información con las mujeres sobre la manera de acceder a los servicios. Informe a las mujeres de que hay folletos, materiales de información, educación y comunicaciones o panfletos disponibles. Recuérdeles que se lleven la información a casa solo si es seguro. De lo contrario, concédales unos minutos para memorizar la información.

Comprobación (5 minutos)

PREGUNTE a los cuidadores qué les ha parecido la sesión y si quieren que se realice algún cambio para la siguiente. (Es importante que reaccione ante los cambios sugeridos por los cuidadores, así como que explique las razones por las que no son posibles).

RECUERDE a los cuidadores que pueden dejar valoraciones en la caja de comentarios y que usted estará disponible al final de la sesión para hablar con ellos si es necesario.

Conclusión (5 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Utilicen una de las estrategias de las que hemos hablado sobre cómo crear un entorno más seguro para las niñas. Pueden informar sobre cuál utilizaron la semana anterior y cuál fue el resultado.



NOTA PARA LOS FACILITADORES: PARA LA SIGUIENTE SESIÓN

- ☐ Lea la guía de la sesión para prepararse con antelación.

SESIÓN 12:

EL APOYO DE LAS NIÑAS QUE SUFREN VIOLENCIA

Objetivos de la sesión:

Al final de la sesión, los cuidadores:

1. Analizarán el concepto de culpa en relación con la violencia que sufren las adolescentes.
2. Analizarán cómo proteger a las niñas de la violencia de forma que no les cause daño.

Materiales:

- ☐ papel de rotafolio
- ☐ rotuladores (de al menos cuatro colores diferentes)
- ☐ pódits
- ☐ bolígrafos

Preparación:

- Examine el recurso 11.1: El Árbol de la Violencia de Género antes de la sesión como recordatorio de las causas fundamentales y las consecuencias de la violencia de género.

Nota para el facilitador:

- Durante este debate, puede surgir la culpabilización de la víctima. Las mujeres pueden culpar a otras mujeres o niñas de la violencia que sufren por la forma en la que la sociedad culpa a las mujeres y ofrece una justificación de la violencia contra las mujeres y las niñas. Si las mujeres expresan opiniones como esta: “A veces, las mujeres o las niñas buscan la violencia porque se portan mal”, asegúrese de preguntar qué opinan otros cuidadores, para obtener varias perspectivas. Describir actos de violencia que se dan fuera de nuestros propios hogares es normalmente mucho más sencillo que opinar o compartir ideas sobre la violencia dentro del hogar. Hablar sobre la violencia que hemos cometido es todavía más difícil. Si los cuidadores hablan sobre la violencia que ellos han cometido, a menudo buscarán justificar sus acciones o culpar a otras personas. Es importante prestar una atención especial a los comportamientos como la banalización, la justificación o la culpabilización de la persona superviviente.
- Pregunte a los cuidadores que describen el castigo físico como resultado de “portarse mal” qué motivos existen para que las adolescentes “se porten mal”. Recuérdeles que es un período complicado de la vida en el que las niñas atraviesan muchos cambios, tienen muchas preguntas, están explorando las fronteras y los límites, y necesitan que los cuidadores las apoyen y escuchen.
- La violencia contra las mujeres y las niñas se suele considerar un tema tabú sobre el que no se habla abiertamente, a pesar de que mucha mujeres y adolescentes la sufren. Este tema puede hacer que algunos participantes se sientan incómodos, y también puede recordar a algunos sus propias experiencias personales. Prepárese con información sobre los servicios de gestión de casos a disposición de las mujeres y las niñas.
- Preste atención también a cualquier acto de violencia que se revele, especialmente contra las adolescentes. Es posible que deba consultarlo con su supervisor, especialmente si cree que una niña está en peligro inminente.
- Esta sesión puede ser muy delicada, por lo que es importante ponerse en contacto con los cuidadores para ver cómo se sienten a medida que se avanza en cada actividad.

Duración: 2 horas

Momento: Antes de que se celebre la sesión 12 para cuidadores masculinos sobre el apoyo de las niñas que sufren violencia.

Bienvenida y examen (10 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Han utilizado alguna de las estrategias de las que hemos hablado sobre cómo crear un entorno más seguro para las niñas? ¿Cómo ha ido?



DIGA LO SIGUIENTE: Hoy vamos a continuar el debate de la última sesión y hablaremos sobre cómo podemos apoyar a las niñas que sufren violencia.

Análisis (15 minutos)



NOTA: Esta historia puede ser complicada. Puede que las mujeres no estén dispuestas a apoyar a una niña que esté en una relación si esto es poco habitual o se oculta en su cultura. Es importante que los participantes se centren en el peligro que puede correr la niña y en por qué es importante garantizar su seguridad.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Quién recuerda la historia de Betty de la última sesión?



HAGA LO SIGUIENTE: Recuerde a los participantes la historia de Betty:

Se necesita **CONTEXTUALIZACIÓN:**

Cuidadores de niñas solteras	Cuidadoras de niñas casadas o divorciadas
Betty tiene 16 años y tiene novio o prometido. A veces, Betty tiene moratones en el cuerpo. Betty le dice a su amiga que no puede dejarlo porque tiene miedo de lo que le vaya a hacer. Dice que no quiere hablar con ella sobre lo que está ocurriendo en su relación.	Betty tiene 16 años y se acaba de casar. Betty hace todo lo que su esposo le pide. Pero cuando ella quiere hacer algo para sí misma, el esposo de Betty le grita, a veces le dice que no puede salir de casa e incluso amenaza con pegarle.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- Imagine que Betty llega a casa un día, está cubierta de moratones y su cuidador/a la ve. ¿Qué debería decirle la cuidadora a Betty?
- ¿Alguien puede recordar cuando hablamos de empatía? ¿Alguien puede recordar lo que significa empatía?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Dicho en pocas palabras, la empatía es la capacidad para comprender y tratar con cariño a nuestras hijas.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Por qué es importante la empatía, especialmente al hablar con las niñas sobre violencia?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- Ser empático ayuda a garantizar que las niñas se sientan seguras.
- Tener empatía permite a las niñas (o a cualquier persona que sufra violencia) compartir sus problemas y hablar de manera abierta sobre ellos y sobre los riesgos a los que se enfrentan sin miedo a ser culpadas.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- La cuidadora de Betty no debería culparla de lo ocurrido. Debería hacer que Betty se sintiese cómoda y segura para expresar lo que le ocurrió. La cuidadora de Betty podría intentar hablar con ella y explicarle que lo que está sufriendo es un tipo de violencia.
- Además, le puede explicar cuáles podrían ser algunas de las consecuencias de la violencia y hablar con ella para que vea a un asistente social del espacio seguro para mujeres y niñas, el cual podrá ayudar a Betty a elaborar un plan de seguridad.
- La cuidadora de Betty debería dejar claro que está ahí para apoyarla y debería ponerse en contacto con ella con regularidad para comprobar si está bien y si quiere hablar sobre algo.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Por qué es importante que la cuidadora de Betty responda de esta manera?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Es importante que responda de esta manera para que pueda comprender perfectamente cuáles son los riesgos y para que pueda ayudar a Betty a protegerse de estos riesgos y amenazas.

AÑADA LO SIGUIENTE (en el caso de los cuidadores de niñas casadas): Las niñas casadas necesitan que sus cuidadores estén en contacto con ellas, pues, como sabemos, el matrimonio puede ser muy complicado, los roles y responsabilidades son nuevos para las niñas y pueden sufrir mucha presión, por lo que es importante comprobar que estén bien y si necesitan apoyo.

Actividades (1 hora)

Actividad 1: La culpa: manos arriba, manos abajo (30 minutos)



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Como ya hemos hablado, a veces, las personas culpan total o parcialmente a las niñas de la violencia que sufren. Puede que digan a las niñas que es su culpa que hayan sufrido violencia, que podían haber hecho algo para detenerla o impedirla.



DIGA LO SIGUIENTE: Voy a leer dos escenarios y decidiremos de quién es la culpa. Les preguntaré quién tiene la culpa, así que sigan las instrucciones.

- **Escenario 1:** Una niña está hablando en el mercado con un niño que le parece guapo. Cuando se acerca a él después, él intenta besarla, pero ella no quiere. Levanten las manos si creen que la culpa es del niño.
(El niño tiene la culpa; que haya tenido la impresión de que a la niña le gustaba, no significa que pueda intentar darle un beso sin su consentimiento).
- **Escenario 2:** Un matrimonio está discutiendo porque la esposa se ha negado a hacer lo que el esposo le ha pedido. El esposo empuja a la esposa y esta se hace daño en el brazo. Levanten las manos si creen que la culpa es del esposo.
(Es importante contarles que, en ningún caso, se debería culpar a la mujer por haber sufrido una agresión física por parte de su esposo. Siempre hay otras alternativas a la violencia para solucionar problemas).



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Se debe culpar a la persona que sufre la violencia? ¿O es a la persona que la inflige a la que se debe culpar?



DIGA LO SIGUIENTE:

- Nunca se debe culpar a la persona que sufre violencia (la persona superviviente). La violencia es una elección. En muchos casos, culpamos a la persona superviviente, y esperamos que esta se haga responsable de su propia seguridad o pensamos que podría haber hecho algo para evitarla. Esto implica que estamos quitando la responsabilidad a la persona que ha decidido ejercer violencia en primer lugar.
- En muchas legislaciones internacionales y nacionales (compruebe si esto se aplica en su contexto), se establece que la violencia contra las mujeres y las niñas supone una violación de sus derechos y nadie debería estar expuesto a la violencia. La culpa reside en la persona que es violenta y viola los derechos de las niñas y las mujeres.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- A veces, cuando una persona sufre violencia, puede que no quiera hablar sobre ello con nadie. ¿Por qué creen que pasa esto? (Por ejemplo, no saben en quién confiar, tienen miedo de que las noticias se difundan o de que las personas las juzguen, creen que tienen la culpa o tienen miedo de que otras personas las culpen).
- ¿Qué podemos hacer para apoyar más a las niñas (y las mujeres) que quieran revelar casos de violencia? (Crearlas, escucharlas, no juzgarlas y ayudarlas a acceder a los servicios).
- ¿Alguien puede recordar la sesión que celebramos sobre nuestras relaciones con las adolescentes? En ella hablamos sobre empatía. ¿Alguien puede recordar lo que significa empatía?



DIGA LO SIGUIENTE: Dicho en pocas palabras, la empatía es la capacidad para comprender y tratar con cariño a nuestras hijas.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Por qué es importante la empatía, especialmente al hablar con las niñas sobre violencia?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- Ser empático ayuda a garantizar que las niñas se sientan seguras.
- Tener empatía permite a las niñas (o a cualquier persona que sufra violencia) compartir sus problemas y hablar de manera abierta sobre ellos y sobre los riesgos a los que se enfrentan sin miedo a ser culpadas.

Actividad 2: La protección de las niñas frente a la violencia (30 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Hay algo que permitamos a los niños, pero no a las niñas, porque queremos que estén a salvo?
- ¿Qué cosas permitimos a los niños y no a las niñas?
- ¿Cuáles creemos que serían los riesgos para las niñas si hiciesen lo mismo que los niños?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- Es importante proteger a nuestros hijos de la violencia. A veces, las personas pueden pensar que la protección significa mantener a una niña dentro de casa y restringir su libertad. No obstante, puede que las personas no se den cuenta de que esto puede llevar a otro tipo de daño. Puede provocar que la niña se sienta aislada, lo que puede afectarle cuando sea mayor, y hacer que tenga habilidades e información limitadas para afrontar la vida.
- Sin embargo, como somos conscientes de que puede haber ciertos problemas que afecten más a las niñas que a los niños, pensaremos en formas de reducir el riesgo, sin impedir que las chicas sean miembros activos de la comunidad.



HAGA LO SIGUIENTE: Divida a los cuidadores en dos grupos. Los grupos responderán a las siguientes preguntas:

- **Grupo 1:** ¿Cómo podemos proteger a las niñas frente a la violencia en el hogar?
- **Grupo 2:** ¿Cómo podemos proteger a las niñas frente a la violencia fuera del hogar?



NOTA: Si las mujeres manifiestan que la violencia en el hogar la ejercen los hombres y que ellas mismas la sufren, pídale que piensen en estrategias que pueden emplear para protegerse a ellas mismas y a sus hijos, por ejemplo, retirar o esconder las herramientas peligrosas que podrían utilizarse para hacer daño a alguien, o desplazarse a una habitación en la que puedan escapar u otras personas puedan oírlos. Recuérdeles también la disponibilidad de los servicios de gestión de casos.



DIGA LO SIGUIENTE:

- En sus grupos, quiero que piensen en lo que pueden hacer para ayudar a las niñas a protegerse de los daños dentro y fuera del hogar (dependiendo del grupo al que se les haya asignado).
- Vuelva a pensar en las sesiones anteriores en las que hablamos sobre seguridad y protección. En el caso de aquellas personas que se encuentren en el grupo dentro del hogar, piensen en el efecto que el castigo corporal puede tener en los hijos y en algunas de las estrategias alternativas que se pueden utilizar.
- En el caso del grupo **fuera del hogar**, recuerden que no queremos que las niñas se sientan aisladas ni ponerles limitaciones. Queremos que sean miembros activos de la comunidad en la que no sufran daños.



HAGA LO SIGUIENTE: Cuando los cuidadores hayan terminado, pídales que compartan sus ideas con el grupo.

AÑADA lo siguiente:

- Escuchen a las niñas y créanse lo que les cuentan.
- Presten atención a las pistas que puedan enviar las niñas que indiquen que están sufriendo un problema.
- No toleren la violencia entre familiares, tampoco entre hermanos.
- Hablen abiertamente sobre los problemas de seguridad; es menos probable que las niñas hablen con ustedes si el problema se considera algo secreto o vergonzoso.
- Busquen oportunidades para practicar escenarios hipotéticos. Por ejemplo, "¿Qué sucedería si alguien le dijese algo que le incomodase?" o "¿Qué sucedería si necesitase ver a un médico y necesitase ayuda para llegar allí?", etc.
- Además, deben saber que no hay ningún problema por contarle a alguien de confianza que sufren algún tipo de violencia.
- Pidan a los líderes comunitarios y otros miembros influyentes de la comunidad que se comprometan a escuchar las experiencias de las mujeres y las niñas y a hacer frente a la violencia contra ellas.



NOTA: Asegúrese de cuestionar cualquier estrategia perjudicial que se sugiera, como encerrar a las niñas o no permitirles ir a ningún sitio, etc.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: Hemos hablado de cómo podemos ayudar a las niñas a protegerse frente a la violencia, pero ¿qué podemos hacer para que las niñas también puedan ayudarse a sí mismas a protegerse frente a la violencia? [ANOTE sus comentarios.]



HAGA LO SIGUIENTE: Hable sobre lo que se enseña o se puede enseñar a las niñas del programa de formación sobre competencias para la vida de Las Niñas Brillan.

AÑADA los siguientes ejemplos:

- Concienciar a las niñas sobre los diferentes tipos de violencia. Explicar los comportamientos adecuados e inadecuados.
- Animar a las niñas a que ejerzan su derecho a decir que no con firmeza.
- Animarlas a comunicarse de forma asertiva, incluso a riesgo de "ofender" a alguien que considere que tiene más poder.
- Explicar a las niñas que pueden acudir a usted y contarle si se sienten amenazadas, sin miedo ni juicios. Decirles que no se las culpará.
- Decir a las niñas que tienen derecho a recibir un trato respetuoso y digno.
- Animar a las niñas a reunirse para hablar sobre temas de seguridad y apoyo.
- Dar a las niñas la oportunidad de sensibilizar sobre estos temas a la comunidad en general, si así lo desean.

Mensaje clave



DIGA LO SIGUIENTE: Nunca debe culparse a la persona superviviente de la violencia que sufre. Aunque algunas personas puedan pensar que la superviviente podría hacer algo para evitar que se produzca la violencia, es importante entender que el autor tiene la opción de no abusar, y la responsabilidad siempre recae en él. No obstante, podemos pensar en formas de protegernos y de proteger a las niñas a corto plazo, hasta que la amenaza de violencia contra las mujeres y las niñas se elimine por completo.

Comprobación (5 minutos)

PREGUNTE a los cuidadores qué les ha parecido la sesión y si quieren que se realice algún cambio para la siguiente. (Es importante que reaccione ante los cambios sugeridos por los cuidadores, así como que explique las razones por las que no son posibles).

RECUERDE a los cuidadores que pueden dejar valoraciones en la caja de comentarios y que usted estará disponible al final de la sesión para hablar con ellos si es necesario.

Conclusión (5 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Hablen con sus hijas sobre cómo pueden mantenerse a salvo. Expliquen cómo planean protegerlas utilizando las ideas que se les ocurrieron en la actividad 2 y recaben sus opiniones o reacciones al respecto.

SESIÓN 13:

NUESTRA VISIÓN CON RESPECTO A LA FAMILIA²⁷

Objetivos de la sesión:

Al final de la sesión, los cuidadores:

1. Pensarán en cómo puede afectar la reputación familiar a sus decisiones.
2. Reflexionarán sobre su visión con respecto a su familia.

Momento: Antes de la sesión para cuidadores masculinos

Materiales:

- ☐ kit de material artístico
- ☐ caja de comentarios
- ☐ papel
- ☐ bolígrafos
- ☐ bolígrafos de colores

Nota para el facilitador:

- Hablar sobre reputación puede ser un tema delicado y puede que los cuidadores no estén dispuestos a compartir sus experiencias personales. Sea consciente del ambiente de la sala y cambie la conversación de lo personal a lo general si es necesario.
- Puede que algunos cuidadores sean reticentes a las ideas y conversaciones en torno a la reputación y el honor. Tenga presente la reticencia y compruebe las directrices sobre estrategias comunes frente a la reticencia.
- Una contextualización exhaustiva ayudará a los facilitadores a estar mejor preparados para esta sesión.

Duración: 2 horas

Momento: Antes de la sesión correspondiente para cuidadores masculinos.

Bienvenida y examen (10 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Han hablado con sus hijas sobre cómo pueden mantenerse a salvo? ¿Cómo se ha desarrollado la conversación?

Análisis (20 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Alguien ha oído la expresión “¿Qué dirán los demás?” o “¿Qué pensarán los demás?”
- ¿Qué significan?
- ¿Cuándo se utilizan?



DIGA LO SIGUIENTE: Esta frase (o una frase similar) es algo con lo que muchos de nosotros estamos familiarizados; está relacionada con nuestra “reputación”.

27 Adaptado del programa de formación sobre seguridad en el hogar del IRC.

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿A qué nos referimos con el término “reputación”? (Anote algunas respuestas).

 **EXPLIQUE LO SIGUIENTE:** La reputación de una persona se basa en las creencias u opiniones generales sobre ellos, en cómo nos ven los demás (y cómo los vemos nosotros). Existen muchos aspectos que influyen en nuestra “reputación”. Normalmente, se basa en una serie de expectativas o normas establecidas por la comunidad en general sobre cómo se deberían comportar las personas y, a veces, lo que las personas piensan de nosotros puede influir mucho a la hora de determinar cómo nos comportamos o interactuamos con los demás. Como personas, intentamos mantener una buena reputación para nosotros y para nuestra familia.

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Pueden pensar en las características de una familia con buena reputación? (Anote algunas respuestas).

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Pueden pensar en las características de una familia con mala reputación? (Anote algunas respuestas).

*Ejemplos de respuestas (se necesita **CONTEXTUALIZACIÓN**):*

Buena reputación	Mala reputación
• El padre aporta dinero al hogar • Los niños aportan dinero al hogar • El padre toma buenas decisiones • La esposa y los niños son obedientes • La esposa es fiel • Los niños son educados • Las niñas no salen con niños • Los niños estudian mucho y tienen buenas notas	• El padre es vago • El padre bebe o fuma mucho • La esposa es vaga • La esposa y los niños salen y hacen lo que quieren • Se ve a las niñas con niños • Los niños se portan mal y son una mala influencia para sus amigos

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:**

- ¿Por qué la reputación es tan importante para nuestras familias y las comunidades o sociedades de las que venimos?
- ¿Qué pasará si nuestra familia tiene mala reputación?
- ¿Cómo creen que afecta el concepto de honor o reputación familiar a las acciones de las personas con respecto al matrimonio de sus hijas?

 **EXPLIQUE LO SIGUIENTE:** Sabemos que la reputación familiar es muy importante en nuestra comunidad. La reputación familiar afecta a nuestras relaciones sociales en todos los niveles y puede suponer un gran orgullo o una gran vergüenza. Además, puede llevarnos a tomar decisiones que creemos que no son las mejores para nosotros o para nuestra familia, pero que tomamos porque es lo que creemos que otras personas esperan de nosotros.

Actividades (1 hora y 20 minutos)

Actividad 1: La reputación y la comunidad (50 minutos)

 **DIGA LO SIGUIENTE:** Ahora tendremos la oportunidad de ver cómo puede afectar la reputación familiar a las decisiones que las personas toman con respecto a sus hijas.

- ✓ **HAGA LO SIGUIENTE:** Divida a los participantes en tres grupos y proporcione a cada grupo un escenario. En los grupos con bajas cifras de alfabetización, puede leerles los escenarios. Cada grupo hablará sobre el escenario que se les ha asignado y responderá a las preguntas (que figuran a continuación).

1. ¿Qué riesgos para su reputación creen que preocupaban a los protagonistas de la historia?
2. ¿Cómo afectó esto a la hija de la historia?
3. ¿Podría haber habido un final alternativo? ¿Qué podrían haber hecho de un modo diferente los cuidadores de la historia (basándose en la realidad)?

[ANOTE las respuestas a esta pregunta en un rotafolio.]

- ✓ **HAGA LO SIGUIENTE:** Conceda a los participantes 20 minutos en sus grupos para hablar sobre el escenario. Cada uno debe dedicar 5 minutos a presentar su escenario y las respuestas a las preguntas.

Escenarios (se necesita **CONTEXTUALIZACIÓN**)

Escenario 1: Historia de Linda

Linda quiere mudarse a la ciudad para ir a la universidad cuanto termine la escuela. Sus padres la apoyan, pero hace poco que la gente está diciendo a los padres de Linda que deberían casarla antes de que se mude. Dicen que las niñas que se mudan a la ciudad se corrompen y no se casan. Un día la madre de Linda, Victoria, le dice que quizás deba considerarlo; Victoria le dice que cuando Linda se vaya a la ciudad, serán los padres los que se queden y tengan que escuchar las opiniones de la gente. Linda no quiere casarse ahora, pero se pregunta si debería hacerlo por sus padres.

Escenario 2: Historia de Bushra

Bushra lleva casada 6 meses. Su esposo ha empezado a ser violento con ella. Bushra le cuenta a su madre, Samia, lo que está ocurriendo. Samia le dice a Bushra que no debería discutir con él si quiere tener una vida pacífica. Si el matrimonio no funciona, la familia de Bushra quedará mal. Bushra se siente atrapada, pero cree que no tiene otra opción que permanecer en un matrimonio en el que no está segura.

- * **NOTA:** Los participantes pueden decir que Bushra no tiene otra opción que permanecer en el matrimonio. Recuerde a los participantes que Bushra tiene derecho a recibir un trato digno y respetuoso. Incluso aunque parezca que no tiene otra opción que permanecer en el matrimonio, Samia puede apoyar a Bushra escuchando sus preocupaciones, diciéndole que no es su culpa y ayudándola a acudir a un asistente social que pueda ayudar a Bushra a elaborar un plan de seguridad.

Escenario 3: Historia de Maya

Maya se casó cuando tenía 15 años con un niño que la dejó embarazada. No quería casarse, pero sus padres le dijeron que debía hacerlo porque, de lo contrario, avergonzaría a la familia. Ahora tiene 17 años y un hijo pequeño y está de nuevo en casa de sus padres. Maya quiere volver a la escuela para terminar su educación y después encontrar un trabajo para poder mantener a su hijo. La madre de Maya le dice que esta no es una opción para una niña divorciada; la gente de la comunidad hablaría sobre ella. Debería casarse con otra persona que la acepte a ella y a su hijo.

Escenario 3: Historia de Maya (contextos delicados)

Maya se casó cuando tenía 15 años. No quería casarse, pero sus padres sí. Ahora tiene 17 años y un hijo pequeño y está viviendo de nuevo en casa de sus padres porque el matrimonio no funcionó. Maya quiere volver a la escuela para terminar su educación y después encontrar un trabajo para poder mantener a su hijo. La madre de Maya le dice que esta no es una opción para una niña divorciada; la gente de la comunidad hablaría sobre ella. Debería casarse con otra persona que la acepte a ella y a su hijo.

- ✓ **HAGA LO SIGUIENTE:** Después de que cada grupo realice su presentación, pregunte a los demás si tienen alguna respuesta que añadir (anote las respuestas).



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Qué hemos aprendido de estas historias?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- Todas estas historias nos demuestran que los riesgos para la reputación pueden influir en las decisiones que toman las personas.
- Además, nos demuestran que esto puede afectar a las niñas y a las familias de las historias. Pero, lo que es más importante, nos demuestra que podría haber existido un final alternativo para estas historias.
- A veces, las personas pueden dar prioridad a la reputación familiar frente al bienestar de sus familiares; cuando esto ocurre, sus familiares pueden enfrentarse a dificultades para tener un futuro feliz y saludable.
- Podemos ser ejemplos para otras mujeres y modelos para las niñas de la comunidad. Podemos apoyar a otras mujeres y niñas si no reforzamos las prácticas del “¿Qué dirán los demás?”, así como colaborar para asegurarnos de que las personas saben que valoramos a las mujeres y las niñas de nuestra comunidad y que las ayudamos a protegerse y asegurar un futuro saludable.
- Cuando lo hacemos, empezamos a eliminar estigmas y poco a poco podemos introducir cambios en nuestros hogares y nuestras comunidades.

Actividad 2: Nuestra visión con respecto a nuestra familia (30 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: En nuestra primera sesión juntos, hablamos sobre nuestros deseos y sueños para nuestras hijas. Hablamos sobre lo que queríamos que aprendiesen y alcanzasen y sobre los sueños y deseos que teníamos para ellas.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Alguien recuerda cuáles eran sus deseos y sueños para sus hijas? (Anote algunas respuestas).



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: En esta actividad, revisaremos esas ideas y nos basaremos en ellas. Empezaremos con algunas preguntas orientadas y cerraremos nuestros ojos, para que empiecen a sentirse muy relajados y quizás incluso adormilados. Intente mantener su imaginación activa.

Cuando todos estén cómodos,



DIGA LO SIGUIENTE:

- Cierren los ojos o miren hacia abajo durante los próximos minutos.
- Si quieren que repita algo, pueden levantar la mano en cualquier momento y repetiré las instrucciones.



NOTA: Conceda unos segundos para que los participantes tengan tiempo para reflexionar sobre las preguntas realizadas antes de continuar con la siguiente instrucción.



DIGA LO SIGUIENTE:

- Quiero que piensen en sus hijas. Párense a pensar en cada niña, incluidas las que están casadas y ya no viven con ustedes y también sus nueras. ¿Qué les gusta y aprecian de cada una de ellas?
- Ahora, pensemos en otras mujeres, niñas, niños y hombres de su familia y en su vida; ¿qué les gusta y aprecian de cada uno de ellos?
- Ahora pensemos en ustedes como madres, cuidadores, amigos y parejas. ¿Qué les gusta o aprecian de ustedes y las relaciones que mantienen con las personas sobre las que hemos hablado?
- Si miran al futuro, dentro de dos años, ¿cómo quieren que sea su relación con cada una de sus hijas (casadas o solteras) y sus nueras? ¿Ha cambiado algo con respecto al presente?
- ¿Qué cambiará para ustedes como madres, cuidadores, amigos o parejas? ¿Qué cambiará para su familia? ¿Cómo cambiará la vida de cada uno de sus hijos, especialmente en el caso de las niñas?
- Poco a poco y cuando estén cómodos, pueden empezar a abrir los ojos y a estirarse.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿A alguien le gustaría compartir sus pensamientos o ideas hasta ahora?
- ¿Cómo pueden hacer realidad estos pensamientos e ideas? ¿Cuáles podrían ser algunos de los retos a los que se enfrentan en la comunidad o en el hogar en el camino?
- ¿Cómo podemos superar estos retos? Piensen en dos o tres medidas concretas que puedan tomar. La idea de las medidas concretas implica intentar pensar en cuestiones que realmente puedan conseguir, incluso aunque sean medidas pequeñas.



HAGA LO SIGUIENTE: Pida a los participantes que compartan algunas de las medidas en las que han pensado y escríbalas en el rotafolio.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cómo pueden hablar sobre su visión con su familia, especialmente sus hijas y nueras e incluir sus ideas en su propia visión para que tenga una visión colectiva para la familia? Piensen en dos o tres medidas concretas que puedan tomar.



HAGA LO SIGUIENTE: Pida a los participantes que compartan algunas de las medidas en las que han pensado y escríbalas en el rotafolio.



DIGA LO SIGUIENTE: Ahora que su visión y sus pasos están claros, escriban una nota con estos en un papel o en su cabeza. Les pediremos que los compartan con su familia, de modo que asegúrense de incluir los aspectos que les gustaría compartir con ellos.



HAGA LO SIGUIENTE: Reparta bolígrafos de colores y papel al grupo si van a escribir. En el caso de las personas que no pueden escribir, pueden hablarlo unos minutos con su pareja.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿En qué se diferencian sus sueños de ahora para las niñas de los que tenían la primera vez que pensamos en esto?
- ¿Cómo van a compartir esto con su familia y cómo los involucrarán en el proceso de visualización?



DIGA LO SIGUIENTE: Estas son algunas ideas:

- Pedir a las niñas (u otros familiares) su opinión sobre la visión.
- Preguntar a las niñas (u otros familiares) qué les gustaría cambiar sobre esta visión, por ejemplo, qué quieren añadir o eliminar.
- Preguntar si la visión refleja la visión propia de la niña.



NOTA: Algunas mujeres pueden no estar cómodas al hablar sobre esto con sus esposos o parejas. Hable con ellos sobre cómo pueden solucionarlo, cuáles son sus límites y con qué se sienten cómodos].

Mensaje clave



DIGA LO SIGUIENTE: La reputación familiar y personal influye mucho en todos nosotros. A veces, esto puede ser positivo y otras, puede hacernos tomar decisiones que no tomaríamos si no tuviésemos esta presión por parte de los demás. Durante esta sesión, hemos elaborado sugerencias y alternativas prácticas y que podríamos considerar cuando nosotros mismos experimentamos presiones sobre nuestra familia. Antes de tomar una decisión, siempre podemos pensarlo dos veces, tener en cuenta los riesgos y beneficios de nuestras decisiones y consultarlo con nuestra familia, especialmente con aquellas personas a las que afecta la decisión, para ver qué alternativas puede haber.

Comprobación (5 minutos)

PREGUNTE a los cuidadores qué les ha parecido la sesión y si quieren que se realice algún cambio para la siguiente. (Es importante que reaccione ante los cambios sugeridos por los cuidadores, así como que explique las razones por las que no son posibles).

RECUERDE a los cuidadores que pueden dejar valoraciones en la caja de comentarios y que usted estará disponible al final de la sesión para hablar con ellos si es necesario.

Conclusión (5 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Compartan sus medidas concretas para obtener una visión familiar conjunta con los miembros de su familia, incluidas sus hijas. Pregúntenles cuál es su opinión, si tienen otras sugerencias y actualicen su visión según lo que sugiera la familia.



NOTA: Si los cuidadores masculinos no participan en el programa Las Niñas Brillan, puede que las mujeres no se sientan cómodas hablando sobre esto con ellos. Hable sobre lo que está en su mano hacer y asegúrese de que solo hacen aquello con lo que se sienten cómodos].

SESIÓN 14:

EL CAMBIO EMPIEZA POR NOSOTROS²⁸

Objetivos de la sesión:

Al final de la sesión, los cuidadores:

1. Comprenderán el control que tienen y cómo crear un cambio para las niñas
2. Identificarán los ámbitos en los que tienen influencia y quiénes son sus aliados para lograr un cambio en favor de las niñas

Materiales:

- ☐ kit de material artístico
- ☐ caja de comentarios
- ☐ papel
- ☐ bolígrafos
- ☐ bolígrafos de colores
- ☐ papel o libretas personales
- ☐ papel de rotafolio
- ☐ rotuladores
- ☐ pósitos de distintos colores a los utilizados en la última sesión

Preparación: Prepare el recurso 14.1: La Pirámide de la Discriminación y el recurso 14.2: El Círculo del Cambio

Duración: Esta sesión podría durar hasta 2,5 horas y puede dividirse en dos sesiones si no hay suficiente tiempo para terminarla.

Momento: Antes de la sesión 14 para cuidadores masculinos.

Bienvenida y examen (10 minutos)

¿Han compartido sus pasos concretos para obtener una visión familiar conjunta con los miembros de su familia? ¿Con quién han hablado? ¿Qué reacciones o sugerencias les han dado?

Análisis (20 minutos)



EXPLIQUE a los participantes que se están acercando al final del programa. Agradézcales su interés, su entusiasmo y su participación continuos.



DIGA LO SIGUIENTE:

- Para dar comienzo a la sesión de hoy, queremos tomarnos un tiempo para reflexionar sobre lo que hemos conseguido y aprendido hasta ahora.
- Pónganse cómodos; elijan una parte de la sala en la que tengan espacio para sentarse o estar de pie cómodamente. Deberán cerrar los ojos y yo formularé una serie de enunciados. Si están de acuerdo con los enunciados, levanten la mano. Si no están de acuerdo con el enunciado, no la levanten.
- Cierren los ojos para que nadie más pueda saber cuál es su opinión, solo yo (y los cofacilitadores o voluntarios presentes).

 **NOTA:** Si los cuidadores no se sienten cómodos con los ojos cerrados, pídeles que miren hacia el suelo. Recuérdeles también los acuerdos grupales y el mantenimiento de la confidencialidad.

 HAGA LO SIGUIENTE:

- Compruebe que las instrucciones sean claras e informe a los participantes de que pueden pedirle que repita o reformule los enunciados que no queden claros.
- Cuando todos estén listos, lea los enunciados que figuran a continuación. Después de cada enunciado, recuerde a los participantes que deben levantar la mano si están de acuerdo y dejarla abajo si no lo están.

Enunciados:

1. La educación de las niñas debe valorarse tanto como la de los niños.
2. Las niñas y los niños deben ayudar por igual con las tareas domésticas.
3. Nunca se debe culpar a las niñas si sufren violencia.
4. Las niñas tienen derecho a socializar con amigos y a construir sus propias redes de apoyo.
5. Las niñas tienen derecho a tomar decisiones sobre su propia salud sexual y reproductiva.
6. Las niñas deben participar en las decisiones que les afectan.
7. Las niñas tienen derecho a tomar sus propias decisiones en cuanto a la persona con la que se casarán y el momento en que lo harán.
8. El matrimonio antes de que una niña esté completamente desarrollada (18 años o más) es perjudicial para la niña.
9. Las niñas con discapacidad deben tener las mismas oportunidades que sus iguales.
10. Las niñas casadas y divorciadas deben tener las mismas oportunidades (por ejemplo, educación, creación de redes sociales, etc.) que las solteras.

 **HAGA LO SIGUIENTE:** Cuando hayan terminado, pregúnteles qué han aprendido con este proceso sobre sus pensamientos y opiniones.

 **NOTA:** Esta actividad proporcionará a los facilitadores una idea del punto de su trayectoria en el que se encuentran los participantes. Si los participantes siguen teniendo actitudes perjudiciales con las niñas, puede ser importante tener esto en cuenta en la planificación de las actividades de futuras sesiones. Hable con su supervisor si tiene alguna duda.

Si descubre que sigue habiendo muchas actitudes perjudiciales en el grupo, puede

 **EXPLIQUE LO SIGUIENTE:** Puede que no todos estemos de acuerdo con estos enunciados. Quizás nos cueste aceptar algunos porque son muy diferentes a nuestras propias creencias. A medida que avancemos en esta sesión y la siguiente, es importante tener esto en cuenta, pues haremos algunas actividades en la comunidad al final de nuestras sesiones. Según vayamos avanzando, piensen en sus reacciones ante algunas de las actividades y en lo cómodos que se sienten. En la próxima sesión, hablaremos sobre nuestros límites y podemos aprovechar la ocasión para reevaluar cómo nos comprometemos con la visión en la que estamos trabajando.

 **HAGA LO SIGUIENTE:** Si es posible, aproveche esta oportunidad para abordar las actitudes perjudiciales inmediatamente, explicando cuáles son perjudiciales y por qué.

Actividades (1 hora y 40 minutos)

Actividad 1: Tenemos el poder de marcar la diferencia (50 minutos)



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: En nuestras vidas cotidianas, podemos ser testigos de situaciones que se pueden identificar fácilmente como violencia o daño y, en otras ocasiones, puede que no sea tan fácil identificarlas o saber qué hacer.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Alguien tiene ejemplos de cuáles pueden ser algunas de estas situaciones? (Anote algunas respuestas).



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Esto podría englobar desde ser testigo de la violencia de una persona contra otra hasta escuchar comentarios discriminatorios sobre alguien. Por ejemplo, podría englobar ver a alguien gritar a una mujer en la calle, pegar a una mujer o una niña, o burlarse de alguien por su discapacidad, su religión o etnia.



DIGA LO SIGUIENTE: Para esta actividad, analizaremos el poder que tenemos a la hora de poner fin a la violencia y el daño contra las mujeres y las niñas de nuestra comunidad. Trabajarán en grupos pequeños y a cada grupo se le asignará un escenario. Hablarán en su grupo sobre cómo responderían si fuesen testigos de este escenario en la vida real.



HAGA LO SIGUIENTE: Divida a los participantes en tres grupos y reparta los escenarios. En los grupos con bajas cifras de alfabetización, puede leerles el escenario. Concédales 10 minutos para hablar sobre el escenario y anotar (o memorizar) los pasos que deben tomar. Cuando hayan terminado, conceda a cada grupo 5 minutos para compartir su escenario y sus pasos con el grupo en general.

Escenarios (se necesita **CONTEXTUALIZACIÓN**):

Escenario 1: Una amiga les cuenta que su esposo quiere casar a su hija en cuanto reciba la primera proposición, porque cree que “las niñas no son más que una carga para la familia”. Acude a ustedes para obtener consejo sobre qué hacer.

Escenario 2: Están reunidos con sus amigos, bebiendo té y conversando. Victoria les cuenta que su esposo la ha estado ayudando a cocinar últimamente. La otra mujer se ríe; le dicen que su esposo no debería ayudarle con las obligaciones de las mujeres y empiezan a cuestionar su virilidad. ¿Qué podrían hacer en esa situación?

Escenario 3: Su vecina le cuenta que su esposo es violento con ella y no sabe qué hacer.



HAGA LO SIGUIENTE: Después de la presentación de cada escenario, compruebe si alguien del grupo general quiere comentar algo al grupo que realizó la presentación.



NOTA: Si los miembros del grupo sugieren pasos perjudiciales, pregunte cuáles podrían ser los pros y los contras. Los pros y los contras podrían ser los riesgos y beneficios asociados a los pasos perjudiciales sugeridos por los miembros del grupo.

Cuando todos los grupos terminen,



HAGA LO SIGUIENTE:

- Presente el rotafolio; debe contener los consejos que aparecen a continuación (puntos en negrita).
- Después de leer el consejo, pregunte al grupo qué cree que significa. Anote una o dos respuestas para cada uno y proporcione la explicación siguiente.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

Si alguien informa sobre un caso de violencia contra una mujer o una niña:

1. **No juzguen ni culpen a las personas:**

No culpen a las mujeres y las niñas que han sufrido violencia. Si una mujer o una niña les informa de que ha sufrido violencia, pueden decirles que la violencia que han sufrido no fue su culpa.

2. **Mantengan la confidencialidad:**

No cotilleen ni compartan las historias de otras personas. Las personas confían en ustedes al confesarse o contarles sus historias; utilicen su confianza en ustedes para reforzarla, no para quebrarla.

3. **Den prioridad a la seguridad:**

No se pongan en riesgo ni hagan nada que ponga a la superviviente en riesgo. Una superviviente es una mujer o niña que sufre o ha sufrido violencia. Nunca tomen una decisión sobre una superviviente por su cuenta. Ayuden en todo momento a la superviviente a buscar ayuda de una persona formada para ello (como un asistente social en un espacio seguro).

4. **Conozcan la manera de describir los servicios disponibles y de acceder a ellos:**

Asegúrense de conocer cuáles están disponibles en su zona para ayudar a las mujeres y las niñas que han sufrido violencia para que, si estas solicitan su ayuda, tengan información sobre la manera de acceder a los servicios. Siempre pueden solicitar a los asistentes sociales información actualizada sobre los servicios disponibles en caso de que haya cambios.



DIGA LO SIGUIENTE: El mejor modo de proceder siempre es apoyar el acceso a los servicios. Dejar esto en manos de profesionales garantiza la seguridad de todas las personas. Como mujeres, pueden ser un apoyo fundamental para otras mujeres y niñas de su comunidad, pues son personas de confianza y les ofrecen información sobre dónde buscar ayuda.



DIGA LO SIGUIENTE: Ahora hablaremos sobre lo que pueden hacer para responder a las actitudes y creencias perjudiciales.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- En los **escenarios 2 y 3**, vimos que las personas que nos rodeaban mostraban actitudes perjudiciales. Pueden parecer inofensivas y considerarse bromas, pero también pueden reforzar ideas y actitudes que se emplean para limitar la capacidad de elección y la seguridad de las mujeres y las niñas.
- En estas situaciones, podemos indicar a los demás que no estamos de acuerdo con sus comentarios. Podemos decir “No estoy de acuerdo con esa opinión”, “Creo que los hombres pueden ayudar a las mujeres en el hogar” o “No creo que sea adecuado hablar sobre las mujeres divorciadas de esa manera”.
- El uso de enunciados en primera persona es una forma de expresar una opinión sin hacer que ninguna persona se ponga a la defensiva ni se sienta atacada. Puede que esto no cambie de manera automática la mentalidad de alguien, pero rompe el silencio y la aceptabilidad de algunos de estos comportamientos.
- Como mujeres, podemos marcar la diferencia en el trato que reciben las mujeres y las niñas que sufren violencia. Además, podemos marcar la diferencia poniendo de relieve las actitudes perjudiciales que puedan existir entre nosotros. Juntos, somos poderosos y podemos mejorar la situación de las mujeres y las niñas y ayudarlas a mantenerse seguras y empoderarse.



HAGA LO SIGUIENTE: Conceda a los participantes unos minutos con sus grupos de antes y pídales que revisen sus pasos de nuevo. ¿Hay puntos ya incluidos en los consejos que acabamos de compartir? ¿Hay nuevos consejos o pasos que les gustaría incluir?

Actividad 2: El Círculo del Cambio²⁹ (50 minutos)



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: En la última actividad, hablamos de cómo juntos podemos marcar la diferencia en nuestra comunidad. No obstante, es posible que no siempre sintamos que tenemos poder para realizar un cambio, ya que, como hemos dicho en las sesiones anteriores, existen otros grupos que intentan mantener el poder sobre las mujeres de la comunidad. También es posible que no nos sintamos capaces de enfrentarnos a ciertas personas poderosas en el hogar o en la comunidad. La carga de realizar este cambio no debería recaer solo en las mujeres; existen limitaciones en cuanto al grado de comodidad que sentimos al hacer algo y podemos temer ciertos riesgos o reacciones violentas. Nuestra seguridad es lo primero. Y cuando avancemos a la siguiente actividad y pensemos en los aspectos en los que podemos influir, debemos anteponer siempre nuestra seguridad.



DIGA LO SIGUIENTE: En esta actividad, analizaremos los cambios que desean las niñas en la comunidad, qué aspectos podemos cambiar y cuáles no.



HAGA LO SIGUIENTE: Comparta con los cuidadores los ámbitos en los que las niñas desean ver cambios, basándose en su conversación con el facilitador de las sesiones para adolescentes.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Qué opinan de lo que las niñas quieren que se haga en la comunidad? ¿Están dispuestos a apoyarlas?

► Parte 1



HAGA LO SIGUIENTE: En un rotafolio, muestre a los participantes su diagrama elaborado previamente del Círculo de Influencia (véase el recurso 14.2).



DIGA LO SIGUIENTE: Tomemos el círculo más exterior de este diagrama. A esto lo llamamos el Círculo del Cambio. Aquí podemos enumerar los cambios que las niñas desean para nuestra comunidad.

► Parte 2



PREGUNTE LO SIGUIENTE: Pensando en los temas que han mencionado las niñas, ¿les gustaría añadir algo más?

Los participantes pueden decirlos en voz alta y el facilitador los añadirá al Círculo de Control, o pueden tomarse un tiempo para hablar durante unos minutos en parejas antes de comentarlos.

► Parte 3



DIGA LO SIGUIENTE: Ahora pasaremos al círculo más interior. A esto lo llamamos el Círculo de Control. Con ello, nos referimos a los aspectos sobre los que nosotros, personalmente o como grupo, tenemos control. Observando los temas enumerados en el Círculo del Cambio, pensaremos en lo que podemos hacer, personalmente o como grupo, para que se produzca ese cambio.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: Observando los ejemplos del Círculo del Cambio, ¿alguien puede pensar en lo que podemos hacer, personalmente o como grupo, para que se produzca ese cambio?



HAGA LO SIGUIENTE: En grupo, revise cada tema o idea enumerado y pida a los participantes que compartan sus ideas sobre lo que está bajo su control, basándose en las ideas de las niñas. Si hay aspectos que no están bajo su control, no hay problema. Escriba lo que está bajo su control en el círculo interior y anote lo que está fuera de su control.

29 <https://www.thensomehow.com/wp-content/uploads/2019/06/TS-Circle-of-Influence-Worksheet-2.0.pdf>

 **NOTA:** Si le preocupan las sugerencias arriesgadas, pregunte a los participantes cuáles podrían ser los pros y los contras de utilizar esa técnica e intente ofrecer una alternativa segura o explíqueles que dejaremos este tema a un lado. Si los participantes sugieren temas que no se refieren a las cuestiones que las niñas piden, recuérdelos los cambios que las niñas desean que se realicen y pregúnteles si sus sugerencias ayudarán a conseguir ese cambio.

► Parte 4

 **EXPLIQUE LO SIGUIENTE:** Ahora nos centraremos en el círculo intermedio. Este círculo se llama nuestro Círculo de Influencia. Es un círculo muy importante, pues este círculo se centra en los aspectos que no están bajo nuestro control directo, pero en los que podemos influir.

 **NOTA:** Explique lo que significa “influencia” si las personas no lo comprenden, por ejemplo, para poder cambiar algo de forma indirecta, pero normalmente importante.

 **DIGA LO SIGUIENTE:** Volviendo a nuestro Círculo del Cambio, estos son los aspectos que ustedes mencionaron como fuera de su control.

 **HAGA LO SIGUIENTE:** Léales la lista de aspectos fuera de su control.

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Qué podemos hacer para ejercer una influencia sobre estos aspectos?

 **NOTA:** Podría resultar útil empezar con una idea de la lista del Círculo del Cambio para utilizar como ejemplo. Por ejemplo, puede DECIR LO SIGUIENTE: “Si uno de los aspectos de nuestro Círculo del Cambio es que “las niñas tengan más poder de toma de decisiones”, pero está fuera de nuestro control, podemos definir quién tiene influencia y cómo podemos ejercer nuestra influencia para que se produzca este cambio. Por ejemplo, podemos incluir “hablar con familiares varones sobre el valor que tiene que las niñas participen en la toma de decisiones” en el Círculo de Influencia”.

 **NOTA:** Compruebe que las sugerencias sean realistas y evalúelas para comprobar si pueden suponer un riesgo. Si le preocupan los posibles riesgos, pregunte a los participantes cuáles son los pros y los contras de su idea e intente ofrecer una alternativa segura o explicar que dejaremos este tema a un lado.

► Parte 5

 **HAGA LO SIGUIENTE:** Resuma sus ámbitos de cambio, su Círculo de Control y su Círculo de Influencia.

 **DIGA LO SIGUIENTE:** Han identificado 1) el cambio que quieren que se produzca, 2) los cambios que están bajo su control, 3) cómo pueden influir en los aspectos que no están bajo su control y 4) con quién deben colaborar para conseguirlo (estos son sus aliados).

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:**

- ¿Qué opinan de este plan?
- ¿Qué creen que opinarán las niñas sobre el apoyo que les pueden ofrecer?
- ¿Qué quieren que sepan los cuidadores masculinos sobre cómo pueden prestarles apoyo, especialmente en las cuestiones que escapan a su control?

Mensaje clave



DIGA LO SIGUIENTE: Cada uno de nosotros tiene poder para provocar un cambio en nuestra comunidad. Aunque es posible que no podamos cambiar las cosas de un día para otro y que haya aspectos que se escapen a nuestro control, podemos empezar realizando un cambio en los aspectos sobre los que sí tenemos control, así como identificando a las personas en las que podemos ejercer una influencia. Estos pequeños pasos concretos son elementos constitutivos que nos ayudan a conseguir nuestra visión general de protección y empoderamiento de las mujeres y las niñas en el hogar y en la comunidad.

Comprobación (5 minutos)

PREGUNTE a los cuidadores qué les ha parecido la sesión y si quieren que se realice algún cambio para la siguiente. (Es importante que reaccione ante los cambios sugeridos por los cuidadores, así como que explique las razones por las que no son posibles).

RECUERDE a los cuidadores que pueden dejar valoraciones en la caja de comentarios y que usted estará disponible al final de la sesión para hablar con ellos si es necesario.

Conclusión (5 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Ahora hemos empezado a hablar sobre los ámbitos en los que podemos ejercer nuestra influencia. Nos gustaría que compartiesen las ideas de la última actividad con los hombres (si estos participan en el programa Las Niñas Brillan), si se sienten cómodos, y con las niñas presentes en su vida.



HAGA LO SIGUIENTE: Compruebe qué piensan las niñas sobre sus ideas y si les gustaría cambiar o añadir algo.



DIGA LO SIGUIENTE: Nos gustaría compartir sus ideas de forma anónima con los facilitadores de los grupos de cuidadores masculinos si están de acuerdo, para que puedan conocer cómo les gustaría que les prestasen apoyo.



NOTA PARA LOS FACILITADORES: PARA LA SIGUIENTE SESIÓN

- ☐ Dado que esta es la penúltima sesión, compruebe que quieren hacer los participantes para la graduación y empiece a poner en marcha algunos planes.
- ☐ Deje tiempo para reunirse con los facilitadores de las sesiones para niñas y para cuidadores masculinos a fin de saber cuáles fueron las ideas de las niñas y compartir algunas de las ideas que pusieron en común las mujeres y los ámbitos en los que quieren que los hombres las apoyen.

SESIÓN 15:

EL APOYO DE LAS NIÑAS DE LA COMUNIDAD³⁰

Objetivos de la sesión:

Al final de la sesión, los cuidadores:

1. Empezarán a planificar las actividades comunitarias.
2. Identificarán cuáles son sus límites y cómo encontrar formas para ayudar a las niñas y las mujeres de la comunidad.

Materiales:

- ☐ kit de material artístico
- ☐ caja de comentarios
- ☐ papel
- ☐ bolígrafos
- ☐ bolígrafos de colores
- ☐ papel o libretas personales

Nota para el facilitador:

- Durante esta sesión, puede que al grupo se le ocurran diferentes ideas. Es bueno comprobar que las ideas sean prácticas y se basen en la realidad, y también evaluar el riesgo que suponen. Si no está seguro de alguna de sus sugerencias, puede preguntarles cuáles son los riesgos o los pros y los contras de esa sugerencia concreta. También puede preguntarles si han hablado directamente con las niñas sobre la idea.
- Si cree que la actividad o la sugerencia no son factibles, puede pedirles que sugieran una alternativa. Si les cuesta pensar en una, puede proponer usted una o pedirles que pregunten a otras mujeres y niñas como parte de sus deberes. Esto también le dará tiempo para hablar con su supervisor y llegar a una propuesta en la próxima sesión.

Duración: 2 horas

Momento: Antes de la sesión 15 para cuidadores masculinos

Bienvenida y examen (10 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Qué les ha parecido la actividad de recibir comentarios de las niñas y compartir sus ideas con los hombres de su Círculo de Influencia? ¿Las niñas estaban cómodas al compartir sus opiniones con ustedes?



NOTA: En este caso, solo buscamos obtener información sobre su opinión acerca de la actividad; no tienen que enumerar todo lo que las niñas y los hombres les han contado, ya que habrá tiempo para hablar sobre ello en la primera actividad.



HAGA LO SIGUIENTE: Comparta algunas de las ideas que ha aprendido del facilitador del grupo de niñas.

Análisis (25 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Estamos llegando al final de nuestras sesiones juntos y pronto será el momento de que se organicen, continúen con estas conversaciones y trabajen en su visión sobre su familia y el Círculo del Cambio que quieren que se produzca en la comunidad, especialmente en cuanto a seguridad y empoderamiento de las mujeres y las niñas. Hoy continuaremos basándonos en la actividad de la última sesión e incluiremos las opiniones que las niñas han compartido con nosotros.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Alguien tiene alguna idea sobre cómo continuar con estas conversaciones y cómo podemos organizarnos para no detener todos los grandes esfuerzos que hemos hecho cuando terminen estas sesiones? (Anote algunas respuestas).



NOTA: Los participantes pueden decir que los cambios requieren tiempo, recursos, paciencia y confianza. Reconózcalo, ya que está basado en la realidad. Para continuar, puede DECIR LO SIGUIENTE: “Hay muchas cosas que podemos conseguir sin recursos concretos (por ejemplo, con paciencia, confianza, etc.), pero también hay cosas para las que se necesitan recursos. Si hay algo que escape a nuestro control, ¿cómo podemos influir en ello?”.

Si no se menciona, **AÑADA LO SIGUIENTE:** “Podemos hacerlo a través de los líderes o de los grupos comunitarios que pueden ofrecer apoyo, etc.”]



HAGA LO SIGUIENTE: Añada algo que se le puede haber olvidado al grupo:

- Regularidad: Establezcan un horario y un lugar periódicos en los que reunirse. Aunque no todos podrán asistir a todas las reuniones, estas deben celebrarse con toda la regularidad posible.
- Identidad: Pongan un nombre a su grupo. Esto ayudará a desarrollar la identidad de su grupo y, en el futuro, si deciden que los demás conozcan la existencia de su grupo, podrán localizarlo fácilmente.
- Compasión: Establezcan un espacio para conectar, hablar y apoyarse mutuamente, además de para trabajar en sus planes. Su tiempo juntos no debería centrarse en las tareas, sino que también debería incluir tiempo para cuidarse a sí mismos y a los demás.
- Colaboración: Es posible que tengan que nombrar personas para roles y responsabilidades particulares (dividir y asignar tareas). Por ejemplo, alguien que organice el lugar de la reunión, alguien que se lo recuerde a todos, alguien que los mantenga enfocado en la visión, etc.
- Toma de decisiones: Como grupo, puede que no siempre estén de acuerdo; votar algunas decisiones puede ayudar a garantizar que la toma de decisiones sea más igualitaria. Puede haber otras maneras de hacerlo, pero las decisiones deben ser colectivas.
- Optimismo: Habrá retos y quizás alguna reacción violenta en el camino, pero deben ser optimistas. Ya están marcando la diferencia en la vida de las mujeres y las niñas, y también deberían celebrar los pequeños logros, junto con los grandes.



NOTA: Si las mujeres pueden reunirse en un espacio seguro para sus reuniones en curso una vez finalizadas las sesiones, infórmelas de ello. Si el espacio seguro también puede proporcionarles material de papelería, té/café y tentempiés, o pequeños fondos para sus actividades, infórmelas igualmente. Si es posible, ayude al grupo a conectarse con los grupos de VSLA o las actividades generadoras de ingresos para respaldar la sostenibilidad de su iniciativa. Dotar al grupo de recursos y conectarlo con las oportunidades y estructuras existentes contribuirá a su sostenibilidad.

Actividades (1 hora y 15 minutos)

Actividad 1: Visión de las mujeres y las niñas (30 minutos)



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Cada uno de ustedes habló con las niñas de su entorno sobre la actividad del Círculo del Cambio para conocer su opinión (y puede que hayan compartido algunas ideas con los hombres de su entorno).

**PREGUNTE LO SIGUIENTE:**

- ¿Cómo fue?
- ¿Cuál fue la opinión de las niñas? ¿Hubo algo que ellas querían que hiciesen de manera diferente?

**HAGA LO SIGUIENTE:**

- Recuerde la actividad del Círculo del Cambio, incluido el Círculo de Influencia, de la sesión anterior.
- Añada temas nuevos al cartel según las opiniones de las niñas.
- Añada las opiniones proporcionadas por el facilitador de las sesiones para niñas.

Actividad 2: Comprender nuestros límites y riesgos (30 minutos)

DIGA LO SIGUIENTE: Han resaltado algunas grandes ideas sobre las medidas que se pueden adoptar y cómo y las han actualizado con la opinión de las niñas.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: A partir de los círculos en los que nos hemos basado, ¿alguien puede pensar en nuevos riesgos o límites asociados a cada una de las sugerencias que no hayamos tratado en la última sesión? ¿Fueron los riesgos que indicaron las propias niñas?

(Por ejemplo, si la idea es intervenir si son testigos de un caso de matrimonio temprano, el riesgo podría ser la ira de que alguien interfiera y posiblemente las repercusiones para la niña como consecuencia. Si la idea es convencer a un líder comunitario o religioso sobre los riesgos del matrimonio temprano, un límite puede ser que la persona se sienta cómoda acercándose a alguien con autoridad de esta manera).



HAGA LO SIGUIENTE: Pídales que revisen todas las sugerencias (que se anotaron) una por una y que señalen los riesgos o límites de cada una. Puede haber algunas que no tengan riesgos ni límites y no hay problema; la idea es evaluar el riesgo.



HAGA LO SIGUIENTE: Cuando hayan terminado, pregúnteles qué se puede hacer y cómo pueden sustituir algunas de las ideas más arriesgadas por ideas menos arriesgadas, dentro de sus límites.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿A alguien se le ocurre qué podemos hacer para sustituir las actividades arriesgadas?



HAGA LO SIGUIENTE: Deje que hablen brevemente en parejas o grupo de tres y compartan sus ideas.

AÑADA lo siguiente, si no se menciona:

- Podemos ofrecer a las personas información sobre los servicios disponibles para las mujeres y las niñas a los que pueden recurrir para obtener apoyo especializado.
- Podemos animar a las personas a recabar las opiniones y necesidades de las mujeres y las niñas en estas situaciones y escuchar a las niñas.
- Además, podemos informar a las mujeres y las niñas de nuestra comunidad de que nunca se las culpará por la violencia que sufren. Podemos hacerlo cuando escuchemos a alguien realizar comentarios acusativos.
- También podemos dar nuestra opinión y compartir información sobre las oportunidades que merecen las mujeres y las niñas.
- Podemos manifestarnos contra la discriminación a la que se enfrentan todas las mujeres y las niñas, especialmente aquellas con discapacidad o divorciadas.
- Cuando sintamos que tenemos límites, podemos empezar por nosotros mismos y nuestros Círculos de Influencia, lo que tendrá un efecto dominó.

Actividad 3: Crear un entorno favorable para las niñas (15 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Dado que estas sesiones están llegando a su fin, queremos examinar las ideas que tienen para continuar creando un entorno favorable para las niñas, de manera que puedan seguir poniendo en práctica las habilidades y los conocimientos que han obtenido en las sesiones.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Alguien tiene alguna idea sobre cómo podemos continuar creando un entorno favorable?

AÑADA LO SIGUIENTE, si no lo mencionan:

- Pónganse en contacto con las niñas con regularidad para preguntarles cómo se está desarrollando su plan y qué apoyo continuo necesitan para conseguirlo.
- Tómense tiempo para hablar con las niñas, ver cómo están y preguntarles si hay algo que quieran compartir con ustedes.
- Ponga a las niñas en contacto con personas de la comunidad que puedan ayudarlas a llevar a cabo sus ideas, por ejemplo, las líderes comunitarias u otras personas influyentes a las que tengan acceso.
- Proporcionenles oportunidades para compartir sus conocimientos con otras niñas de la familia o la comunidad.

Mensaje clave



DIGA LO SIGUIENTE: Todos podemos marcar la diferencia en la vida de los demás y en la de otras mujeres y niñas de nuestra comunidad. Un paso sencillo es continuar reuniéndose y apoyándose mutuamente; juntos, podemos conseguir un cambio. Siempre debemos dar prioridad a la seguridad, pero también hemos hablado de muchas grandes ideas sobre lo que podemos hacer desde el punto de vista práctico y de la seguridad para apoyar a las mujeres y las niñas de nuestra comunidad. Como siempre, queremos asegurarnos de que nuestras acciones también tienen en cuenta la seguridad y el bienestar de otras mujeres y niñas. Pase lo que pase, juntos podemos lograr el cambio y conseguir que la comunidad sea segura, solidaria y empoderadora.

Comprobación (5 minutos)

PREGUNTE a los cuidadores qué les ha parecido la sesión y si quieren que se realice algún cambio para la siguiente. (Es importante que reaccione ante los cambios sugeridos por los cuidadores, así como que explique las razones por las que no son posibles).

RECUERDE a los cuidadores que pueden dejar valoraciones en la caja de comentarios y que usted estará disponible al final de la sesión para hablar con ellos si es necesario.

Conclusión (5 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Antes de la siguiente sesión, informen a las niñas y los hombres con los que estén en contacto sobre la evolución de su plan, si es seguro hacerlo. Pregunten a las niñas si hay algo más que puedan hacer para ayudarlas.



NOTA PARA LOS FACILITADORES: PARA LA SIGUIENTE SESIÓN

- Tómese un tiempo para reunirse con los facilitadores del grupo de niñas (si no han terminado) y el grupo de cuidadores masculinos para compartir algunas de las ideas que están surgiendo en el grupo de cuidadoras.
- Lea el apartado de preparación de esta sesión con antelación. Si la graduación se celebra el mismo día, tendrá que poner en marcha la planificación correspondiente (incluida la adquisición de artículos específicos).

SESIÓN 16:

RUMBO AL CAMBIO

Objetivos de la sesión:

Al final de la sesión, los cuidadores:

1. Finalizarán sus planes de acción en función de las opiniones de las niñas y los hombres.
2. Escogerán la fecha, el lugar y el horario de la siguiente reunión.
3. Celebrarán que han finalizado las sesiones.

Materiales:

- ☐ kit de material artístico
- ☐ caja de comentarios
- ☐ papel
- ☐ bolígrafos
- ☐ bolígrafos de colores
- ☐ papel o libretas personales
- ☐ Si la graduación se celebra el mismo día, consiga certificados de terminación y camisetas con mensajes (si el presupuesto lo permite).
- ☐ Si la graduación se celebra el mismo día, consiga tentempiés y bebidas para la celebración.

Preparación:

- Lea el apartado “Análisis” antes de la sesión para disponer de toda la información pertinente.
- Prepare una actividad de cierre para celebrar que el grupo ha terminado el programa de formación. Pregunte al grupo cómo le gustaría celebrarlo y planifíquese según corresponda. Si las mujeres quieren participar en la planificación, se les anima a hacerlo para que se sientan responsables del grupo y de su finalización.
- Si quieren que se celebre una ceremonia, asegúrese de haber invitado a las personas que desean que asistan; si los hombres se unirán a la celebración, asegúrese de que el espacio elegido es externo al espacio seguro para mujeres y niñas y de que se han realizado las comprobaciones de seguridad necesarias. Como la ceremonia se añade al final de la sesión, si es pública, es posible que tenga que celebrarse a una hora o en una fecha diferentes al resto de la sesión.
- Si es posible, lo ideal sería que las niñas, las mujeres y los hombres se reunieran para celebrar lo lejos que han llegado. Póngase en contacto con todos los grupos para garantizar que han dado su consentimiento; si las niñas o las mujeres no están cómodas, pregúnteles cómo les gustaría celebrarlo y respete sus deseos.
- Asegúrese de disponer de servicios actualizados e información de derivación para proporcionar a las mujeres.

Duración: Esta sesión podría durar hasta 2,5 horas. Añada más tiempo si la celebración y la entrega de certificados se lleva a cabo el mismo día. Si la sesión se realiza de forma conjunta con hombres y mujeres, es posible que deba asignar más tiempo a la introducción y el debate.

Momento: Antes de la sesión 16 para cuidadores masculinos o en conjunto con los hombres, si las mujeres están de acuerdo.



NOTA: Si se celebra de forma conjunta, las actividades deberán ajustarse a ello. Para obtener más información, véanse las indicaciones de “Adaptación” que figuran a continuación.

Bienvenida y examen (10 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Hoy la actividad de apertura será un poco diferente porque es la última sesión. Me gustaría empezar diciendo que ha sido un gran logro para nosotros estar aquí juntos terminando nuestra última sesión. Hoy me siento _____. (Comparta con el grupo cómo se siente por haber llegado a este punto).



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿A alguien le gustaría compartir sus sentimientos?



DIGA LO SIGUIENTE: Todos deberíamos sentirnos orgullosos de nosotros mismos por haber dado cabida a este grupo, por estar abiertos a los debates y dispuestos a aprender unos de otros.

ADAPTACIÓN (para sesiones mixtas):



HAGA LO SIGUIENTE: Si se trata de una sesión mixta, rompa el hielo para que los cuidadores se sientan cómodos y haga una ronda de presentaciones. Por ejemplo, puede pedir a las cuidadoras que presenten a los cuidadores, y viceversa.



HAGA LO SIGUIENTE: Asegúrese de que los participantes sugieren acuerdos grupales sencillos para esta sesión conjunta. Asegúrese de que se establecen acuerdos que enfatizan la importancia de escuchar a los demás y de que haya un equilibrio entre lo que hablan las mujeres y los hombres.

Análisis (20 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Esta es nuestra última sesión juntos. En esta parte de la sesión, en lugar de descubrir nuevas ideas, examinaremos cierta información importante.



HAGA LO SIGUIENTE:

- Compruebe que hayan escogido un nombre para su grupo (identidad) y un horario y un lugar para reunirse periódicamente (regularidad).
- Repita los datos sobre las reuniones grupales si van a continuar en el espacio seguro para mujeres y niñas, como el horario, la fecha, el punto focal, cómo solicitar recursos, etc.
- Infórmelos sobre los protocolos específicos aplicados en el espacio seguro para mujeres y niñas que deben conocer o con los que deben familiarizarse.
- Si es posible en su ubicación, puede sugerir formarlos para convertirse en puntos focales comunitarios; se trata de personas que ayudan al equipo a difundir información sobre los servicios y derivar los casos de violencia de género de la comunidad en busca de apoyo.
- Explique que pueden acceder a los servicios a su disposición en el espacio seguro para mujeres y niñas, entre los que se incluyen servicios de gestión de casos que siempre estarán accesibles y abiertos para ellos. Si se están celebrando otras actividades en el espacio seguro o sesiones de orientación, infórmelos de que pueden participar, además de participar en las actividades en curso de su grupo.
- Si hay alguna novedad sobre otros servicios o actividades de la comunidad a los que tengan acceso, aproveche esta oportunidad para informarlos y explicarles cómo pueden continuar accediendo (y compartiendo) esta información.
- Responda a las preguntas que el grupo pueda tener y compruebe si creen que tienen toda la información que necesitan antes de continuar con las actividades.

ADAPTACIÓN (para sesiones mixtas):

- ✓ **HAGA LO SIGUIENTE:** En las sesiones mixtas, divida al grupo en grupos de un solo sexo. Las mujeres pueden hablar sobre las cuestiones indicadas anteriormente y, en el caso de los hombres, HAGA lo siguiente:
 - Compruebe qué planes tienen para seguir trabajando en su plan de acción.
 - Repita los datos sobre las reuniones grupales si van a continuar en el mismo espacio, como el horario, la fecha, el punto focal, cómo solicitar recursos, etc.
 - Infórmeles sobre los protocolos específicos aplicados que deben conocer o con los que deben familiarizarse.
 - Explique que le gustaría que se volvieran a reunir para un debate de grupo focal dentro de aproximadamente un mes, para hablar sobre su experiencia en las sesiones y sobre los cambios que se han producido en sus vidas desde que terminaron las sesiones. Compruebe si están dispuestos a que se pongan en contacto con ellos para pedirles su participación y decida cuál es la mejor manera de comunicarse con ellos.
 - Explique que su plan de acción debe complementar los planes de las mujeres y las niñas. Su función es actuar como aliados de las mujeres y las niñas, y apoyar su plan de acción al estar en el Círculo de Influencia de estas. Deben decidir cómo garantizar el mantenimiento de la comunicación y la recepción continua de las opiniones de las mujeres y las niñas a medida que sus planes evolucionan.
 - Responda a las preguntas que el grupo pueda tener y compruebe si creen que tienen toda la información que necesitan antes de continuar con las actividades.
- ✓ **HAGA LO SIGUIENTE:** Cuando hayan terminado, reúna de nuevo a los grupos y pregunte a las mujeres si les gustaría compartir con los hombres algo sobre su plan de acción. Pida a los hombres que compartan sus ideas con las mujeres y pídale que formulen observaciones sobre si los planes de los hombres complementan los de las mujeres.

Actividades (1 hora y 30 minutos)

Actividad 1: Plan de acción (30 minutos)

-  **EXPLIQUE LO SIGUIENTE:** Disponemos de planes individuales para lograr un cambio en nuestra familia, y ahora tenemos un plan conjunto para nuestra comunidad. Esperamos que, en sus planes individuales, sigan hablando sobre esto y trabajando con sus familias, especialmente las niñas. Hoy nos centraremos en los próximos pasos para nuestro plan comunitario.
- ✓ **HAGA LO SIGUIENTE:** Muéstreles el cartel del Círculo del Cambio. Compruebe si están contentos con el plan final.
-  **DIGA LO SIGUIENTE:** Ahora que tenemos nuestras acciones, debemos decidir cómo conseguir estas acciones y quién será el punto focal. Como hablamos en la última sesión, debemos nombrar mujeres para que desempeñen roles y responsabilidades particulares con el fin de que este plan avance. En esta fase, no deben realizar un plan detallado de todas las acciones, pero pueden:
 - Escoger a una o varias personas para que sean el punto focal para la planificación de las reuniones en el espacio seguro para mujeres y niñas; preferentemente, esta persona tendrá una forma de comunicarse con el personal de este espacio para saber si tienen acceso a una sala, si necesitan algún material para las reuniones o si hay cancelaciones.
 - Escoger a una o varias personas para que recuerden las reuniones al grupo.
 - Escoger a alguien que pueda encargarse del control de horarios de las reuniones.



DIGA LO SIGUIENTE: Además, debemos decidir cómo tomar decisiones. Como somos muchas personas, puede que no siempre estemos de acuerdo. ¿Cómo tomaremos las decisiones sobre cómo avanzar con las acciones de una forma que sea igualitaria? ¿Qué haremos cuando no todos los miembros estén presentes en la reunión grupal y tengamos que tomar una decisión? Queremos ser inclusivos, pero también queremos avanzar en nuestras acciones.



HAGA LO SIGUIENTE: Cuando se hayan tomado estas decisiones, compruebe si hay algo más pendiente que el grupo desee debatir.

ADAPTACIÓN (para sesiones mixtas):

Puede llevar a cabo la actividad anterior, dando a los hombres y las mujeres espacio para desarrollar sus propios planes de acción. Proporcione a las mujeres la oportunidad de presentar primero a los hombres, indicando las tareas para las que necesitan el apoyo de los hombres en particular. Pida a los hombres que presenten su plan de acción a las mujeres y a estas que opinen sobre él, indicando si hay algo que les gustaría que los hombres cambiasen, incluyesen o eliminasen.

Actividad 2: Defensor o protector³¹ (30 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Mientras seguimos ayudando a que las niñas tengan espacio y voz en la comunidad, también podemos pensar si nuestras propias acciones son las de un defensor o un protector.



HAGA LO SIGUIENTE: Explique al grupo que va a leerles enunciados y que, después de cada uno, preguntará si la acción consiste en defender o en proteger.

- **Enunciado 1:** "Si me doy cuenta de que las personas no están escuchando a una niña de la comunidad, interrumpo para defender su punto de vista".
(Esta es una actitud protectora, ya que el hombre o la mujer está interrumpiendo a la niña para hablar en su nombre, en lugar de tratar el problema mayor que supone que las personas la están ignorando).
- **Enunciado 2:** "Animo a mi hija a vestirse de forma conservadora para que no sufra violencia".
(Esta es una actuación protectora porque se enfoca en las acciones de la niña en lugar de en ayudar a que los hombres y los niños aprendan a respetar a las mujeres y las niñas independientemente de cómo se vistan).
- **Enunciado 3:** "Si escucho a un niño decir algo grosero sobre una niña, le hago saber que el comentario me ha parecido ofensivo".
(Esto implica ser un defensor. Se trata de fortalecer el poder de las niñas haciendo saber a los hombres y los niños que no es adecuado hablar sobre ellas de forma grosera).



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Por qué actuar como "protector" de las niñas puede suponer un problema?



DIGA LO SIGUIENTE:

- Cuando se actúa como protector, el enfoque se centra en las acciones o los comportamientos de la niña, en lugar de en el entorno general que genera el problema. Además, ejerce poder sobre ellas para que se comporten como ustedes creen que deben comportarse, actuar o vestir. Esto también implica que la responsabilidad del problema (por ejemplo, abuso, violencia o matrimonio temprano) es de las niñas, y no de la persona que lo ha creado. No se debe culpar a las niñas de la violencia, el abuso o la injusticia que sufren; es responsabilidad de los autores.
- Actuar como protector, incluso aunque sea con buenas intenciones, puede perpetuar los desequilibrios de poder perjudiciales.
- Esto reduce el poder, la voz y la capacidad de actuación de las niñas, en lugar de aumentarlos.

31 Adaptado de CARE: "Tipping Point Facilitator's Manual for Boys and Parents Activists" https://www.care.org/wp-content/uploads/2020/11/FM_Boys_Parents_Activists_with-citation.pdf



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Estas son algunas cuestiones clave que los cuidadores deben tener en cuenta en su labor de defensores:

- ¿Ayuda lo que estoy haciendo ahora a fortalecer la voz y el poder de las mujeres? ¿O sirve para fortalecer mi propia voz y mi propia condición?
- ¿Ayuda lo que estoy haciendo a aumentar o disminuir la seguridad de las niñas?
- ¿Mi acción aborda el contexto más amplio que crea la situación (es decir, hombres que ignoran a las mujeres, hombres que tocan el cuerpo de las mujeres sin su permiso, mujeres que culpan a las niñas de la violencia que sufren, etc.)?
- ¿Cómo sé que esto es lo que las niñas quieren o necesitan? ¿Cómo puedo saber si esto es útil para las niñas y no perjudicial?



DIGA LO SIGUIENTE: La mejor manera de saber si lo que están haciendo es útil o perjudicial es preguntar directamente a las niñas y, después, tomarse sus respuestas en serio; no intenten convencerlas de su punto de vista.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- Las niñas han definido sus problemas y están desarrollando planes para atacar estos problemas por sí mismas.
- Nuestro apoyo es importante para fomentar su liderazgo.

Actividad 3: Reflexiones (30 minutos)



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Dado que hoy es la última sesión, queremos reflexionar sobre los cambios que hemos experimentado desde que empezamos a participar en estas sesiones.



DIGA LO SIGUIENTE: Vamos a hacer algo divertido y creativo que nos ayude a resumir nuestras experiencias en las sesiones.



HAGA LO SIGUIENTE: Divida a los participantes en tres grupos.



DIGA LO SIGUIENTE: Pueden resumir sus experiencias de la forma que quieran. Puede ser a través de una canción, una representación teatral, el dibujo de una bonita obra de arte, un poema, etc.; puede ser cualquier cosa que acuerden con el grupo. Algunos de los aspectos que realmente nos interesa saber son los siguientes:

- ¿Han cambiado sus relaciones en la familia?
- ¿Han cambiado su relación con su hija o su nuera?
- ¿Han cambiado su manera de ver los diferentes roles de sus familiares?
- ¿Han cambiado su opinión con respecto al matrimonio temprano?
- ¿Qué opinan de las relaciones establecidas en este grupo?



HAGA LO SIGUIENTE: Deje a los participantes tiempo para pensar y prepararse. Cuando hayan terminado, pídeles que realicen una presentación al grupo.



HAGA LO SIGUIENTE: Cuando hayan terminado, investigue más a fondo las preguntas enumeradas anteriormente para recoger más información de los participantes sobre sus experiencias y sobre cualquier otra cosa que quieran compartir.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Cuando compartan los beneficios positivos que han experimentado con sus amigos, los miembros de su comunidad o incluso los líderes comunitarios, estos ejemplos positivos pueden fomentar el cambio y es probable que también inspiren a otras personas a ayudar a las adolescentes.

ADAPTACIÓN (para sesiones mixtas):

Esta podría ser una oportunidad para los grupos mixtos, en la que se ofrezca un espacio para que los hombres y las mujeres compartan sus experiencias y encuentren temas comunes que quieran resumir (o diferentes temas). Si las mujeres no están cómodas en grupos mixtos, se puede realizar la actividad en grupos de un solo sexo y luego realizar presentaciones al grupo en general. Es posible que necesite dos grupos de mujeres y dos de hombres para disponer de más tiempo.

EVALUACIÓN: Utilice los tarros de evaluación para comprobar si a los cuidadores les ha gustado la actividad. Anote el número de guijarros.

Ceremonia de entrega de certificados

- ✱ **NOTA:** Para esta actividad, puede que haya organizado una ceremonia pública o cerrada dependiendo de los deseos de las mujeres. Es posible que las mujeres hayan invitado a niñas u hombres que participen en las sesiones para hombres a la ceremonia. La ceremonia debería estar dirigida por los deseos de las mujeres. Aproveche este espacio como oportunidad para reconocer la participación de las mujeres.
- ✓ **HAGA LO SIGUIENTE:** Asegúrese de que hay tentempiés y bebidas disponibles. Deberían imprimirse y entregarse certificados para las mujeres. Deje un espacio abierto para que celebren sus logros. Puede que quieran preparar algunos mensajes, si se trata de una ceremonia pública, o compartir reflexiones de la actividad en la ceremonia.



SESIONES PARA CUIDADORES MASCULINOS



SESIÓN I:

INTRODUCCIÓN AL PROGRAMA LAS NIÑAS BRILLAN

Objetivos de la sesión:

1. Fomentar la confianza con los cuidadores.
2. Presentar el programa de formación para cuidadores Las Niñas Brillan a los cuidadores.
3. Reflexionar sobre las esperanzas y los sueños que tienen los cuidadores para sus hijas.

Materiales: (Estos materiales también pueden adaptarse según el contexto local).

- ☐ una pelota
- ☐ pegatinas
- ☐ recurso 1.1: tarjetas de activos
- ☐ pósts
- ☐ bolígrafos
- ☐ cinta adhesiva
- ☐ papel de rotafolio
- ☐ rotuladores

Preparación:

- Se deberán imprimir y colgar en la pared o repartir en fichas los diagramas de órganos internos y externos y los recursos 4.2 y 4.3.
- Examine las orientaciones de los **apéndices 1 y 2** correspondientes a la parte 3 del programa de formación para cuidadores Las Niñas Brillan para ayudarlos en caso de que reciban respuestas negativas de los cuidadores.
- Imprima el recurso 1.1: tarjetas de activos.

Terminología:

- Consulte en el glosario (**apéndice A24**) el tipo de palabras con el que debe familiarizarse para todas las sesiones.
- El transgenerismo o la intersexualidad pueden ser temas delicados; preste atención a las expresiones o emociones de los participantes e intente utilizar la terminología local que se utiliza para referirse a los órganos sexuales si es posible. A veces, incluso es bueno preguntar a los participantes cómo se llaman estas partes, especialmente si se utilizan imágenes. Una vez hecho esto, puede utilizar estos nombres, asegurándose de aclarar los nombres biológicos.
- Puede que resulte delicado hablar sobre el VIH en algunos contextos. Piense en formas de hablar sobre este tema que sean aceptables en su contexto.

Duración: Esta sesión podría durar hasta 2,5 horas para que los participantes tengan tiempo de realizar preguntas sobre el programa.

Momento/Cuándo programar: Antes de que empiece el programa de formación sobre competencias para la vida de Las Niñas Brillan con adolescentes o al mismo tiempo.

Bienvenida y examen (15 minutos)

- ✓ **HAGA LO SIGUIENTE:** Dé a los cuidadores la bienvenida a la primera sesión del programa de formación para cuidadores Las Niñas Brillan.
- ✓ **HAGA LO SIGUIENTE:** Preséntese, presente su función y a su organización, y agradezca al grupo su asistencia y su disposición para participar.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Los motivos por los cuales los hemos reunido a todos son los siguientes:

- Hacer uso de nuestra experiencia y nuestros conocimientos colectivos para saber cómo ayudar a las adolescentes a conseguir sus deseos y sueños y cómo mantenerlas a salvo, felices y sanas.
- Adquirir información y habilidades para ayudar a fortalecer las relaciones con nuestras hijas y nuestra familia en general.
- Hablar sobre el matrimonio de las niñas. Hablaremos sobre cómo se decide cuándo es el momento adecuado para que una niña se case; sobre lo que podemos hacer para apoyar a las niñas casadas; y sobre las ventajas e inconvenientes de retrasar el matrimonio. Además, pensaremos en la forma en la que podemos aprovechar lo que hemos aprendido en nuestros hogares y nuestra comunidad.

- ✓ **HAGA LO SIGUIENTE:** Anime a los cuidadores a hablar sobre la persona que tienen al lado, a presentarse y a compartir cómo se sienten al participar en el grupo. Después, pida a los cuidadores que presenten a la persona que tienen al lado al grupo en general. No pasa nada si se olvidan de algo; la persona de al lado les puede ayudar.

Acuerdos grupales

- ✓ **HAGA LO SIGUIENTE:** Pida al grupo que sugiera algunos acuerdos y añada lo siguiente si no los mencionan:
 - Estamos de acuerdo en que el objetivo principal de estas sesiones es aprender cómo podemos ser un apoyo para las mujeres y las niñas. Aunque parte de la información que escuchamos o de los temas de los que hablamos pueden estar relacionados con todos nuestros hijos, nuestra prioridad en este caso es hablar sobre las adolescentes, especialmente aquellas que participan en el programa Las Niñas Brillan.
 - Las historias personales que se comparten en el grupo no deben compartirse fuera de él.
 - Las historias que se comparten con otras personas no deben desvelar su identidad ni compartirse fuera del grupo.
 - Respetamos y escuchamos a todos. No interrumpiremos ni hablaremos a la vez que otra persona.
 - Nos apoyamos y animamos mutuamente.
 - Tratamos a todas las personas de la misma forma.
 - Mantenemos una mente abierta.
 - No juzgaremos a los demás por las historias que comparten.
 - Acordamos reunirnos en la fecha y la hora establecidas. Después de la sesión 3, no se unirán miembros nuevos a este grupo.

Análisis (20 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Para ayudarnos a conseguir el objetivo de apoyar a las niñas para que lleven una vida saludable y feliz y alcancen sus sueños, creemos que es fundamental contar con su participación, como importantes responsables de la toma de decisiones en la vida de las niñas.

- ✓ **HAGA LO SIGUIENTE:**
 - Explique a los cuidadores en cuántas sesiones le gustaría que participasen. Explique que los cuidadores deben comprometerse a participar en todas las sesiones posibles, puesto que en cada sesión se tratará un tema diferente y cada tema contiene información importante de la que los cuidadores pueden sacar provecho.
 - Confirme cuál es su disponibilidad (semanal, mensual, etc.). Pregúnteles cuántas horas les gustaría reunirse en cada sesión.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: El motivo por el cual estas sesiones se celebran de manera independiente es que nuestras experiencias como mujeres y como hombres son diferentes en cuanto al cuidado, y queremos asegurarnos de que las sesiones son pertinentes para su experiencia como hombres. Puede que se nos presente la oportunidad de tener un grupo mixto en la última sesión, pero esto se decidirá más adelante.



HAGA LO SIGUIENTE: Proporcione a los cuidadores un breve resumen de las sesiones que prevé tratar con ellos.

Breve resumen de las sesiones

Sesión 1: Introducción al programa Las Niñas Brillan

Sesión 2: Homenaje a nuestra familia

Sesión 3: Mi experiencia como cuidador

Sesión 4: El desarrollo de las adolescentes (sesiones independientes para cuidadores de niñas casadas y solteras)

Sesión 5: El apoyo de las adolescentes (sesiones independientes para cuidadores de niñas casadas y solteras)

Sesión 6: El entorno familiar

Sesión 7: Análisis de nuestras relaciones con las adolescentes

Sesión 8: El poder en los hogares

Sesión 9: Crianza para la igualdad

Sesión 10: El matrimonio en nuestra comunidad

Sesión 11: Seguridad y violencia

Sesión 12: El apoyo de las niñas que sufren violencia

Sesión 13: Nuestra visión con respecto a la familia

Sesión 14: El cambio empieza por nosotros

Sesión 15: El apoyo de las niñas de la comunidad

Sesión 16: Rumbo al cambio



HAGA LO SIGUIENTE: Pida a los cuidadores que reflexionen sobre los temas, cualquier cosa en la que estén especialmente interesados, etc.

Actividades (1 hora y 5 minutos)

Actividad 1: El apoyo de las niñas para el futuro (25 minutos)



HAGA LO SIGUIENTE:

1. Imprima los activos al final de esta sesión (o seleccione los activos más próximos a los que sean pertinentes desde el punto de vista del contexto).
2. En el papel de rotafolio, añada las edades comprendidas entre los 10 y los 19 años o realice dibujos de niñas, empezando desde una muy joven a una adolescente mayor. Uno por uno, lea los activos al grupo y pídales que decidan a qué edad debería haber recibido una niña la información o las habilidades que se incluyen en la tarjeta. Deberán tomar una decisión en grupo (o por mayoría).

CONTEXTUALIZACIÓN: Si la edad no es una categoría que se emplee para determinar la madurez, cámbiela a las categorías pertinentes. Puede utilizar el estado civil de las niñas en el grupo Las Niñas Brillan (por ejemplo, casada/soltera) y la discapacidad.

3. Cuando hayan terminado, pida a los cuidadores que observen el lugar en el que están colocados los activos. Si se da cuenta de que las tarjetas se clasifican principalmente en la adolescencia tardía o después del matrimonio, etc., investigue por qué los cuidadores han tomado esas decisiones.

 **NOTA:** En algunos contextos, puede ser delicado tratar la información relacionada con la salud sexual y reproductiva de los adolescentes con los hombres. Asegúrese de evaluar la aceptabilidad antes de incluir estas tarjetas informativas. Si es seguro, estas tarjetas deberían incluirse.

4. Si se da cuenta de que las tarjetas aparecen en la adolescencia temprana o antes del matrimonio, refuerce la idea de que es importante que las niñas reciban esta información lo antes posible para ayudarlas a garantizar su seguridad y bienestar.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- Tener acceso a este tipo de información puede ayudar a las niñas a protegerse de cualquier daño.
- Pueden aprender aspectos muy importantes que las ayudarán a tomar decisiones fundamentadas y que favorecerán su seguridad.
- Cuanto antes reciban la información, más útil les resultará.
- A través de Las Niñas Brillan, las niñas aprenderán muchos aspectos que les resultarán útiles en su vida cotidiana, entre ellos, información sobre salud reproductiva, formas para comunicarse correctamente con sus cuidadores, cómo mantenerse a salvo y cómo tomar decisiones correctas sobre su futuro, la confianza, los desafíos y beneficios del matrimonio temprano y el valor de las niñas.
- Independientemente del estado civil, la capacidad o la edad, todas las niñas deberían poder recibir la misma información.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Alguien tiene alguna pregunta o hay algo que les preocupe sobre el aprendizaje de las niñas?



NOTA: Si su preocupación está relacionada con la información sobre la salud sexual y reproductiva de los adolescentes, intente comprender cuáles son sus preocupaciones y qué medidas creen que se deberían tomar para ayudar a que las niñas reciban esta información (por ejemplo, si se la proporciona la madre, si es científica o si no es muy detallada).

Actividad 2: Comprensión del sexo y el género (20 minutos)



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Uno de los aspectos sobre los que hablaremos en muchas sesiones es la diferencia entre nuestras experiencias, en función de si somos mujeres, hombres, niñas o niños. Para que entendamos esto de manera más detallada, les quiero contar una historia:

[Se necesita **CONTEXTUALIZACIÓN**]



DIGA LO SIGUIENTE: Fatima está casada con Salim y está embarazada. Salim y Fatima también tienen un bebé de un año. Algunos días, Fatima le da a su hijo leche materna.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Salim puede quedarse embarazado y amamantar a su hijo? ¿Por qué? (Porque no tiene los órganos necesarios para llevar un bebé en su cuerpo).



DIGA LO SIGUIENTE: Salim va a trabajar todos los días y vuelve a casa a las 7 de la tarde.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Puede trabajar también Fatima? (PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Por qué?)



DIGA LO SIGUIENTE: Fatima trabaja dos días a la semana. Cuando va a trabajar, un familiar cuida al bebé.

- PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿El familiar es un hombre o una mujer? (Ambos pueden cuidar de un bebé).
- DIGA LO SIGUIENTE:** Fatima cocina la cena para la familia; su comida favorita es arroz con verduras.
- PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Puede cocinar también Salim? (PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Por qué?)
- DIGA LO SIGUIENTE:** Salim cocina, sobre todo los días que Fatima trabaja. Salim prepara la cena porque Fatima lo hace los demás días.
- DIGA LO SIGUIENTE:** Con un niño pequeño en casa y dos cuidadores que trabajan, a veces se olvidan de las tareas domésticas. El fin de semana, a Fatima le gusta asegurarse de que las tareas se realicen.
- PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Quién se puede encargar de las tareas domésticas?
- DIGA LO SIGUIENTE:** Fatima y Salim se dividen las tareas entre ellos. De esta manera, se tarda menos en hacerlas y es una división más justa del trabajo.
- PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Se han dado cuenta de que había cosas que solo Fatima podía hacer y Salim no, y que había otras cosas que ambos podían hacer? ¿Cuáles eran?
- EXPLIQUE LO SIGUIENTE:** Las cosas que solo hombres y mujeres pueden hacer están relacionadas con su sexo, pero las que ambos pueden hacer están relacionadas con su género.
- HAGA LO SIGUIENTE:** Utilice los recursos sobre órganos internos y externos de Las Niñas Brillan si necesita ayuda para explicar este contenido. Puede colocar diagramas en la pared si le resultan útiles y compartirlos en fichas.

EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- El término **"sexo"** hace referencia al cuerpo físico y las diferencias biológicas que suele haber entre mujeres y hombres. La mayoría de las mujeres nacen con funciones y órganos corporales femeninos (como los senos, la vagina, el útero, la menstruación, etc.). La mayoría de los hombres nacen con funciones y órganos corporales masculinos (tienen pene, eyaculan, tienen esperma, etc.).
- El término **"género"** hace referencia a las expectativas familiares, sociales o comunitarias sobre las mujeres y los hombres. En la mayoría de los casos, esto no tiene que ver con los órganos corporales que tenemos, sino con los roles y comportamientos que la sociedad considera apropiados para las mujeres y los hombres. Por ejemplo, muchas mujeres pueden dar a luz por su sexo, pero la expectativa de que el rol de una mujer es criar a los niños y limpiar la casa tiene que ver con el género³². Utilizo la palabra expectativa porque muchas mujeres y niñas disfrutan criando a sus

***Intersexualidad:** hay bebés que nacen con cuerpos que son diferentes del cuerpo "femenino" o "masculino" común. Por ejemplo, pueden tener una combinación de genitales masculinos y femeninos. A estas personas las denominamos "intersexuales".

***Transgenerismo:** existen además algunas personas que no encajan en las ideas que tiene la sociedad de lo que es un hombre o una mujer. Tienen características combinadas de ambos sexos, por ejemplo, una persona que tiene pechos y también barba. Puede llevar ropa de mujer y tener voz de hombre. A estas personas se las denomina transgénero. Las personas transgénero también son aquellas personas que pueden tener la identidad de género de una niña o un niño desde su nacimiento, pero no se sienten cómodas con ella. Un niño puede sentir que estaría más cómodo como niña y al revés. O puede que esa persona decida que no quiere que se la etiquete como niña o niño. Son tan humanas como cualquier hombre o mujer y deben estar igualmente aceptadas en la sociedad.

hijos y realizando tareas, pero, si deciden que no quieren hacerlo, igualmente se espera que lo hagan y, si no lo hacen o no pueden, la sociedad las juzgará. Por ello, su elección con respecto a los roles que desempeñan la decide la sociedad.

- Existen algunas personas que pueden ser objeto de burla o sentirse avergonzadas, especialmente cuando no se comportan de la forma en la que la sociedad espera que lo hagan según su género percibido. Por ejemplo, si un hombre llora, su comunidad puede decir que está actuando como una mujer, pues la sociedad ha decidido que ser sensible es algo que corresponde únicamente a las mujeres, aunque sea muy normal que un hombre lllore. Otro ejemplo es que la sociedad espera que las niñas y las mujeres no tengan vello corporal y, si no se lo depilan, es posible que la sociedad se burle de ellas y les diga que parecen un hombre, aunque sea muy normal que las mujeres y las niñas tengan vello.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Qué opinan sobre la información presentada?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: A menudo se les dice a las mujeres y los hombres que deberían hacer ciertas cosas por su género percibido. Aprendemos que la sociedad espera que nos comportemos de manera diferente y desempeñemos determinados roles de género. Estas expectativas nos afectan a lo largo de nuestras vidas y derivan en un poder desigual entre mujeres y hombres. Podemos verlo si analizamos las posiciones que los hombres y las mujeres ocupan en la sociedad y quién controla la toma de decisiones. En ocasiones, el diferente valor que se asigna a las mujeres y a los hombres puede derivar en un diferente acceso a los derechos. Esto afecta a las mujeres y las niñas, especialmente a las que están divorciadas, las que tienen una discapacidad y las que experimentan otras situaciones complicadas debido a su condición económica o su nacionalidad. No obstante, las personas no deben recibir un trato diferente debido a estas cuestiones, y todos debemos tener acceso a los mismos derechos y oportunidades y sentirnos valorados en la comunidad.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Se les ocurre algún ejemplo de expectativas basadas en el género o los roles que se supone que una persona debe desempeñar por ser hombre o mujer?

Actividad 3: Nuestro círculo de sueños y esperanzas (10 minutos)



HAGA LO SIGUIENTE: Invite a los cuidadores a ponerse en círculo.



DIGA LO SIGUIENTE: Para llevar a cabo esta actividad, queremos que penséis en aquellas hijas que participan en Las Niñas Brillan en particular. Tengan en cuenta que cuando hablamos de hijas, también incluimos a las niñas que viven con cuidadores que pueden no ser sus padres biológicos.



DIGA LO SIGUIENTE: Voy a pasar la pelota a todas las personas del círculo, y cada persona contará al grupo qué le gustaría que aprendiese o consiguiese su hija o cuáles son sus esperanzas y sueños para ella.



NOTA: Algunos cuidadores también pueden preguntar por sus hijos o niños más jóvenes. Admita que, por supuesto, los cuidadores también tienen esperanzas y sueños para sus otros hijos, pero a efectos de Las Niñas Brillan, nos centraremos únicamente en las adolescentes.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cómo se han sentido al compartir sus esperanzas y sueños para sus hijas o nueras?



NOTA: Si alguna de las esperanzas o alguno de los sueños que mencionan los cuidadores están relacionados con los roles de género tradicionales, por ejemplo, encontrar un buen esposo al que cuidar, ser una buena madre, etc., admita su importancia, pero pregúnteles también si pueden pensar en deseos que tengan para sus hijas que no se basen en el género.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: La adolescencia es un período de muchos cambios en la vida de una niña. Dado que se trata de un período de cambio, las niñas pueden estar asustadas o avergonzadas por lo que experimentan, pero este cambio es una parte normal y saludable del crecimiento. Lo que ocurre en su adolescencia influirá en su vida de mujer adulta. Queremos ser capaces de apoyar a los demás y dar a nuestras hijas la oportunidad de pasar a la edad adulta de manera saludable y segura. Puede que nos preocupemos más por las niñas que por los niños, y esto puede en ocasiones implicar que limitemos los movimientos y las oportunidades de las niñas a medida que crecen. Algunas niñas pueden enfrentarse a más restricciones que otras, por ejemplo, las niñas recién casadas, las niñas que están divorciadas, las niñas con discapacidad o las niñas que son madres primerizas. No obstante, debemos asegurarnos de que tengan el mismo acceso a espacios seguros, servicios y oportunidades que todos los niños y niñas.

Mensaje clave



DIGA LO SIGUIENTE: Todos tenemos esperanzas y sueños para nuestras hijas, a veces, las esperanzas y los sueños de las niñas para sí mismas pueden ser diferentes a los que nosotros tenemos para ellas. Es importante hablar con nuestras hijas, escuchar sus deseos e involucrarlas en las decisiones relacionadas con su vida.

Comprobación (5 minutos)

PREGUNTE a los cuidadores qué les ha parecido la sesión y si quieren que se realice algún cambio para la siguiente. (Es importante que reaccione ante los cambios sugeridos por los cuidadores, así como que explique las razones por las que no son posibles).

RECUERDE a los cuidadores que pueden dejar valoraciones en la caja de comentarios y que usted estará disponible al final de la sesión para hablar con ellos si es necesario.

Conclusión (5 minutos)



HAGA LO SIGUIENTE: Pida a los cuidadores que hablen con sus hijas sobre las expectativas de estas en cuanto a aprendizaje en las sesiones sobre competencias para la vida. Pueden compartir sus opiniones durante la próxima sesión. Aunque no debería ocurrir, si hay cuidadores que no tienen hijas que participen en las sesiones, pídeles que hablen con sus hijas sobre sus deseos y sueños para el futuro.

SESIÓN 2:

HOMENAJE A NUESTRA FAMILIA

Objetivos de la sesión:

Al final de la sesión, los cuidadores:

1. Establecerán relaciones positivas con sus hijas.
2. Aprenderán a generar un entorno propicio para las niñas recién casadas.
3. Empezarán a cuestionar las ideas que tienen sobre las diferentes niñas.

Materiales:

- ☐ caja de comentarios
- ☐ papeles
- ☐ bolígrafos de colores
- ☐ guijarros o pósits coloridos, suficientes para que cada participante tenga 5 o 6 (o más en función del tamaño de la familia)
- ☐ caja para colocar todos los guijarros o pósits

Preparación:

- Ilustraciones de los familiares para la historia de los Rafiki: Recurso 2.1

Terminología: El concepto de “homenaje a nuestra familia” puede hacer que los cuidadores piensen que necesitan dinero para ello. Explique que homenajear a su familia puede implicar simplemente mostrar agradecimiento, reconocer sus logros, pasar tiempo juntos en familia, etc.

Duración: 2 horas

Bienvenida y examen (5 minutos)

✓ **HAGA LO SIGUIENTE:** Dé la bienvenida a los cuidadores.

🗣️ **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Qué compartieron sus hijas acerca de las sesiones sobre competencias para la vida de Las Niñas Brillan?

Análisis (15 minutos)

🗣️ **DIGA LO SIGUIENTE:** Hoy vamos a hablar sobre nuestras familias y homenajearlas.

🗣️ **PREGUNTE LO SIGUIENTE:**

- Cuando piensan en su “familia”, ¿qué piensan exactamente?
- ¿Cuáles son algunas de las ideas que tenemos sobre lo que es o hace una familia, el rol de una familia, etc.?
- ¿La idea de familia cambia con el tiempo o sigue siendo la misma? ¿Qué cambia y qué sigue siendo igual? (Por ejemplo, las familias pueden cambiar cuando las personas se mudan, cuando sufren desplazamientos o crisis, cuando los niños crecen y los roles cambian, o cuando se unen nuevos miembros a la familia, como la familia política o los nietos).

🗣️ **DIGA LO SIGUIENTE:** Cada familia es diferente, pero algo que tenemos en común en este grupo es que todos tenemos hijas o nueras que participan en el programa Las Niñas Brillan, y cuando reflexionemos sobre nuestras ideas de familia, nos aseguraremos de que estas niñas/jóvenes estén incluidas en nuestros debates y acciones.

Actividades (1 hora y 15 minutos)

Actividad 1: Historia de Rafiki³³ (45 minutos)

- ✓ **HAGA LO SIGUIENTE:** Lea la siguiente historia a los participantes. Si es posible, utilice ilustraciones para los diferentes familiares (ejemplo al final):

► Parte 1

- = **DIGA LO SIGUIENTE:** Mariam y Sayed, de la familia Rafiki, tienen cinco hijos: Yasmine, de 11 años; Asma, de 14; Adam, de 18; Selina, de 19; y Osman, de 22. Además, viven con su nuera (Dina) y la madre de Mariam (Amma).

- ? **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Se parece a su familia o las familias que conoce? ¿Cuáles son las similitudes y las diferencias?

► Parte 2

- = **DIGA LO SIGUIENTE:** Adam, que tiene 18 años, tiene una enfermedad de la vista, lo que implica que necesita un apoyo adicional. Tanto su trabajo como su centro de formación han mejorado sus espacios para que sean más accesibles para él, y Adam está teniendo un muy buen rendimiento.

- ? **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Qué nos sugiere esta historia con respecto al valor de realizar adaptaciones que se ajusten mejor a las personas con discapacidad? (Al realizar adaptaciones, las personas con discapacidad pueden prosperar y beneficiarse como las personas que no tienen discapacidad).

► Parte 3

- = **DIGA LO SIGUIENTE:** Selina tiene 19 años y está divorciada. Se casó a los 16 años, lo que la llevó a un matrimonio complicado y a una tensa relación con su familia política. Ahora ha vuelto a casa para intentar comprender qué debe hacer a continuación.

- ? **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Qué aprendió la familia sobre el matrimonio de Selina a una edad temprana? (Que era mejor esperar hasta que fuese mayor y más madura).

► Parte 4

- = **DIGA LO SIGUIENTE:** Osman tiene 22 años y se acaba de casar con Dina, que tiene 21. Dina terminó su educación, tiene mucha información sobre las consecuencias de casarse a una edad temprana y decidió esperar al momento oportuno. Sus padres apoyaron su decisión de esperar. Cuando Dina se unió a la familia, sintieron que habían ganado una hija, no solo una nuera.

- ? **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Cuál es la diferencia entre la historia de la parte 3 y la de la parte 4?

- = **DIGA LO SIGUIENTE:** Esta historia demuestra que contraer matrimonio a una edad superior puede derivar en un entorno marital más sano.

33 Inspirada en el programa de formación sobre seguridad en el hogar de International Rescue Committee (IRC).

Actividad 2: Aspectos positivos que aportamos a nuestra familia (30 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Ahora que hemos oído la historia de los Rafiki, pensemos en nuestras propias familias.



HAGA LO SIGUIENTE:

- Pregunte a cada participante cuántos miembros hay en su familia. Por cada familiar que tengan, proporciónese un guijarro o un pósito. No es necesario establecer nombres prescriptivos sobre las personas que deben incluir, pero las adolescentes de su programa deberían estar incluidas.
- Pídale que asigne a cada familiar un guijarro.
- A continuación, deben pensar en los aspectos positivos (fortaleza, apoyo o felicidad) que aportan a cada una de esas personas de su familia y lo que esas personas aportan a la familia.
- Cuando hayan terminado, pida a todos que se acerquen por turnos a la caja colocada en la parte delantera de la sala.
- Pídale que comparten con el grupo los aspectos positivos que hayan pensado sobre su hija.
- Por ejemplo, pueden decir: “Este guijarro representa a mi hija. El aspecto positivo que le aportó es apoyo para asistir a la escuela. El aspecto positivo que ella aporta a la familia es su sentido del humor”.
- A continuación, pueden colocar todos los guijarras en la caja.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Esta actividad nos ha ayudado a pensar en las fortalezas de nuestra familia. Hemos analizado lo que cada miembro aporta a la familia en su conjunto. Además, nos ha ayudado a analizar nuestras aportaciones a cada miembro de nuestra familia y la familia en su conjunto. Cuando la situación es complicada, podemos utilizar esta actividad para recordarnos lo especial e importante que es nuestra familia para nosotros y que incluso en períodos difíciles, nos tenemos los unos a los otros como fuente de apoyo.



*Para asegurarse de incluir a todas las personas, utilice un método accesible para todas ellas.

Mensaje clave



DIGA LO SIGUIENTE:

- El reconocimiento y el establecimiento de relaciones positivas con las niñas y las mujeres de nuestra familia creará un entorno más feliz y propicio.
- En el caso de las niñas recién casadas, el apoyo por parte de su familia política y sus padres puede resultar de gran ayuda para lidiar con un nuevo entorno.
- En ocasiones, la comunidad puede estigmatizar a grupos de personas específicos, incluidas aquellas con discapacidad, las niñas divorciadas o las mujeres que nunca han contraído matrimonio. Sin embargo, podemos asegurarnos de que estas niñas en particular se sientan apoyadas en su hogar y no más aisladas o rechazadas.
- Todas las personas tienen derecho a ser tratadas con igualdad y dignidad.

Comprobación (5 minutos)

PREGUNTE a los cuidadores qué les ha parecido la sesión y si quieren que se realice algún cambio para la siguiente. (Es importante que reaccione ante los cambios sugeridos por los cuidadores, así como que explique las razones por las que no son posibles).

RECUERDE a los cuidadores que pueden dejar valoraciones en la caja de comentarios y que usted estará disponible al final de la sesión para hablar con ellos si es necesario.

Conclusión (5 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Traten de ser conscientes de un momento que aprecien con su familia en general, pero también más específicamente con sus hijas (en especial las que participan en Las Niñas Brillan). Podemos compartir nuestras experiencias en la próxima sesión.

SESIÓN 3:

MI EXPERIENCIA COMO CUIDADOR

Objetivos de la sesión:

Al final de la sesión, los cuidadores:

1. Reflexionarán sobre su experiencia en el cuidado, especialmente en relación con las niñas, y sobre cómo esta se ha visto determinada por factores internos y externos.
2. Empezarán a valorar a las niñas tanto como a los niños o continuarán haciéndolo y empezarán a asociar el valor de una niña con algo más que únicamente la procreación y el hecho de ser una buena esposa.

Materiales:

- ☐ papel
- ☐ bolígrafos de colores
- ☐ papel de rotafolio
- ☐ rotuladores
- ☐ pósits
- ☐ una pelota
- ☐ caja de comentarios

Nota para el facilitador:

- Esta sesión puede ser delicada. Asegúrese de recordar a los cuidadores los “acuerdos grupales” y de comprobar si desean añadir más acuerdos grupales para esta sesión.
- Esta sesión puede generar mucho debate, y puede que no sea posible tratar todos los contenidos, pero no pasa nada. Si los cuidadores quieren utilizar el tiempo para debatir un tema particular, puede tratar el resto del contenido en otra sesión o dejar que los cuidadores decidan si desean continuar con el resto del contenido o con un tema en particular.

Duración: 2 horas

Bienvenida y examen (10 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿A quién le gustaría compartir algún momento que haya apreciado con sus hijas de la conclusión de la semana pasada?



DIGA LO SIGUIENTE: Hoy vamos a hablar más sobre nuestras propias experiencias como cuidadores y sobre el hecho de que estas puedan ser diferentes a las experiencias de las mujeres.

Análisis (20 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Puede alguien pensar en las diferencias que hay entre nuestras experiencias de crianza y cuidado de nuestros hijos y de responsabilidades domésticas, y las de los hombres?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Dentro de la familia, es posible que las mujeres, las niñas, los niños y los hombres tengan responsabilidades distintas. A continuación, se citan algunos ejemplos de situaciones:

CONTEXTUALIZACIÓN (esta debe basarse en la estructura familiar de los cuidadores con los que trabaja):

1. Hay un/a cuidador/a que cuida a los niños en casa, mientras que el/la otro/a cuidador/a va a trabajar.
2. Ambos cuidadores trabajan y comparten las responsabilidades de cuidado.
3. Se espera que uno de los cuidadores desempeñe las responsabilidades de cuidado y obtenga unos ingresos, mientras que el otro cuidador solo es responsable de obtener unos ingresos.
4. Solo hay un/a cuidador/a presente, y se espera que los niños (especialmente las adolescentes) asuman responsabilidades adicionales.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Qué situaciones les resultan familiares?
- ¿Hay alguna situación que no se mencione aquí, pero que sea común en nuestra comunidad?
- Si ambos cuidadores trabajan, ¿quién creen que debería responsabilizarse del cuidado? ¿En qué se diferencia esto de quién lo hace realmente?
- Si solo existe un/a cuidador/a y los niños deben asumir responsabilidades adicionales, ¿se espera que las niñas asuman más responsabilidades que los niños?



NOTA: Puede que los hombres digan que las mujeres y las niñas tienen la responsabilidad de realizar las tareas relacionadas con el cuidado, y que no sería adecuado ni aceptable que los hombres se encargasen de ellas. Además, también pueden decir que las mujeres no quieren que los hombres las ayuden con estas tareas, pues las mujeres creen que los hombres no pueden llevarlas a cabo. Intente encontrar a hombres en la sala que estén en desacuerdo con esta afirmación y asegúrese de darles la oportunidad de expresar su opinión.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- En ocasiones, la sociedad puede imponer diferentes expectativas o limitaciones con respecto a los roles que desempeñan las mujeres, las niñas, los niños y los hombres dentro y fuera del hogar.
- Estas normas ponen límites a una persona: límites sobre su comportamiento o sus actos o sobre lo que pueden conseguir.
- Podemos hacer referencia a los límites que estas normas establecen para los hombres y las mujeres como “cajas” en las que estamos encerrados.
- Hay ocasiones en las que abrimos las cajas de género y no presionamos a los hombres a limitarse a sus cuadros y a ser los principales sostenedores de la familia. Por ejemplo, en algunos casos, los hombres pueden tener dificultades para encontrar un trabajo. En su lugar, pueden ayudar a sus familias de otras formas, asumiendo responsabilidades como el cuidado de los niños, cocinar o ayudar a sus hijos con las tareas escolares. Al mismo tiempo, los hombres y las mujeres pueden compartir las decisiones sobre cómo gestionar el dinero y cómo dividir los gastos y las tareas en sus familias, para que ambos participen en la toma de decisiones familiares.
- Es importante abrir los Cuadros de Género y ser conscientes de estas limitaciones, porque limitan a los hombres, las mujeres y las sociedades en su conjunto.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Le suena esto a alguien?

Actividades (1 hora)

Actividad 1: Actuar como una mujer o como un hombre³⁴ (40 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Vamos a realizar una actividad que nos ayudará a comprender con mayor detalle las expectativas que la sociedad tiene con respecto a las mujeres y los hombres y cómo esto puede afectarnos como cuidadores.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Quién nos puede recordar la diferencia entre “sexo” y “género”, de la que hablamos en la primera sesión?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: El término “**sexo**” hace referencia al cuerpo físico y las diferencias biológicas entre mujeres y hombres. El término “**género**” hace referencia a la condición social, las oportunidades y las restricciones a las que se enfrentan las niñas, las mujeres, los niños y los hombres.



HAGA LO SIGUIENTE:

- Dibuje dos cuadros en el rotafolio; denomínelos “Cuadros de Género”; ponga a uno el título de “Hombres” y al otro el de “Mujeres”.
- Los participantes estarán colocados en círculo y se les pedirá que imiten una tarea o actividad de la vida cotidiana.
- Las demás personas del círculo adivinarán la tarea o actividad e indicarán si normalmente la realizan los hombres o las mujeres.
- El facilitador anota cada tarea o actividad en los pósts y añade el póst al rotafolio en los cuadros correspondientes a las mujeres y a los hombres según las sugerencias de los participantes.
- Cuando todos hayan tenido su turno, invite a las personas a continuar de forma aleatoria si tienen una idea.
- Asegúrese de que la “lactancia” y la “higiene de los niños” estén incluidas en los roles.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Queremos añadir algo a las tareas del cuadro? ¿Cómo aprenden los hombres y las mujeres estos roles?

[Para ayudar a los participantes a pensar sobre la manera en la que los hombres y las mujeres aprenden estos roles más concretamente, puede formular las siguientes preguntas:]

- ¿Qué opinan las personas sobre los niños que lloran o que muestran cualquier tipo de emoción que no sea la ira? ¿Y sobre las niñas?
- ¿Cómo se supone que deben comportarse los hombres con las mujeres? ¿Y las mujeres?
- ¿Cómo se supone que deben comportarse los hombres con otros hombres?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Existen expectativas por parte de la sociedad sobre cómo deben ser las mujeres y las niñas, cómo deben actuar, cómo deben sentir y qué deben decir. Muchas personas diferentes, la comunidad y las experiencias nos las enseñan desde el momento en el que nacemos.



HAGA LO SIGUIENTE: Facilite el debate sobre las siguientes preguntas.

1. Las ideas sobre lo que significa ser un hombre que se muestran en este rotafolio, ¿son útiles o perjudiciales para los hombres y los niños?



NOTA: Haga hincapié en que los hombres y los niños pueden disfrutar y enorgullecerse de algunas de las características de la caja (ser un sostén, tener una gran responsabilidad, etc.) y verse limitados o perjudicados por otras (tener que ser fuertes, no poder expresar emociones, etc.).

2. ¿Qué les ocurre a los hombres y los niños que van más allá de sus límites? ¿Qué consecuencias pueden tener (por ejemplo, ser objeto de burlas, golpes o acoso)? ¿Cómo les llaman otras personas?



NOTA: Utilice ejemplos que el grupo haya creado para demostrar lo que esto significa, es decir, los hombres que lloran, los hombres que se quedan en casa para cuidar de sus hijos, etc. Escriba las respuestas en pósts y péguelas fuera de la caja.

3. ¿Qué enseñan las ideas de dentro y fuera de la caja a las personas sobre lo que significa ser un hombre?



NOTA: La caja nos enseña que existe una forma correcta e incorrecta de ser un hombre o un niño. Los nombres y comportamientos violentos incluidos fuera del cuadro son castigos por incumplir estas normas. Existen formas de controlar los comportamientos y asegurarse de que los hombres “actúan como hombres de verdad”. Estas formas de actuar pueden perjudicar directamente a las mujeres y las niñas.

4. ¿Cuáles son las ventajas y desventajas de actuar según lo establecido?

 **NOTA:** Normalmente, las consecuencias para las mujeres que van más allá de lo establecido son mucho más severas que para los hombres, pero estos también se ven afectados negativamente por los roles de género.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- A veces, como crecemos con estas normas, esperamos que nuestros hijos e hijas tengan las mismas normas que nosotros (normas que dicen: “Este es el lugar que debe ocupar una niña o un niño en la sociedad”). También podemos tratar a las mujeres de nuestro entorno de forma que no tengan la oportunidad de participar en la toma de decisiones.
- Como hombres, podemos intentar empoderar a todos los miembros de nuestra familia para que alcancen todo su potencial, especialmente a las mujeres de nuestra familia, las cuales es posible que tradicionalmente no hayan tenido la oportunidad de pensar en las posibilidades que existen fuera del Cuadro de Género.

Actividad 2: Explorar la paternidad (20 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Un cuidador es una de las personas más importantes en la vida de una adolescente. Los cuidadores pueden amar, enseñar y criar a sus hijos de formas muy positivas. La mayoría de cuidadores lo saben y quieren ser responsables, preocuparse y querer a sus hijas, especialmente cuando crecen y atraviesan el complicado período de la adolescencia. Este amor es igualmente importante para las niñas que ya están casadas. A veces, los cuidadores están ocupados con otras actividades o no saben cómo actuar en ciertas situaciones.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Han visto ejemplos de cuidadores responsables, comprometidos y cariñosos de los que aprender (por ejemplo, usted mismo, sus propios cuidadores, familiares, amigos o vecinos)?



DIGA LO SIGUIENTE: Queríamos tomarnos un tiempo para conversar y aprender unos de otros sobre cómo apoyar a nuestras hijas para que puedan estar sanas y seguras y cumplir sus sueños.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cuáles son algunas de las cualidades que admiran en un cuidador?



NOTA: Si se comparten ideas muy tradicionales sobre que la paternidad consiste solo en ser un sustento económico para la familia, o en protegerla y disciplinarla, entonces haga preguntas de seguimiento:]

- ¿Hay otras maneras de demostrar que se preocupan por su familia?
- ¿La paternidad es diferente ahora que en el pasado?



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cómo pueden expresar y expresan los cuidadores su amor y apoyo a sus hijas?



NOTA: Por ejemplo, compartir la toma de decisiones en el hogar, pasar tiempo de calidad con las niñas y escucharlas, y animarlas a pensar en sus sueños y aspiraciones.



HAGA LO SIGUIENTE: Pida a los participantes que hagan un círculo y se pasen la pelota unos a otros, y pida a los hombres que reciban la pelota que compartan un deseo o un sueño que tengan para sus hijas.



NOTA: Si mencionan deseos o sueños que limiten a las niñas, pídale que piensen en otros deseos y sueños además de los que ya han mencionado.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cómo podemos ayudar a nuestras hijas a conseguir sus sueños?

Mensaje clave



DIGA LO SIGUIENTE: Los cuidadores desempeñan un papel importante en la vida de las adolescentes. La forma en la que interactúan con las niñas a esta edad ayuda a determinar cómo serán de adultas y puede influir mucho en las oportunidades que reciban, así como en su confianza y su salud. Cuando los cuidadores siguen mostrando este amor hacia sus hijas casadas, puede ayudarles a asentarse en su nuevo entorno el hecho de saber que siguen contando con el amor y el apoyo continuos de su cuidador.

Comprobación (5 minutos)

PREGUNTE a los cuidadores qué les ha parecido la sesión y si quieren que se realice algún cambio para la siguiente. (Es importante que reaccione ante los cambios sugeridos por los cuidadores, así como que explique las razones por las que no son posibles).

RECUERDE a los cuidadores que pueden dejar valoraciones en la caja de comentarios y que usted estará disponible al final de la sesión para hablar con ellos si es necesario.

Conclusión (5 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Hablen con sus hijas sobre los deseos que tienen para ellas y pregúntenles cuáles son los suyos. Después, compartan una historia con sus hijas sobre cómo fue su crecimiento y sobre lo que era importante para ustedes cuando tenían su edad.



NOTA PARA LOS FACILITADORES: PARA LA SIGUIENTE SESIÓN

- ☐ Identifique, debata y simplifique la terminología en la próxima sesión según su contexto. Puede invitar a un profesional sanitario a reunirse con los facilitadores antes de la sesión, para que se sientan más capacitados para impartir el contenido.

SESIÓN 4:

EL DESARROLLO DE LAS ADOLESCENTES³⁵

(Cuidadores de niñas solteras)

Objetivos de la sesión:

Al final de la sesión, los cuidadores:

1. Obtendrán información sobre los cambios físicos y emocionales que atraviesan las niñas durante la adolescencia.
2. Aprenderán a favorecer el bienestar físico y emocional de las niñas durante este período.
3. Ayudarán a las niñas a recibir información sobre salud sexual y reproductiva y serán capaces de proporcionarles información básica sobre este tema.

Materiales:

- ☐ papel de rotafolio
- ☐ rotuladores
- ☐ recursos 4.1 a 4.4.
- ☐ impresión en tamaño grande de la escala de Tanner (recurso 4.1) o fichas para grupos más pequeños

Preparación:

- Es posible que los facilitadores encuentren cierta reticencia por parte de los cuidadores al intentar animarlos a comunicar a las niñas la información sobre salud sexual y reproductiva de los adolescentes. **Es importante que los facilitadores consulten el apéndice A12 de la parte 1 de Las Niñas Brillan sobre la presentación de temas relacionados con esta cuestión a los cuidadores antes de la sesión como parte de su preparación para facilitadores.**
- Puede considerar la posibilidad de invitar a un profesional sanitario que haya recibido formación sobre los conceptos básicos relativos a la violencia de género y sobre la atención clínica de las personas supervivientes de una agresión sexual, para favorecer la celebración de esta sesión para explicar con claridad el desarrollo adolescente, incluidas las terminologías, o invitar a un profesional de la salud durante la formación de facilitadores para celebrar esta sesión.

Terminología: Antes de las sesiones, los supervisores y facilitadores revisan las sesiones, identifican y simplifican palabras, y hablan sobre ellas; si es posible, encuentre un término local. Esto ayudará a los facilitadores y traductores a hablar adecuadamente sobre las sesiones con los cuidadores. Por ejemplo, una palabra como “pubertad” puede denominarse también juventud, adolescencia, pubescencia, etc.

Nota para el facilitador: Dado que se trata de un tema delicado, es importante recordar a los cuidadores el “acuerdo grupal” (sesión 1) y preguntarles si les gustaría añadir nuevos acuerdos específicos para esta sesión.

Duración: Esta sesión podría durar 2,5 horas; si los cuidadores no pueden quedarse tanto tiempo, puede dividir la sesión en dos.

Momento: Antes de iniciar el módulo sobre higiene y salud del programa de formación sobre competencias para la vida de Las Niñas Brillan.

Esta sesión puede generar mucho debate, y puede que no sea posible tratar todos los contenidos, pero no pasa nada. Si los cuidadores quieren utilizar el tiempo para debatir un tema particular, puede tratar el resto del contenido en otra sesión o dejar que los cuidadores decidan si desean continuar con el resto del contenido o con un tema en particular.

Bienvenida y examen (10 minutos)

PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Han hablado con sus hijas sobre las esperanzas que tienen para ellas y les han preguntado cuáles son las suyas propias? ¿Alguien quiere compartir su experiencia?

DIGA LO SIGUIENTE:

- Hoy vamos a hablar sobre los cambios sociales, físicos y emocionales que experimentan las niñas durante la adolescencia. Esta es una etapa que atraviesan las niñas y los niños entre los 10 y los 19 años.
- Es una época de grandes cambios y oportunidades. Asimismo, puede generar confusión si las niñas y los niños no reciben el apoyo adecuado para comprender los cambios que están experimentando.
- Cuando las niñas llegan a la pubertad, la sociedad suele percibirlas como “adultas”, y se espera que desempeñen ciertos roles y responsabilidades para los que pueden no estar preparadas porque aún se están desarrollando y creciendo. Es posible que se espere que se casen o que se les restrinja la posibilidad de ir a la escuela, pasar tiempo con los amigos y acceder a oportunidades.
- Algunos de nosotros podemos sentirnos incómodos o raros hablando sobre este tema. Esa reacción es normal. Normalmente, no solemos hablar sobre estas cuestiones en grupos grandes. No obstante, al conocer este proceso tan normal aquí en un espacio seguro, les resultará más cómodo hablar sobre los cambios con sus niñas y niños adolescentes.

Análisis (25 minutos)

PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Qué entienden por el término “pubertad”?

EXPLIQUE LO SIGUIENTE: La pubertad es un proceso de cambio hormonal y físico mediante el cual un niño o una niña adquiere la capacidad para reproducirse. Normalmente, dura entre uno y tres años. Se produce durante el período de la adolescencia, cuando las niñas y los niños atraviesan un crecimiento social y emocional, y esta dura de los 10 a los 19 años.

PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Por qué creen que las niñas pueden verse privadas de ciertos espacios u oportunidades durante este período?

DIGA LO SIGUIENTE: Esto puede deberse a la manera en la que se percibe a las niñas en la comunidad o a los miedos relacionados con su seguridad o su honor. Hoy queremos analizar algunas de estas perspectivas y conocer cuáles son sus opiniones sobre este tema.

PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Qué experiencias tuvieron durante la pubertad, tanto físicas como emocionales?
- ¿Qué cambios apreciaron en sus hermanas cuando eran jóvenes? ¿Cuáles fueron algunas de las restricciones o los cambios en sus funciones o responsabilidades cotidianas?

HAGA LO SIGUIENTE: Utilice una impresión en tamaño grande de la escala de Tanner³⁶ (recurso 4.1) para mostrar las diferentes etapas de la adolescencia.

*Orientación sexual e identidad de género:

En esta etapa de la vida, los adolescentes empiezan a explorar sus identidades, y esto abarca muchos aspectos diferentes de sus vidas. También puede incluir la comprensión de por quién se sienten atraídos, ya sean personas del sexo opuesto, del mismo sexo o de ambos.

En la primera sesión, hablamos sobre las personas transgénero. Una vez más, como los adolescentes están explorando su identidad, esto puede incluir también la exploración de su identidad de género. Esto implica que su identidad de género puede ser la misma que la del sexo asignado al nacer, por ejemplo, las mujeres que se identifican como mujeres, o puede ser diferente, como en el caso de las personas transgénero.

36 <https://www.advocatesforyouth.org/wp-content/uploads/storage/advfy/lesson-plans/lesson-plan-puberty-part-i-and-ii.pdf>

✓ **HAGA LO SIGUIENTE:** Pida a los participantes que se acerquen al cartel (o reparta fichas para grupos más pequeños).



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- Las adolescentes, al igual que los niños, sufren diferentes cambios físicos y emocionales durante esta etapa. Estos cambios pueden deberse a la presencia de mensajeros químicos en sus cuerpos, que se denominan hormonas. Estas hormonas afectan a nuestro estado de ánimo, nuestros gustos y nuestras aversiones, así como al crecimiento y desarrollo en los planos físico y mental.
- Por ejemplo, en la adolescencia temprana (de los 10 a los 14 años), las niñas, al igual que los niños, adquieren habilidades mejoradas para expresarse y desarrollar relaciones cercanas, mientras que se presta una menor atención a los cuidadores; en ocasiones, pueden demostrar un comportamiento grosero y también infantil de nuevo.
- **[Si es posible, AÑADA LO SIGUIENTE:]** Las niñas también pueden empezar a desarrollar senos o a menstruar y es posible que les crezca vello púbico. Los niños pueden experimentar un crecimiento repentino y también les puede crecer el vello púbico. (Muestre ejemplos de ello con la escala de Tanner).
- En la adolescencia tardía (de los 15 a los 19 años), las niñas, al igual que los niños, desean tener más independencia y prestan más atención a su aspecto (porque su cuerpo está cambiando). Además, tienen una mayor habilidad para pensar ideas y expresarlas con palabras.
- **[Si es posible, AÑADA LO SIGUIENTE:]** Es posible que comiencen a mostrar interés en las personas del sexo opuesto o del mismo sexo.
- Tienen la capacidad de tomar decisiones independientes y también de mostrar una mayor estabilidad emocional. El desarrollo mental continuará hasta bien entrada la edad adulta.
- Estos cambios les suceden a todos los niños y las niñas del mundo. Puede que existan diferencias en la edad a la que esto se produce y en cómo se desarrollan.
- Dado que las personas se desarrollan a diferentes ritmos, no existe ninguna respuesta correcta ni incorrecta con respecto al momento en el que una niña debería empezar a menstruar. Normalmente, esto ocurre aproximadamente dos años después de que aparezcan los primeros signos de la pubertad. Si las niñas no han desarrollado ningún signo de pubertad a los 14 años, es conveniente que reciban apoyo para acudir a un profesional de la salud, y si las niñas no han empezado a menstruar a los 16 años, también deberían recibir apoyo para que un profesional de la salud les ofrezca consejo. Es probable que a las niñas se les diga que esperen, ya que en muchos casos la menstruación empieza de forma natural a los 18 años³⁷.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Las adolescentes pueden compartir cambios físicos y emocionales comunes, pero sus experiencias, entornos y ambientes también desempeñan un papel importante en la forma en que se producen estos cambios, lo que hace que la experiencia de cada una sea única. Los adolescentes con diferentes experiencias vitales se desarrollarán y crecerán a edades distintas; por ejemplo, una niña que tenga 13 años puede tener una discapacidad y acudir a sesiones de concienciación que desarrollen sus conocimientos y capacidades en la resolución de problemas y la gestión de sus emociones.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

Con los conocimientos que tienen ahora, ¿qué tipo de información creen que es importante que reciban las niñas sobre los cambios físicos y emocionales que pueden experimentar durante la adolescencia?



***Masturbación:** Las hormonas que provocan que una persona atraviese la pubertad también provocan nuevos sentimientos y deseos sexuales o los aumentan. Esto puede hacer que alguien desarrolle nuevos sentimientos románticos hacia otras personas.

Estas hormonas pueden hacer que algunas personas opten por tocarse los genitales por placer, lo que se denomina masturbación. La masturbación no puede perjudicar a una persona físicamente y es una decisión personal.

37 Existen algunos trastornos genéticos raros —por ejemplo, el síndrome de Kallman y el síndrome de Klinefelter— que pueden impedir los cambios corporales de la adolescencia o la pubertad. Estos trastornos se pueden tratar con apoyo médico. Además, puede haber otros motivos médicos por los que los cambios corporales de la pubertad o la adolescencia se retrasen, de modo que hablen con sus hijas para comprobar si les gustaría recibir asesoramiento médico si esto les preocupa.



DIGA LO SIGUIENTE: Tener el apoyo de su padre y de su madre es fundamental para garantizar que las niñas reciben el apoyo adecuado y disponen de la información que necesitan para estar mejor informadas y preparadas en su transición hacia la edad adulta.

Actividades (50 minutos)

Actividad 1: Muestra de interés por la vida de su hija (20 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- Cuando eran adolescentes, ¿qué tipo de acontecimientos ocurrían en su vida?
- ¿Sabe qué acontecimientos ocurren en la vida de su hija actualmente? Por ejemplo, ¿cuáles son sus opiniones o sentimientos? ¿Quiénes son sus nuevas amistades o sus juegos favoritos? ¿Qué ha cambiado en su comportamiento?



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Qué hacen para mostrar interés por la vida de su hija?

AÑADA los siguientes puntos a la lista, cuando los cuidadores hayan respondido, si es necesario:

- Escuchar sin interrumpir.
- Afirmar y validar sentimientos. Por ejemplo, “Entiendo por qué te molesta esto” y “Lo que sientes ahora es normal; entiendo tu frustración”.
- Ofrecer apoyo, si es necesario.
- Elogiar las buenas decisiones, acciones y rasgos de carácter, por ejemplo, “Gracias por ayudarme hoy”, “Tienes muy buenas ideas” o “Gracias por ayudar a tu hermano/a pequeño/a”.
- Animarla a comunicarse con ustedes para hablar sobre temas que son importantes para ella ahora y en el futuro. Por ejemplo: “Estoy aquí para ti cuando quieras hablar conmigo”, “Quiero que te sientas cómoda conmigo si tienes algo que contarme” o “Soy tu padre, me preocupo por tu felicidad”.



HAGA LO SIGUIENTE: Lea los siguientes escenarios al grupo y pídale que practiquen en parejas cómo podrían mostrar interés por la adolescente que se presenta en el escenario.

Escenario (se necesita CONTEXTUALIZACIÓN): Una niña llega a casa de la escuela un día y parece que está molesta. Cuando su cuidador le pregunta qué sucede, la niña dice que algunos niños estuvieron burlándose de ella al ir de camino a casa.



HAGA LO SIGUIENTE: Pida a un par de participantes que compartan su escenificación con el grupo. Asegúrese de que las escenificaciones incluyen los siguientes puntos principales. De lo contrario, el facilitador puede desempeñar el papel del cuidador masculino y pedir a un voluntario que desempeñe el de la adolescente para mostrar a los participantes cómo pueden mostrar interés.

Puntos clave de las escenificaciones—Cuidador:

- Se involucra al interrumpir lo que esté haciendo para escuchar a su hija.
- Anima a su hija a hablar más sobre lo que ha ocurrido. Por ejemplo, “Siento escuchar eso. Cuéntame más sobre el tema”.
- Emplea habilidades empáticas³⁸, poniéndose en el lugar de su hija. Por ejemplo, “Parece que esto te molesta mucho”.
- Apoya a su hija en la toma de decisiones o le ofrece ayuda si es necesario. Por ejemplo, “¿Qué puedo hacer para que la situación mejore?” “¿Qué quieres hacer?” o “¿En qué puedo ayudar?”.

38 La “empatía” significa ser capaz de ponerse en el lugar de otras personas y experimentar sus sentimientos con ellas, así como ayudarlas a gestionar esos sentimientos. Todos sabemos lo que se siente al estar triste cuando alguien hiere nuestros sentimientos. La empatía consiste en hacer saber a otra persona que entiendes sus sentimientos.

-  **NOTA:** Algunos cuidadores pueden sugerir soluciones que impliquen culpabilizar o emplear castigos físicos hacia la niña del escenario o restringir sus movimientos. Es importante hacer hincapié en la importancia de apoyar a su hija y llegar a una solución juntos que no implique violencia ni establezca límites sobre las niñas.

Actividad 2: Debate sobre los cambios físicos y emocionales (30 minutos)

-  **DIGA LO SIGUIENTE:** Durante la adolescencia, las niñas y los niños sufren muchos cambios físicos y emocionales. Hablaremos sobre los cambios que conocemos.

-  **HAGA LO SIGUIENTE:** Pida a los cuidadores que trabajen en pequeños grupos y que piensen en las siguientes preguntas:

Preguntas:

- ¿Es habitual que los hombres hablen sobre algunos de los cambios físicos y emocionales que atraviesan los niños en la adolescencia?
- ¿Y sobre las niñas? [Si es posible, **PREGUNTE LO SIGUIENTE:**] ¿Hablan sobre la menstruación?
- ¿Quién les habló sobre los cambios físicos y emocionales que sufren los niños? ¿Y sobre los que sufren las niñas? [Si es posible, **PREGUNTE LO SIGUIENTE:**] ¿Quién les habló sobre la menstruación?
- Para aquellos que tengan hijas mayores de 19 años, ¿cómo apoyaron a sus hijas durante este período? O, si volvieron atrás, ¿cómo les gustaría mejorar el apoyo que le dieron a sus hijas en ese momento?

-  **HAGA LO SIGUIENTE:** Cuando hayan terminado de hablar, pídales que compartan sus reflexiones con el resto del grupo.

-  **NOTA:** Es importante realizar anotaciones y un seguimiento de las sugerencias que los cuidadores tengan para facilitar este debate con las mujeres y las niñas.

-  **EXPLIQUE LO SIGUIENTE:**

- Los adolescentes son conscientes de que algo está pasando en sus cuerpos, y es mejor que las niñas y los niños reciban información práctica de una persona en la que confíen (como un cuidador).
- La comunicación fomenta la confianza y las relaciones positivas con las niñas (y los niños) adolescentes. Esto ayudará a que se sientan más cómodos al hablar con ustedes sobre estos problemas. La pubertad puede ser algo nuevo y, a veces, complicado, y contar con un padre o una madre cariñosos que muestren comprensión, que estén disponibles y ofrezcan consuelo ayudará a los adolescentes a tener una transición más fácil hacia la edad adulta.

-  **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Qué podemos hacer para facilitar esta conversación con las mujeres y las niñas? (Ofrezca a los cuidadores información basada en hechos, pida al personal formado o a los mentores que proporcionen información, empiece a hablar sobre temas más sencillos como los cambios emocionales y, después, continúe con información que puede ser más delicada).

SELECCIONE UNA DE ESTAS OPCIONES: Seleccione la opción A o la B en función de su contexto.

- Si es posible, ponga en marcha la opción A.
- Si no es posible, ponga en marcha la B para contextos delicados.

ACTIVIDAD 2-OPCIÓN A:

Mitos y realidades sobre la menstruación (25 minutos)

Considere la opción de preguntar a los hombres si están dispuestos y abiertos a hablar sobre el tema de la menstruación. Si hay hombres que muestran una gran reticencia y dicen que no pueden hablar sobre ello, considere la opción de pasar a la actividad 2, opción B.



DIGA LO SIGUIENTE: Ahora vamos a jugar a un juego sobre algunos mitos habituales sobre el período que pueden desmontar para las niñas. Voy a leer algunos enunciados sobre la menstruación.



PREGUNTE al grupo si desea establecer acuerdos grupales para esta actividad (no juzgar, confidencialidad, etc.).



DIGA LO SIGUIENTE: Levántense si creen que el enunciado es cierto. Permanezcan sentados si creen que el enunciado es un mito.



NOTA: Una actividad alternativa si los cuidadores no pueden o no se sienten cómodos levantándose y sentándose es la siguiente: Proporcione a los cuidadores dos carteles; una cruz "x" y una marca de verificación "✓". Pídales que levanten el signo que refleje su opinión.



HAGA LO SIGUIENTE:

- Lea los enunciados que figuran a continuación uno por uno o invite a los cuidadores a compartir sus creencias sobre la menstruación.
- Espere a que los cuidadores se pongan de pie, se sienten o levanten sus carteles.
- Recoja algunas respuestas de los cuidadores sobre los motivos de su postura y luego explique la respuesta correcta después de cada enunciado.
- Facilite el debate después de cada una según sea necesario.

ACTIVIDAD 2-OPCIÓN B:

Mitos y realidades sobre los cambios físicos y emocionales (25 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE:

- Ahora vamos a jugar a un juego sobre algunos mitos habituales que pueden desmontar para las niñas. Voy a leer algunos enunciados sobre los cambios físicos y emocionales.
- Levántense si creen que el enunciado es cierto. Permanezcan sentados si creen que el enunciado es un mito.



NOTA: Una actividad alternativa si los cuidadores no pueden o no se sienten cómodos levantándose y sentándose es la siguiente: Proporcione a los cuidadores dos carteles; una cruz "x" y una marca de verificación "✓". Pídales que levanten el signo que refleje su opinión.



HAGA LO SIGUIENTE:

- Lea los enunciados que figuran a continuación uno por uno o invite a los cuidadores a compartir sus creencias sobre los cambios.
- Espere a que los cuidadores se pongan de pie, se sienten o levanten sus carteles.
- Recoja algunas respuestas de los cuidadores sobre los motivos de su postura y luego explique la respuesta correcta después de cada enunciado.
- Facilite el debate después de cada una según sea necesario.

Realidades y mitos

(Se necesita **CONTEXTUALIZACIÓN**:

Incluir los mitos locales pertinentes)

1. El sangrado durante el período es la descarga de “sangre mala y sucia” del cuerpo. (Falso)
2. Durante la menstruación, las niñas pueden seguir practicando sus actividades cotidianas con normalidad. (Verdadero)
3. Cuando las niñas empiezan a menstruar, pueden quedarse embarazadas. (Verdadero)
4. Que puedan quedarse embarazadas no significa que los cuerpos de las niñas estén preparados para el embarazo. (Verdadero)
5. Cuando una niña empieza a menstruar, debe contraer matrimonio. (Falso)
6. Una niña que haya tenido el período tiene deseos sexuales incontrolados. (Falso)



NOTA: Puede que algunos cuidadores no se den cuenta de que estos mitos son realmente mitos. Es posible que necesiten información adicional. Consulte la hoja de recursos del módulo sobre salud e higiene del programa de formación sobre competencias para la vida de Las Niñas Brillan.

Realidades y mitos

(Se necesita **CONTEXTUALIZACIÓN**:

Incluir los mitos locales pertinentes)

1. Cuando las niñas empiezan a menstruar, están listas para contraer matrimonio. (Falso)
2. Los cerebros de las niñas y los niños están completamente desarrollados cuando tienen 15 años. (Falso)
3. Las niñas pueden continuar con sus actividades cotidianas con normalidad cuando atraviesan estos cambios. (Verdadero)
4. Las niñas y los niños están preparados para asumir responsabilidades de personas adultas y para abandonar las de su infancia (por ejemplo, la escuela). (Falso)
5. Las niñas y los niños experimentan una amplia variedad de emociones que pueden resultarles nuevas. (Verdadero)



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- Nuestros cerebros no están completamente formados hasta que alcanzamos el principio o la mitad de la veintena. Las diferentes partes de nuestro cerebro se desarrollan y maduran a ritmos diferentes.
- Las partes de nuestro cerebro que nos ayudan a controlar nuestros impulsos y a emplear un buen criterio son las últimas en madurar. Esta parte del cerebro nos ayuda a planificar, prestar atención, recordar instrucciones y compaginar varias tareas de manera satisfactoria³⁹.
- Estas hormonas afectan a nuestro estado de ánimo, nuestros gustos y nuestras aversiones, así como al crecimiento y desarrollo. Este es un buen momento para hablar con sus hijas sobre sus opiniones y sentimientos durante todos estos cambios.
- La adolescencia es el segundo momento más productivo del desarrollo del cerebro, después de la primera infancia.
- Es importante que las niñas sigan teniendo oportunidades para aprender, para ayudar a que sus cerebros se desarrollen de una forma sana, para tomar las decisiones correctas, para asumir los riesgos adecuados y para planificar su futuro.

39 Centro para el Desarrollo del Niño de la Universidad de Harvard, “Executive function and self-regulation”. <http://developingchild.harvard.edu/science/key-concepts/executive-function>.



NOTA ESPECIAL: Puede que los hombres digan que las mujeres no están limpias cuando están con el período porque, en el islam, una niña no puede rezar si tiene el período y se considera “impura”. La “pureza” es un término religioso que se utiliza cuando se considera que los hombres y las mujeres están “física y espiritualmente preparados” para llevar a cabo ciertos deberes o rituales religiosos, mientras que el término “limpieza” está relacionado con la higiene. Aclare la diferencia entre “pureza” y “limpieza”.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Existe una diferencia entre “pureza” y “limpieza”. Si la religión considera que una niña no es “pura” cuando tiene el período y que no puede llevar a cabo ciertas prácticas, esto no significa que esté sucia. La “limpieza” está relacionada con la higiene. Cuando las niñas tienen el período, no están sucias. Esta es una parte normal de ser una niña o una mujer. Simplemente deben poder mantener la limpieza de sus cuerpos, igual que todas las personas independientemente de si tienen el período o no, de si son niñas, mujeres, niños u hombres. De lo contrario, podemos contraer infecciones y enfermarnos.



HAGA LO SIGUIENTE: Con el cartel sobre los órganos internos y el ciclo menstrual (recursos 4.3 y 4.4), señale los diferentes órganos (y el modelo médico del aparato reproductor femenino, si está disponible) y explique lo siguiente a los cuidadores:



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- Todos los meses, uno de los óvulos abandona uno de los ovarios y se desliza a través de la trompa de Falopio. El momento en el que el óvulo abandona el ovario se denomina ovulación. Cada persona sangra en días diferentes en función de si su ciclo es largo o corto.
- Al mismo tiempo, los cambios en las hormonas del cuerpo (sustancias químicas naturales que produce nuestro cuerpo) preparan el útero (la parte en la que se desarrollan los bebés dentro de nuestro cuerpo) para el embarazo. En el útero se forma un revestimiento blando y esponjoso.

- Si un óvulo y un espermatozoide de un varón se unen para formar un bebé, el revestimiento le proporcionará nutrición. Si el espermatozoide de un varón no fecunda el óvulo (a raíz de una relación sexual), el revestimiento uterino empezará a desprenderse y el óvulo y el revestimiento se expulsarán del cuerpo a través del útero.
- La sangre que se libera del revestimiento desprendido fluye hacia el exterior a través de la vagina. Este sangrado es el período menstrual y a este ciclo completo se le denomina menstruación. Esta sangre no está sucia, es una parte normal de los procesos del cuerpo femenino.

 **HAGA LO SIGUIENTE:** Compruebe si los cuidadores tienen alguna pregunta. Si tienen preguntas que ustedes no se sienten capaces de responder, díganles: “Tomaré nota, lo comprobaré y les responderé la próxima vez, ¿vale?”. Después, realice un seguimiento y busque la ayuda pertinente para poder responder a las preguntas de los cuidadores o para poder remitirles a una persona que pueda hacerlo.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- De lo que se presentó, ¿qué información era nueva para ustedes?
- ¿Qué información creen que es importante compartir con las mujeres y las niñas?
- ¿Es importante que nuestros hijos dispongan de esta información?
- ¿Cómo afectan los cambios durante la pubertad de los que hemos hablado y la información que las niñas necesitan en sus necesidades médicas, especialmente sus necesidades de salud sexual y reproductiva?

Mensaje clave



DIGA LO SIGUIENTE: Aunque puede resultar incómodo o poco habitual hablar sobre estos temas, es importante que las niñas conozcan sus cuerpos y los cambios que están experimentando. Esta información puede resultar muy útil si proviene de un cuidador, alguien en quien la niña confíe. Además, existen otras personas que pueden ofrecer a las niñas información precisa, como aquellas presentes en el espacio seguro o en un centro de salud. Se debe alentar a las niñas a conocer sus cuerpos independientemente de si están casadas, solteras o divorciadas, o de si tienen una discapacidad.

Comprobación (5 minutos)

PREGUNTE a los cuidadores qué les ha parecido la sesión y si quieren que se realice algún cambio para la siguiente. (Es importante que reaccione ante los cambios sugeridos por los cuidadores, así como que explique las razones por las que no son posibles).

RECUERDE a los cuidadores que pueden dejar valoraciones en la caja de comentarios y que usted estará disponible al final de la sesión para hablar con ellos si es necesario.

Conclusión (5 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Compartan con las niñas la información de la sesión con la que se sientan cómodos. Si no se sienten cómodos, piensen en el motivo y hablaremos sobre ello en la próxima sesión.



NOTA PARA LOS FACILITADORES: PARA LA SIGUIENTE SESIÓN

- ☐ Si es posible, adquiera kits de higiene femenina antes de la sesión para las mujeres y las niñas que puedan entregarles sus cuidadores (si aún no los han recibido).

SESIÓN 4:

EL DESARROLLO DE LAS ADOLESCENTES⁴⁰

(Cuidadores de niñas casadas)

Objetivos de la sesión:

Al final de la sesión, los cuidadores:

1. Obtendrán información sobre los cambios físicos y emocionales que atraviesan las niñas durante la adolescencia.
2. Aprenderán a favorecer el bienestar físico y emocional de las niñas durante este período.
3. Ayudarán a las niñas a recibir información sobre salud sexual y reproductiva y serán capaces de proporcionarles información básica sobre este tema.

Materiales:

- ☐ papel de rotafolio
- ☐ rotuladores
- ☐ recursos 4.1 a 4.4
- ☐ impresión en tamaño grande del recurso 1: la escala de Tanner o fichas para grupos más pequeños

Preparación:

- Es posible que los facilitadores encuentren cierta reticencia por parte de los cuidadores al intentar alentarles a transmitir esta información sobre la salud sexual y reproductiva de los adolescentes a las niñas. **Es importante que los facilitadores consulten el apéndice A12 de la parte 1 de Las Niñas Brillan sobre la presentación de temas relacionados con esta cuestión a los cuidadores antes de la sesión como parte de su preparación para facilitadores.**
- Tenga muestras de materiales sanitarios para la menstruación.
- Puede considerar la posibilidad de invitar a un profesional sanitario que haya recibido formación sobre los conceptos básicos relativos a la violencia de género y sobre la atención clínica de las personas supervivientes de una agresión sexual, para favorecer la celebración de estas sesiones para explicar con claridad el desarrollo adolescente, incluidas las terminologías, o invitar a un profesional de la salud durante la formación de facilitadores para celebrar esta sesión.

Terminología: Antes de las sesiones, los supervisores y facilitadores revisan las sesiones, identifican y simplifican palabras, y hablan sobre ellas; si es posible, encuentre un término local. Esto ayudará a los facilitadores y traductores a hablar adecuadamente sobre las sesiones con los cuidadores. Por ejemplo, una palabra como “pubertad” puede denominarse también juventud, adolescencia, pubescencia, etc.

Nota para el facilitador: Dado que se trata de un tema delicado, es importante recordar a los cuidadores el “acuerdo grupal” (sesión 1) y preguntarles si les gustaría añadir nuevos acuerdos específicos para esta sesión.

Duración: Esta sesión podría durar 2,5 horas; si los cuidadores no pueden quedarse tanto tiempo, puede dividir la sesión en dos.

Momento: Antes de iniciar el módulo sobre higiene y salud del programa de formación sobre competencias para la vida de Las Niñas Brillan.

Esta sesión puede generar mucho debate, y puede que no sea posible tratar todos los contenidos, pero no pasa nada. Si los cuidadores quieren utilizar el tiempo para debatir un tema particular, puede tratar el resto del contenido en otra sesión o dejar que los cuidadores decidan si desean continuar con el resto del contenido o con un tema en particular.

Bienvenida y examen (10 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Han hablado con sus hijas o sus hijas casadas sobre las esperanzas que tienen para ellas y les han preguntado cuáles son las suyas propias? ¿Alguien quiere compartir su experiencia?



DIGA LO SIGUIENTE:

- Hoy vamos a hablar sobre los cambios sociales, físicos y emocionales que experimentan las niñas durante la adolescencia. Esta es una etapa que atraviesan las niñas y los niños entre los 10 y los 19 años.
- Es una época de grandes cambios y oportunidades. Asimismo, puede generar confusión si las niñas y los niños no reciben el apoyo adecuado para comprender los cambios que están experimentando.
- Cuando las niñas llegan a la pubertad, la sociedad suele percibirlas como “adultas”, y se espera que desempeñen ciertos roles y responsabilidades para los que pueden no estar preparadas porque aún se están desarrollando y creciendo. Es posible que se espere que se casen o que se les restrinja la posibilidad de ir a la escuela, pasar tiempo con los amigos y acceder a oportunidades.
- Algunos de nosotros podemos sentirnos incómodos o raros hablando sobre este tema. Esa reacción es normal. Normalmente, no solemos hablar sobre estas cuestiones en grupos grandes. No obstante, al conocer este proceso tan normal aquí en un espacio seguro, les resultará más cómodo hablar sobre los cambios con sus niñas y niños adolescentes.

Análisis (25 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Qué entienden por el término “pubertad”?

Cuando los padres hayan respondido, si es necesario, **AÑADA LO SIGUIENTE:**

- La pubertad es un proceso de cambio hormonal y físico mediante el cual un niño o una niña adquiere la capacidad para reproducirse. Normalmente, dura entre uno y tres años. Se produce durante el período de la adolescencia, cuando las niñas y los niños atraviesan un crecimiento social y emocional, y esta dura de los 10 a los 19 años.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Por qué creen que las niñas pueden verse privadas de ciertos espacios u oportunidades durante este período?



DIGA LO SIGUIENTE: Esto puede deberse a la manera en la que se percibe a las niñas en la comunidad o a los miedos relacionados con su seguridad o su honor. Hoy queremos analizar algunas de estas perspectivas y conocer cuáles son sus opiniones sobre este tema.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Alguien se acuerda de cómo fue su pubertad?
- ¿Qué restricciones o cambios experimentaron en sus roles y responsabilidades cotidianas?
- ¿Cuáles fueron algunas de las restricciones o los cambios en las funciones o responsabilidades cotidianas de sus hermanas?



HAGA LO SIGUIENTE: Utilice una impresión en tamaño grande de la escala de Tanner⁴¹ para explicar las diferentes etapas de la adolescencia. La escala de Tanner explica las diferentes etapas físicas, de modo que puede utilizar la información que en ella se incluye y los conceptos que figuran a continuación para explicar las etapas emocionales.



HAGA LO SIGUIENTE: Pida a los participantes que se acerquen al cartel (o reparta fichas para grupos más pequeños).

41 <https://www.advocatesforyouth.org/wp-content/uploads/storage/advfy/lesson-plans/lesson-plan-puberty-part-i-and-ii.pdf>



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- Las adolescentes, al igual que los niños, sufren diferentes cambios físicos y emocionales durante esta etapa. Estos cambios pueden deberse a la presencia de mensajeros químicos en sus cuerpos, que se denominan hormonas. Estas hormonas afectan a nuestro estado de ánimo, nuestros gustos y aversiones, así como a nuestro crecimiento y nuestro desarrollo en los planos físico y mental.
- Por ejemplo, en la adolescencia temprana (de los 10 a los 14 años), las niñas, al igual que los niños, adquieren habilidades mejoradas para expresarse y establecer relaciones cercanas, mientras que prestan menos atención a sus cuidadores. En ocasiones, pueden mostrar un comportamiento grosero y también infantil de nuevo.
- **[Si es posible, AÑADA LO SIGUIENTE:]** Las niñas también pueden empezar a desarrollar senos o a menstruar y es posible que les crezca vello púbico. Los niños pueden experimentar un crecimiento repentino y también les puede crecer el vello púbico. (Muestre ejemplos de ello con la escala de Tanner).
- En la adolescencia tardía (de los 15 a los 19 años), al igual que los niños, quieren más independencia y prestan más atención a su aspecto (porque su cuerpo está cambiando); también tienen cada vez más capacidad para procesar ideas y expresarlas con palabras. Es posible que comiencen a mostrar interés por las personas del sexo opuesto o del mismo sexo*. Tienen la capacidad de tomar decisiones independientes y también de mostrar una mayor estabilidad emocional. El desarrollo mental de las niñas y los niños continuará hasta bien entrada la edad adulta.
- Estos cambios les suceden a todos los niños y las niñas del mundo. Puede que existan diferencias en la edad a la que esto se produce y en cómo se desarrollan.
- Dado que las personas se desarrollan a diferentes ritmos, no existe ninguna respuesta correcta ni incorrecta con respecto al momento en el que una niña debería empezar a menstruar. Normalmente, esto ocurre aproximadamente dos años después de que aparezcan los primeros signos de la pubertad. Si las niñas no han desarrollado ningún signo de pubertad a los 14 años, es conveniente que reciban apoyo para acudir a un profesional de la salud, y si las niñas no han empezado a menstruar a los 16 años, también deberían recibir apoyo para que un profesional de la salud les ofrezca consejo. Es probable que a las niñas se les diga que esperen, ya que en muchos casos la menstruación empieza de forma natural a los 18 años⁴².



*Orientación sexual e identidad de género:

En esta etapa de la vida, los adolescentes empiezan a explorar sus identidades, y esto abarca muchos aspectos diferentes de sus vidas. También puede incluir la comprensión de por quién se sienten atraídos, ya sean personas del sexo opuesto, del mismo sexo o de ambos.

En la primera sesión, hablamos sobre las personas transgénero. Una vez más, como los adolescentes están explorando su identidad, esto puede incluir también la exploración de su identidad de género. Esto implica que su identidad de género puede ser la misma que la del sexo asignado al nacer, por ejemplo, las mujeres que se identifican como mujeres, o puede ser diferente, como en el caso de las personas transgénero.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Qué acontecimientos pueden haberse producido en su vida en ese momento que hayan influido en su crecimiento o desarrollo?
- ¿Y en la de las mujeres de su familia? ¿Qué recuerda de sus experiencias de la adolescencia?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Las adolescentes pueden compartir cambios físicos y emocionales comunes, pero sus experiencias, entornos y ambientes también desempeñan un papel importante en la forma en que se producen estos cambios, lo que hace que la experiencia de cada niña sea única, a pesar de algunas de las similitudes que hemos mencionado. Las adolescentes con diferentes experiencias vitales



***Masturbación:** Las hormonas que provocan que una persona atraviese la pubertad también provocan nuevos sentimientos y deseos sexuales o los aumentan. Esto puede hacer que alguien desarrolle nuevos sentimientos románticos hacia otras personas.

Estas hormonas pueden hacer que algunas personas opten por tocarse los genitales por placer, lo que se denomina masturbación. La masturbación no puede perjudicar a una persona físicamente y es una decisión personal.

42 Existen algunos trastornos genéticos raros —por ejemplo, el síndrome de Kallman y el síndrome de Klinefelter— que pueden impedir los cambios corporales de la adolescencia o la pubertad. Estos trastornos se pueden tratar con apoyo médico. Además, puede haber otros motivos médicos por los que los cambios corporales de la pubertad o la adolescencia se retrasen, de modo que hablen con sus hijas para comprobar si les gustaría recibir asesoramiento médico si esto les preocupa.

se desarrollarán y crecerán a diferentes edades debido a estos factores. Por ejemplo, casarse a una edad temprana puede significar que las niñas deben aprender rápidamente a lidiar con las responsabilidades adultas en comparación con las niñas que no se casan a la misma edad. Además, existen diferentes factores (como el desplazamiento, la guerra, etc.) que pueden contribuir al desarrollo o la limitación de las capacidades de las niñas. Aunque las niñas pueden adaptarse a esta situación y lidiar con ella de muchas maneras, es importante recordar que aún están creciendo y desarrollándose de otras maneras que pueden no ser visibles para nosotros y que pueden ejercer presión sobre ellas.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Qué edad tenía su esposa o pareja cuando contrajeron matrimonio u otro tipo de unión?
- ¿Qué tipo de información o apoyo le habría resultado útil recibir a ella sobre los cambios físicos y emocionales que pueda haber experimentado durante la adolescencia y el matrimonio en ese momento?



DIGA LO SIGUIENTE: Ayudar a las niñas durante la adolescencia es, en general, muy importante, y las niñas casadas necesitan un apoyo adicional porque se espera que asuman roles y responsabilidades adultos antes de que sean totalmente capaces de ello. Ayudarlas a acceder a información sobre los cambios en su cuerpo, el embarazo y las relaciones sanas les ayudará a tomar mejores decisiones para ellas y para su familia. En el caso de las niñas que se mudan con su familia política, el apoyo continuo por parte de su cuidador o cuidadora (así como de su madre) es fundamental para garantizar su salud y su bienestar en la transición a la edad adulta.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Pueden pensar en formas de apoyar a una niña cuando esta contrae matrimonio?

Actividades (1 hora y 15 minutos)



NOTA ESPECIAL: En su contexto, si no es adecuado proporcionar esta información, puede ignorar la actividad 1 y pasar a la actividad 2.

Actividad 1: Mitos y realidades sobre la menstruación (40 minutos)



NOTA: Considere la opción de preguntar a los hombres si están dispuestos y abiertos a hablar sobre el tema de la menstruación. Si hay hombres que muestran una gran reticencia y dicen que no pueden hablar sobre ello, pase a la actividad 2.



DIGA LO SIGUIENTE:

- Un momento decisivo de la adolescencia es aquel en el que las niñas empiezan a menstruar. A menudo, esto supone algunos retos para las mujeres y las niñas. Algunos de ellos pueden estar relacionados con el hecho de entender qué les está ocurriendo y con la gestión de algunos síntomas, mientras que otros pueden estar relacionados con el apoyo que la comunidad ofrece (o no) a las niñas que menstrúan.
- Los cuidadores pueden ser una fuente de apoyo y fortaleza, especialmente para las niñas recién casadas que menstrúan en un nuevo entorno diferente al que están acostumbradas. Hablar con las niñas recién casadas sobre la menstruación les permite saber que están a su disposición para ayudarlas y las ayuda a entender cómo lidiar con la menstruación en su nuevo entorno.
- En pequeños grupos, vamos a debatir lo que la menstruación significa para las mujeres y las niñas de esta comunidad.



HAGA LO SIGUIENTE: Pida a los cuidadores que trabajen en pequeños grupos y que piensen en las siguientes preguntas:

- ¿Es habitual hablar sobre la menstruación en la comunidad? ¿Por qué?
- ¿Qué trato reciben las mujeres y las niñas cuando están menstruando?
- ¿Qué ayuda ofrecen a las niñas casadas para gestionar su ciclo mensual?



HAGA LO SIGUIENTE: Cuando hayan terminado de hablar, pídales que compartan sus reflexiones con el resto del grupo.



DIGA LO SIGUIENTE:

- Si se proporciona el apoyo y la información adecuados, la menstruación puede ser fácil de gestionar, y es completamente posible continuar con las rutinas cotidianas normales. No obstante, puede generar dificultades cuando las mujeres y las niñas no tienen acceso a productos sanitarios ni formas de gestionar los síntomas de la menstruación. Es importante comprobar cómo se encuentran las niñas casadas para ver si pueden hacer algo para facilitarles el acceso a la información y los suministros.
- En ocasiones, puede resultar complicado tener acceso a información práctica sobre la menstruación, de manera que es importante conocer las realidades y los mitos (información que no es correcta) y ayudar a que las niñas dispongan de la información correcta.



DIGA LO SIGUIENTE:

- Ahora, vamos a jugar a un juego sobre algunos mitos habituales sobre el período que pueden desmontar para nosotros mismos y para las niñas. Voy a leer algunos enunciados sobre la menstruación.
- Levántense si creen que el enunciado es cierto. Permanezcan sentados si creen que el enunciado es un mito.



NOTA: Una actividad alternativa si los cuidadores no pueden o no se sienten cómodos levantándose y sentándose es la siguiente: Proporcione a los cuidadores dos carteles; una cruz "x" y una marca de verificación "✓". Pídeles que levanten el signo que refleje su opinión.



HAGA LO SIGUIENTE:

- Lea los enunciados que figuran a continuación uno por uno o invite a los cuidadores a compartir sus creencias sobre la menstruación.
- Espere a que los cuidadores se pongan de pie, se sienten o levanten sus carteles.
- Recoja algunas respuestas de los cuidadores sobre los motivos de su postura y luego explique la respuesta correcta después de cada enunciado.
- Facilite el debate después de cada uno según sea necesario.

Realidades y mitos

(Se necesita **CONTEXTUALIZACIÓN:** Incluir los mitos locales pertinentes)

1. El sangrado durante el período es la descarga de "sangre mala y sucia" del cuerpo. (Falso)
2. Durante la menstruación, las niñas pueden seguir practicando sus actividades cotidianas con normalidad. (Verdadero)
3. Cuando las niñas empiezan a menstruar, pueden quedarse embarazadas. (Verdadero)
4. Que puedan quedarse embarazadas no significa que los cuerpos de las niñas estén preparados para el embarazo. (Verdadero)
5. Cuando una niña está menstruando, no debería tocar nada, ya que está sucia. (Falso)



NOTA ESPECIAL: Puede que los hombres digan que las mujeres no están limpias cuando están con el período porque, en el islam, una niña no puede rezar si tiene el período y se considera "impura". La "pureza" es un término religioso que se utiliza cuando se considera que los hombres y las mujeres están "física y espiritualmente preparados" para llevar a cabo ciertos deberes o rituales religiosos, mientras que el término "limpieza" está relacionado con la higiene. Aclare la diferencia entre "pureza" y "limpieza". Puede explicarlo utilizando el siguiente lenguaje:



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Existe una diferencia entre "pureza" y "limpieza". Si la religión considera que una niña no es "pura" cuando tiene el período y que no puede llevar a cabo ciertas prácticas, esto no significa que esté sucia. La "limpieza" está relacionada con la higiene. Cuando las niñas tienen el período, no están sucias. Esta es una parte normal de ser una niña o una mujer. Simplemente deben poder mantener la limpieza de sus cuerpos, igual que todas las personas independientemente de si tienen el período o no, de si son niñas, mujeres, niños u hombres. De lo contrario, podemos contraer infecciones y enfermarnos.

 **NOTA:** Puede que algunos cuidadores no se den cuenta de que estos mitos son realmente mitos. Es posible que necesiten información adicional.

 **HAGA LO SIGUIENTE:** Con el cartel sobre los órganos internos y el ciclo menstrual (recursos 4.3 y 4.4) y el modelo médico del apartado reproductor femenino, si dispone de uno, señale los diferentes órganos y explique lo siguiente a los cuidadores:



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- Todos los meses, uno de los óvulos abandona uno de los ovarios y se desplaza a través de la trompa de Falopio. El momento en el que el óvulo abandona el ovario se denomina ovulación. Cada persona sangra en días diferentes en función de si su ciclo es largo o corto.
- Al mismo tiempo, los cambios en las hormonas del cuerpo (sustancias químicas naturales que produce nuestro cuerpo) preparan el útero (la parte en la que se desarrollan los bebés dentro de nuestro cuerpo) para el embarazo. En el útero se forma un revestimiento blando y esponjoso.
- Si un óvulo y un espermatozoide de un varón se unen para formar un bebé, el revestimiento le proporcionará nutrición. Si el espermatozoide de un varón no fecunda el óvulo (a raíz de una relación sexual), el revestimiento uterino empezará a desprenderse y el óvulo y el revestimiento se expulsarán del cuerpo a través del útero.
- La sangre que se libera del revestimiento desprendido fluye hacia el exterior a través de la vagina. Este sangrado es el período menstrual y a este ciclo completo se le denomina menstruación.

 **HAGA LO SIGUIENTE:** Compruebe si los cuidadores tienen alguna pregunta. Si tienen preguntas que ustedes no se sienten capaces de responder, díganles: “Tomaré nota, lo comprobaré y les responderé la próxima vez, ¿vale?”. Después, realice un seguimiento y busque la ayuda pertinente para poder responder a las preguntas de los cuidadores o para poder remitirles a una persona que pueda hacerlo.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- La menstruación es el desprendimiento normal y sano de sangre y tejido desde el útero que sale del cuerpo a través de la vagina. La sangre y el tejido que se desprenden no están sucios, sino que constituyen un proceso normal y sano que experimentan las mujeres y las niñas.
- Es cierto que las niñas pueden quedarse embarazadas cuando empiezan a menstruar. No obstante, los cuerpos de las niñas todavía están en proceso de desarrollo y no están totalmente desarrollados hasta que alcanzan los 18 años. Incluso después de los 18 años, algunos órganos siguen desarrollándose. Quedarse embarazada cuando el cuerpo de una niña todavía no está desarrollado aumenta los riesgos de sufrir complicaciones de salud durante el embarazo y el parto, no solo para la niña, sino también para el bebé.
- Las niñas que se quedan embarazadas cuando sus cuerpos no están preparados para llevar un bebé tienen un mayor riesgo de sufrir abortos espontáneos (pérdida involuntaria del bebé) y partos prematuros y de fallecer.
- Además, teniendo en cuenta que las niñas están atravesando un crecimiento emocional y cerebral, deberían esperar a estar preparadas para cuidarse a sí mismas, así como al recién nacido, para poder garantizar una vida segura, sana y feliz para ella y para su familia⁴³.

 **HAGA LO SIGUIENTE:** Deje de recopilar las reflexiones del grupo sobre la información presentada.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Qué información creen que es importante compartir con las niñas y cuál comparten ya?
- ¿Qué ayuda necesitan para ofrecer esta información?
- ¿Qué opinan sobre apoyar a las niñas para que retrasen el embarazo hasta los 18 años?
- ¿Quién proporciona a nuestros hijos esta información?
- ¿Cómo afectan los cambios durante la pubertad de los que hemos hablado y la información que las niñas necesitan en sus necesidades médicas, especialmente sus necesidades de salud sexual y reproductiva?

43 Conjunto de instrumentos del Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF).



DIGA LO SIGUIENTE: Las niñas que se quedan embarazadas después de los 18 años estarán mejor preparadas para lidiar con el embarazo y formar una familia. Tendrán más información sobre sus cuerpos, sabrán cuándo y cómo acceder a los servicios sanitarios y tendrán una mayor capacidad para tomar decisiones bien fundamentadas.

Actividad 2: Apoyar a las niñas durante los cambios emocionales y físicos (35 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE:

- Uno de los mayores cambios que atraviesan las mujeres durante la adolescencia es la menstruación, y este es un proceso muy natural y normal. Este proceso puede ser incómodo para algunas mujeres y niñas si no reciben el apoyo adecuado y no tienen acceso a materiales que las ayuden durante este período. Si obtienen el apoyo adecuado, pueden gestionar de manera satisfactoria sus síntomas y dificultades.
- Como hombres, podemos apoyar a nuestras hijas, a las que están solteras y a las que están casadas y quizás estén intentando lidiar con este proceso en sus nuevos hogares. Los hombres pueden ofrecer apoyo ayudando a las niñas con el acceso a materiales y productos que las ayudarán durante este período.

En el caso de los cuidadores de niñas con discapacidad,



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Se pueden tomar otras medidas para apoyar a las niñas con discapacidad?



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cuáles son algunas de las experiencias que tienen las niñas y las mujeres cuando menstrúan?

(Por ejemplo, estar cansadas, tener dolores menstruales, no tener síntomas, estar aislada, no disponer de los medios adecuados para mantener una limpieza, no tener privacidad, etc.).



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Algunas mujeres y niñas pueden experimentar lo siguiente:

- **Dolor abdominal de ligero a grave.** No todas las mujeres y las niñas lo sufren; cada persona es diferente.
- **Cambios emocionales y cansancio.** (No todas las mujeres y las niñas lo sufren; cada persona es diferente).
- **No disponer de los productos sanitarios adecuados para mantener la ropa limpia.**

[Es posible que la siguiente información necesite una **CONTEXTUALIZACIÓN**.]

- En este entorno, podemos encontrarnos con que se espera que las mujeres y las niñas hagan cola durante largas horas para conseguir alimentos y artículos no alimentarios. Durante la menstruación, el hecho de no tener acceso a materiales sanitarios puede impedirles hacer cola y dar lugar a que no consigan los productos que necesitan.
- Puede que los hombres se encarguen de recoger estos artículos y que no lleven materiales sanitarios para las mujeres y las niñas, y puede que no se hable al respecto debido al tabú o al estigma asociados a la menstruación.
- El tabú y el estigma pueden implicar que las niñas y las mujeres no se puedan lavar o ir a buscar agua durante el día y tengan que ir durante la noche, lo que afecta a su seguridad. Las infraestructuras de agua y saneamiento pueden no ser adecuadas para las necesidades de las mujeres y las niñas, y estas pueden no sentirse cómodas usándolas, sobre todo durante la menstruación. En el caso de las niñas con discapacidad, puede que no sean capaces de acceder a ellas debido a la falta de rampas o de aseos y lavabos adecuados.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cuáles son algunas de las estrategias que ustedes pueden emplear para ayudar a las niñas en este entorno actual?

✓ **HAGA LO SIGUIENTE:** Pida a los participantes que se separen en dos grupos.

- **Grupo 1:** ¿Qué medidas pueden tomar actualmente para gestionar la situación de las niñas que atraviesan cambios físicos y emocionales? (Deben pensar especialmente en sus hijas casadas)
- **Grupo 2:** ¿Qué pueden hacer la comunidad, las autoridades locales o las organizaciones no gubernamentales (ONG) para mejorar la situación de las mujeres y las niñas que tienen estos síntomas?

✱ **NOTA:** Anote sus recomendaciones para la comunidad y las autoridades locales. Deben aportarse sugerencias a las ONG a través de los canales adecuados, los socios en agua, saneamiento e higiene, los aliados de la comunidad y los grupos de coordinación.

En el caso de los cuidadores de niñas con discapacidad,

? **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Existen aspectos concretos que se deban tener en cuenta para las niñas con diferentes discapacidades?

✓ **HAGA LO SIGUIENTE:** Cuente a los cuidadores masculinos lo que hará con esta información que han aportado. Por ejemplo, comparta esta información con su responsable para desarrollar actividades de promoción o para que lo plantee al subgrupo temático sobre violencia de género, etc. Asegúrese de llevar un seguimiento y de cumplir con las acciones con las que se ha comprometido.

AÑADA lo siguiente a las sugerencias de los grupos si resulta pertinente para el contexto:

Dolor e incomodidad:

- Preguntar a las mujeres y las niñas (o pedirle a una mujer de confianza que lo haga) cómo se sienten y si hay algo que puedan hacer para apoyarlas es una buena forma de ver cómo pueden ayudar.
- Es mejor no hacer suposiciones sobre lo que una niña puede o no puede gestionar durante la menstruación.
- Las niñas con discapacidad pueden mostrar diferentes síntomas. Es importante no hacer suposiciones sobre sus experiencias y ayudarlas a comunicar este problema.

Materiales sanitarios:

Las mujeres y las niñas pueden utilizar diferentes materiales durante la menstruación. Podrían preguntar a las mujeres y las niñas (o pedir a una mujer de confianza que lo haga) qué materiales prefieren utilizar las niñas. No tener acceso a materiales sanitarios puede afectar mucho a la asistencia escolar, la confianza y la autoestima. Las niñas pueden verse apartadas y aisladas si no se les proporciona el apoyo adecuado durante este momento tan importante.

- Estos son algunos de los materiales:
- Trozos de tela limpios de trapos o compresas reutilizables
- Compresas o toallitas higiénicas

En el caso de los cuidadores de niñas con discapacidad,



DIGA LO SIGUIENTE: Las niñas y las mujeres con diferentes discapacidades que menstrúan pueden tener necesidades distintas. Las personas con limitaciones de movilidad en la parte superior del cuerpo y los brazos pueden tener dificultades para colocarse los materiales sanitarios de protección en la posición correcta, así como para limpiarse, lavar la ropa y el material.

Las personas con discapacidad visual (ciegas o con visión reducida) pueden experimentar dificultades para saber si se han limpiado completamente y cuánto han manchado. Por otro lado, las personas con deficiencias intelectuales y de desarrollo pueden necesitar ayuda para gestionar la menstruación.

En todos los casos, es importante encontrar un modo de comunicarse de manera eficaz con la niña para saber si se cuida de su seguridad física y emocional, de su comodidad y de su salud.

Mantenimiento de la limpieza:

- Garantizar que las niñas tienen un acceso seguro a espacios en los que pueden limpiarse es importante. Esto incluye ayudarlas a buscar agua, asegurarse de que tienen acceso a jabón y ropa interior seca y limpia, etc.
- De nuevo, las personas de confianza de las niñas con discapacidad deben preguntarles qué tipo de ayuda necesitan durante este período.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Creen que esta información es importante para ustedes como hombres? ¿Por qué?

AÑADA cualquiera de los siguientes ejemplos si resulta pertinente en el contexto:

- Como hombres de nuestra sociedad, tenemos control sobre muchos aspectos en nuestro hogar, en particular, la manera en la que se asigna el dinero y las funciones que desempeñan las mujeres y las niñas. Por lo tanto, garantizar que los hombres dispongan de información sobre las necesidades de las mujeres y las niñas durante este período es importante; debemos saber qué recursos deberían asignarse a las necesidades básicas de las niñas, para que estas no tengan que recurrir a métodos antihigiénicos o arriesgados para cuidar de sí mismas.
- Las niñas que se están desarrollando no son todavía completamente adultas. Todavía deben atravesar muchos cambios antes de desarrollarse y madurar completamente.
- Las niñas no están preparadas para contraer matrimonio porque hayan empezado menstruar. Aún están creciendo y desarrollándose, y este proceso continúa mucho después de la adolescencia.
- En el caso de las niñas ya casadas, es importante concienciarlas sobre los riesgos de quedarse embarazadas antes de los 18 años. Esto aumenta los riesgos de sufrir complicaciones médicas y puede tener un efecto devastador para ella y para su bebé.



NOTA: Para obtener más información sobre el apoyo de las niñas con discapacidad durante la menstruación, véase el [Menstrual Hygiene Management Toolkit in Emergencies](#)⁴⁴. Véase también el documento [Guidance on Menstrual Health & Hygiene del UNICEF](#).⁴⁵

Mensaje clave



DIGA LO SIGUIENTE: Aunque puede resultar incómodo o poco habitual hablar sobre estos temas, es importante que las niñas conozcan sus cuerpos y los cambios que están experimentando. Esta información puede resultar muy útil si proviene de un cuidador, alguien en quien la niña confíe. Además, existen otras personas que pueden ofrecer a las niñas información precisa, como aquellas presentes en el espacio seguro o en un centro de salud. Se debe alentar a las niñas a conocer sus cuerpos independientemente de si están casadas, solteras o divorciadas, o de si tienen una discapacidad. Si le resulta cómodo proporcionar esta información directamente a las niñas, debería encontrar a una persona en la que la niña confíe para que le proporcione esta información.

44 <https://www.rescue.org/sites/default/files/document/2113/themhminemergenciestoolkitfullguide.pdf>

45 [Guidance on Menstrual Health & Hygiene del UNICEF](#)

Comprobación (5 minutos)

PREGUNTE a los cuidadores qué les ha parecido la sesión y si quieren que se realice algún cambio para la siguiente. (Es importante que reaccione ante los cambios sugeridos por los cuidadores, así como que explique las razones por las que no son posibles).

RECUERDE a los cuidadores que pueden dejar valoraciones en la caja de comentarios y que usted estará disponible al final de la sesión para hablar con ellos si es necesario.

 **NOTA:** Invite a los cuidadores que tengan preguntas sobre la menstruación o necesiten más información para fomentar la salud de su hija a quedarse después de la sesión para obtener más información.

Conclusión (5 minutos)

 **DIGA LO SIGUIENTE:** Compartan con las niñas (o las mujeres) la información de la sesión con la que se sientan cómodos. Si no se sienten cómodos, piensen en el motivo y en la siguiente sesión hablaremos sobre cómo garantizar que las niñas obtienen esta información.

 **NOTA PARA LOS FACILITADORES: PARA LA SIGUIENTE SESIÓN**

- ☐ Si es posible, adquiera kits de higiene femenina antes de la sesión para las mujeres y las niñas que puedan entregarles sus cuidadores masculinos (si aún no los han recibido).

SESIÓN 5:

EL APOYO DE LAS ADOLESCENTES

(Cuidadores de niñas solteras)

Objetivos de la sesión:

Al final de la sesión, los cuidadores:

1. Obtendrán información sobre los cambios físicos y emocionales que atraviesan las niñas durante la adolescencia.
2. Aprenderán a favorecer el bienestar físico y emocional de las niñas durante este período.
3. Ayudarán a las niñas a recibir información sobre salud sexual y reproductiva y serán capaces de proporcionarles información básica sobre este tema.

Materiales:

- ☐ papel de rotafolio
- ☐ rotuladores
- ☐ materiales para la demostración de higiene menstrual (por ejemplo, compresas higiénicas, un paño reutilizable, etc.)
- ☐ recursos 4.1 a 4.4
- ☐ recursos 5.1 a 5.2

Preparación:

- Si los cuidadores tienen hijas con discapacidad, prepárese con información pertinente para las niñas con discapacidad, hable con las organizaciones asociadas que se ocupan de la discapacidad en el plano local para comprobar si puede realizar alguna remisión. A lo largo de toda la sesión, se incluye información relacionada con la discapacidad en cuadros.
- Es posible que los facilitadores encuentren cierta reticencia por parte de los cuidadores al intentar animarlos a comunicar a las niñas la información sobre salud sexual y reproductiva de los adolescentes. Es importante que los facilitadores consulten el **apéndice A14** de la parte 1 de Las Niñas Brillan sobre la presentación de temas relacionados con esta cuestión a los cuidadores antes de la sesión.
- Reparta kits de higiene femenina, si están disponibles.
- Para la actividad 2, prepárese con el recurso 5.1 para poder compartir información con los participantes sobre los diferentes métodos anticonceptivos. Asegúrese de comprobar que los métodos de los que habla estén disponibles en su contexto.
- Consulte los **apéndices 1 y 2** correspondientes a la parte 3 del programa de formación para cuidadores Las Niñas Brillan sobre respuestas reticentes habituales y pasos para hacer frente a los daños a fin de prepararse para posibles debates delicados.

Nota para el facilitador:

- Dado que se trata de un tema delicado, es importante recordar a los cuidadores el “acuerdo grupal” (sesión 1) y preguntarles si les gustaría añadir nuevos acuerdos específicos para esta sesión.
- Legislación local frente a estatutos culturales: aclaración de los derechos de las adolescentes a los servicios de anticoncepción.
- Muchas personas no conocen las legislaciones relativas a los derechos de los adolescentes a los servicios de anticoncepción. En muchos países del mundo, las jóvenes solteras pueden acceder legalmente a servicios de anticoncepción y no necesitan el consentimiento de su pareja ni de su progenitor para ello. Compruebe las legislaciones nacionales y locales y ayude a aclarar los malentendidos entre los participantes.
- Es posible que los cuidadores deseen obtener más información sobre los métodos anticonceptivos y otra información relacionada con la planificación familiar o las infecciones de transmisión sexual (ITS), pero son temas que no se tratan en esta sesión. Existen multitud de recursos incluidos en el programa Las niñas brillan a los que puede recurrir para presentar una sesión independiente. Estos se pueden encontrar en la parte 2 de Las niñas brillan.

Duración: 2 horas

Momento: Antes de iniciar el módulo sobre higiene y salud del programa de formación sobre competencias para la vida de Las Niñas Brillan.

Bienvenida y examen (15 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Qué información compartieron con las niñas o las mujeres de la última sesión? ¿Qué información no compartieron y por qué motivos?



DIGA LO SIGUIENTE: Hoy seguiremos con la conversación, obtendremos nueva información y analizaremos sus perspectivas y opiniones con respecto al tema. Además, hablaremos sobre cómo podemos ayudar a las niñas a acceder a la información y la asistencia sobre este tema.

Análisis (10 minutos)



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- Los cambios que las niñas atraviesan pueden suponer ciertos retos. Algunos de ellos pueden estar relacionados con el hecho de entender qué les está ocurriendo y con la gestión de estos nuevos cambios físicos y emocionales, mientras que otros pueden estar relacionados con el apoyo que la comunidad ofrece (o no) a las niñas que atraviesan estos cambios.
- Los cuidadores pueden ser una fuente de apoyo y fortaleza cuando las niñas atraviesan esta etapa de la vida. Hablar con las niñas o las mujeres sobre sus necesidades y ofrecerles apoyo puede ser una buena forma de ayudarlas durante este período.

Actividades (1 hora y 20 minutos)

Actividad 1: Apoyar a las niñas durante los cambios emocionales y físicos (35 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE:

- Uno de los mayores cambios que atraviesan las mujeres durante la adolescencia es la menstruación, y este es un proceso muy natural y normal. Este proceso puede ser incómodo para algunas mujeres y niñas si no reciben el apoyo adecuado y no tienen acceso a materiales que las ayuden durante este período. Si obtienen el apoyo adecuado, pueden gestionar de manera satisfactoria sus síntomas y dificultades.
- Como hombres, podemos apoyar a nuestras hijas, a las que están solteras y a las que están casadas y quizás estén intentando lidiar con este proceso en sus nuevos hogares. Los hombres pueden ofrecer apoyo ayudando a las niñas con el acceso a materiales y productos que las ayudarán durante este período.

En el caso de los cuidadores de niñas con discapacidad,



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Se pueden tomar otras medidas para apoyar a las niñas con discapacidad?



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cuáles son algunas de las experiencias que tienen las niñas y las mujeres cuando menstrúan? (Por ejemplo, estar cansadas, tener dolores menstruales, no tener síntomas, estar aislada, no disponer de los medios adecuados para mantener una limpieza, no tener privacidad, etc.).



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Algunas mujeres y niñas pueden experimentar lo siguiente:

- Dolor abdominal de ligero a grave. No todas las mujeres y las niñas lo sufren; cada persona es diferente.
- Cambios emocionales y cansancio. (No todas las mujeres y las niñas lo sufren; cada persona es diferente).
- No disponer de los productos sanitarios adecuados para mantener la ropa limpia.

[Es posible que la siguiente información necesite una **CONTEXTUALIZACIÓN**.]

- En este entorno, podemos encontrarnos con que se espera que las mujeres y las niñas hagan cola durante largas horas para conseguir alimentos y artículos no alimentarios. Durante la menstruación, el hecho de no tener acceso a materiales sanitarios puede impedirles hacer cola y dar lugar a que no consigan los productos que necesitan.
- Puede que los hombres se encarguen de recoger estos artículos y que no lleven materiales sanitarios para las mujeres y las niñas, y puede que no se hable al respecto debido al tabú o al estigma asociados a la menstruación.
- El tabú y el estigma pueden implicar que las niñas y las mujeres no se puedan lavar o ir a buscar agua durante el día y tengan que ir durante la noche, lo que afecta a su seguridad. Las infraestructuras de agua y saneamiento pueden no ser adecuadas para las necesidades de las mujeres y las niñas, y estas pueden no sentirse cómodas usándolas, sobre todo durante la menstruación. En el caso de las niñas con discapacidad, puede que no sean capaces de acceder a ellas debido a la falta de rampas o de aseos y lavabos adecuados.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cuáles son algunas de las estrategias que ustedes pueden emplear para ayudar a las niñas en este entorno actual?



HAGA LO SIGUIENTE: Pida a los participantes que se separen en dos grupos.

- **Grupo 1:** ¿Qué medidas pueden tomar actualmente para gestionar la situación de las niñas que atraviesan cambios físicos y emocionales? (Deben pensar especialmente en sus hijas casadas)
- **Grupo 2:** ¿Qué pueden hacer la comunidad, las autoridades locales o las organizaciones no gubernamentales (ONG) para mejorar la situación de las mujeres y las niñas que tienen estos síntomas?



NOTA: Anote sus recomendaciones para la comunidad y las autoridades locales. Deben aportarse sugerencias a las ONG a través de los canales adecuados, los socios en agua, saneamiento e higiene, los aliados de la comunidad y los grupos de coordinación.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Existen aspectos concretos que se deban tener en cuenta para las niñas con diferentes discapacidades?



HAGA LO SIGUIENTE: Cuente a los cuidadores masculinos lo que hará con esta información que han aportado. Por ejemplo, comparta esta información con su responsable para desarrollar actividades de promoción o para que lo plantee al subgrupo temático sobre violencia de género, etc. Asegúrese de llevar un seguimiento y de cumplir con las acciones con las que se ha comprometido.

AÑADA lo siguiente a las sugerencias de los grupos si resulta pertinente para el contexto:

Dolor e incomodidad:

- Preguntar a las mujeres y las niñas (o pedirle a una mujer de confianza que lo haga) cómo se sienten y si hay algo que puedan hacer para apoyarlas es una buena forma de ver cómo pueden ayudar.
- Es mejor no hacer suposiciones sobre lo que una niña puede o no puede gestionar durante la menstruación.
- Las niñas con discapacidad pueden mostrar diferentes síntomas. Es importante no hacer suposiciones sobre sus experiencias y ayudarlas a comunicar este problema.

Materiales sanitarios:

Las mujeres y las niñas pueden utilizar diferentes materiales durante la menstruación. Podrían preguntar a las mujeres y las niñas (o pedir a una mujer de confianza que lo haga) qué materiales prefieren utilizar las niñas. No tener acceso a materiales sanitarios puede afectar mucho a la asistencia escolar, la confianza y la autoestima. Las niñas pueden verse apartadas y aisladas si no se les proporciona el apoyo adecuado durante este momento tan importante.

Estos son algunos de los materiales:

- Trozos de tela limpios de trapos o compresas reutilizables
- Compresas o toallitas higiénicas

Mantenimiento de la limpieza:

- Garantizar que las niñas tienen un acceso seguro a espacios en los que pueden limpiarse es importante. Esto incluye ayudarlas a buscar agua, asegurarse de que tienen acceso a jabón y ropa interior seca y limpia, etc.
- De nuevo, las personas de confianza de las niñas con discapacidad deben preguntarles qué tipo de ayuda necesitan durante este período.

En el caso de los cuidadores de niñas con discapacidad,



DIGA LO SIGUIENTE: Las niñas y las mujeres con diferentes discapacidades que menstrúan pueden tener necesidades distintas. Las personas con limitaciones de movilidad en la parte superior del cuerpo y los brazos pueden tener dificultades para colocarse los materiales sanitarios de protección en la posición correcta, así como para limpiarse, lavar la ropa y el material.

Las personas con discapacidad visual (ciegas o con visión reducida) pueden experimentar dificultades para saber si se han limpiado completamente y cuánto han manchado. Por otro lado, las personas con deficiencias intelectuales y de desarrollo pueden necesitar ayuda para gestionar la menstruación.

En todos los casos, es importante encontrar un modo de comunicarse de manera eficaz con la niña para saber si se cuida de su seguridad física y emocional, de su comodidad y de su salud.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Creen que esta información es importante para ustedes como hombres? ¿Por qué?

AÑADA cualquiera de los siguientes ejemplos si resulta pertinente en el contexto:

- Como hombres de nuestra sociedad, tenemos control sobre muchos aspectos en nuestro hogar, en particular, la manera en la que se asigna el dinero y las funciones que desempeñan las mujeres y las niñas. Por lo tanto, garantizar que los hombres dispongan de información sobre las necesidades de las mujeres y las niñas durante este período es importante; debemos saber qué recursos deberían asignarse a las necesidades básicas de las niñas, para que estas no tengan que recurrir a métodos antihigiénicos o arriesgados para cuidar de sí mismas.
- Las niñas que se están desarrollando no son todavía completamente adultas. Todavía deben atravesar muchos cambios antes de desarrollarse y madurar completamente.
- Las niñas no están preparadas para contraer matrimonio porque hayan empezado menstruar. Aún están creciendo y desarrollándose, y este proceso continúa mucho después de la adolescencia.
- En el caso de las niñas ya casadas, es importante concienciarlas sobre los riesgos de quedarse embarazadas antes de los 18 años. Esto aumenta los riesgos de sufrir complicaciones médicas y puede tener un efecto devastador para ella y para su bebé.



NOTA: Para obtener más información sobre el apoyo de las niñas con discapacidad durante la menstruación, véase el [Menstrual Hygiene Management Toolkit in Emergencies](#)⁴⁶. Véase también el documento [Guidance on Menstrual Health & Hygiene del UNICEF](#)⁴⁷.

Actividad 2: Apoyar el uso de anticonceptivos (45 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Hemos hablado de que cuando las niñas contraen matrimonio, esto no implica que estén preparadas para tener hijos inmediatamente. Queremos entender mejor quién toma esas decisiones y qué opciones existen de retrasar el embarazo.



HAGA LO SIGUIENTE: En grupos, pida a los cuidadores que hablen sobre las preguntas siguientes.

- Cuando eran niños, ¿qué sabían sobre el embarazo y sobre cómo se produce?
- ¿Quién les proporcionó esta información?
- ¿Qué información creen que sigue faltando?
- ¿Qué sabían sobre planificación familiar y los diferentes métodos?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- Aunque tener un bebé puede ser una experiencia transformadora y estupenda, también puede resultar perjudicial tanto para la madre como para el bebé si la madre tiene menos de 18 años. Esto ocurre porque el cuerpo de una niña no está completamente desarrollado para poder tener un hijo y puede derivar en complicaciones durante el embarazo o el parto.
- Existen otros motivos por los que las personas pueden optar por esperar a tener hijos. Puede que quieran terminar sus estudios y no sean plenamente conscientes de cómo se cuida a un bebé. Puede que su familia ya tenga tantos niños que no quieran tener más o puede que les resulte muy costoso. Puede que la muerte de su madre provoque que no quieran tener hijos.
- Todas las personas tienen derecho a elegir cuántos niños tener, cuándo y qué método anticonceptivo desean utilizar.

46 <https://www.rescue.org/sites/default/files/document/2113/themhminemergenciestoolkitfullguide.pdf>

47 <https://www.unicef.org/media/91341/file/UNICEF-Guidance-menstrual-health-hygiene-2019.pdf>



DIGA LO SIGUIENTE: Analizaremos varios escenarios y veremos si pensamos que la pareja debería utilizar métodos de planificación familiar o no.



HAGA LO SIGUIENTE: Divida a los hombres en dos grupos y proporcione a cada grupo un escenario. Pídeles que hablen sobre el escenario y respondan estas dos preguntas:

1. ¿Debería la pareja de su escenario tener un bebé?
2. ¿Cuál es el momento adecuado para que tengan bebés?

[Los escenarios necesitan una **CONTEXTUALIZACIÓN**]:

Escenario 1

Alan y Beatrice son pareja o marido y mujer desde hace dos meses. Ella tiene 17 años. Alan quiere empezar a tener niños. ¿Deberían tener un bebé o deberían utilizar métodos de prevención?

(Respuesta recomendada: Si una niña se queda embarazada con 17 años, puede ser peligroso para la madre y el bebé, pues la madre no está completamente desarrollada).

Escenario 2

Farah y Amir viven en una casa pequeña con muchas personas. Están tratando de mudarse a otro lugar para vivir con menos personas y poder formar una familia, pero no saben cuándo lo harán.

(Respuesta recomendada: Si la mujer se queda embarazada ahora, esto podría causar un estrés y una presión adicionales por su situación actual en cuanto a la vivienda).

Escenario 3

Mira tiene 15 años y lleva casada seis meses. Ella sigue yendo a la escuela y completando su educación. No tienen hijos todavía, pero en el futuro planean tener una familia.

(Respuesta recomendada: Mira debería completar toda la educación que pueda conseguir y esperar hasta que su cuerpo esté completamente desarrollado antes de quedarse embarazada).



HAGA LO SIGUIENTE: Pida al grupo que comparta sus opiniones con el grupo en general.



NOTA: Este debate puede ser delicado. El facilitador debe consultar los apéndices 1 y 2 correspondientes a la parte 3 del programa de formación para cuidadores Las Niñas Brillan para obtener orientaciones adicionales sobre cómo lidiar con situaciones difíciles.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Quién es normalmente responsable de tomar anticonceptivos? (La mayoría de los métodos anticonceptivos los usan las mujeres, solo unos pocos los utilizan los hombres).
- ¿Cuáles pueden utilizar los hombres? (Preservativos).
- ¿Cuáles creen que son algunas de las dificultades a las que se puede enfrentar una persona al intentar poner en práctica la planificación familiar? (P. ej., la falta de información o acceso a los métodos anticonceptivos, las percepciones o sospechas con respecto a estos, las creencias religiosas y la poca disposición por parte de uno de los cónyuges).
- Si una mujer quiere tener acceso a métodos anticonceptivos, ¿cómo pueden ayudarla los hombres? (Por ejemplo, asegurarse de que puede acceder al centro de salud y obtener anticonceptivos en un centro de salud oficial, hablar sobre planes e ideas sobre planificación familiar juntos, compartir información sobre los métodos que conoce y hablar sobre cuál es el que mejor se adapta a la pareja, permitir que la mujer utilice anticonceptivos si así lo desea, etc.).

Mensaje clave



DIGA LO SIGUIENTE: Es mejor que las niñas hablen con un familiar seguro, en lugar de que obtengan información errónea de sus iguales u otros adultos. Podemos ponerles en contacto con los proveedores de atención de salud de sus comunidades si tienen más preguntas o si su hija tiene problemas de salud actualmente.

Comprobación (5 minutos)

PREGUNTE a los cuidadores qué les ha parecido la sesión y si quieren que se realice algún cambio para la siguiente. (Es importante que reaccione ante los cambios sugeridos por los cuidadores, así como que explique las razones por las que no son posibles).

RECUERDE a los cuidadores que pueden dejar valoraciones en la caja de comentarios y que usted estará disponible al final de la sesión para hablar con ellos si es necesario.

Conclusión (5 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Intenten hablar con las niñas sobre las diferentes formas en las que pueden hablar con ustedes si necesitan conversar sobre algo en privado. Si no es posible hablar con las niñas directamente, pregunten a las mujeres si hay algo que puedan hacer para apoyar a las niñas.



NOTA PARA LOS FACILITADORES PARA LA PRÓXIMA SESIÓN:

- ☐ Lea el apartado de preparación antes de la sesión, incluidos los materiales de lectura adicionales.

SESIÓN 5:

EL APOYO DE LAS ADOLESCENTES

(Cuidadores de niñas casadas)

Objetivos de la sesión:

Al final de la sesión, los cuidadores:

1. Obtendrán información sobre los cambios físicos y emocionales que atraviesan las niñas durante la adolescencia.
2. Aprenderán a favorecer el bienestar físico y emocional de las niñas durante este período.
3. Ayudarán a las niñas a recibir información sobre salud sexual y reproductiva y serán capaces de proporcionarles información básica sobre este tema.

Materiales:

- ☐ papel de rotafolio
- ☐ rotuladores
- ☐ recursos 4.1 a 4.4.
- ☐ recursos 5.1 a 5.2

Preparación:

- Si los cuidadores tienen hijas con discapacidad, prepárese con información pertinente para las niñas con discapacidad, hable con las organizaciones asociadas que se ocupan de la discapacidad en el plano local para comprobar si puede realizar alguna remisión. A lo largo de toda la sesión, se incluye información relacionada con la discapacidad en cuadros.
- Es posible que los facilitadores encuentren cierta reticencia por parte de los cuidadores al intentar animarlos a comunicar a las niñas la información sobre salud sexual y reproductiva de los adolescentes. Es importante que los facilitadores consulten el apéndice A12 de la parte 1 de Las Niñas Brillan sobre la presentación de temas relacionados con esta cuestión a los cuidadores antes de la sesión.
- Para la actividad 1, prepárese con el recurso 5.1 para poder compartir información con los participantes sobre los diferentes métodos anticonceptivos. Asegúrese de comprobar que los métodos de los que habla estén disponibles en su contexto.

Nota para el facilitador:

- Dado que se trata de un tema delicado, es importante recordar a los cuidadores el “acuerdo grupal” (sesión 1) y preguntarles si les gustaría añadir nuevos acuerdos específicos para esta sesión.
- Es posible que los cuidadores deseen obtener más información sobre los métodos anticonceptivos y otra información relacionada con la planificación familiar o las infecciones de transmisión sexual (ITS), pero son temas que no se tratan en esta sesión. Existen multitud de recursos incluidos en el programa Las Niñas Brillan a los que puede recurrir para presentar una sesión independiente. Estos se pueden encontrar en la parte 2 de Las Niñas Brillan.

Duración: 2 horas

Momento: Antes de iniciar el módulo sobre higiene y salud del programa de formación sobre competencias para la vida de Las Niñas Brillan.

Bienvenida y examen (15 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Qué información compartieron con las mujeres o las niñas de la última sesión? ¿Qué información no compartieron y por qué motivos?



DIGA LO SIGUIENTE: Hoy seguiremos con la conversación de la semana pasada, obtendremos nueva información y analizaremos sus perspectivas y opiniones con respecto al tema. Además, hablaremos sobre cómo podemos ayudar a las niñas a acceder a la información y la asistencia sobre este tema.

Análisis (10 minutos)



PIDA a los participantes que piensen en el momento en el que se casaron por primera vez. Pídeles que piensen en lo siguiente:

- La información a la que tenían acceso sobre el sexo, la planificación familiar y los servicios a los que podían acudir para obtener ayuda.
- La información que su pareja tenía sobre el sexo, planificación familiar y los servicios a su disposición.



NOTA: Los participantes no tienen que compartir sus respuestas con el grupo, pero si hay algo que deseen compartir sobre sus reflexiones, pueden hacerlo.



DIGA LO SIGUIENTE: Disponer de información nos aporta un mayor control sobre nuestros cuerpos y nos ayuda a estar mejor informados sobre nuestros derechos y nuestras opciones.

Actividades (1 hora y 25 minutos)

Actividad 1: Apoyar el uso de anticonceptivos (45 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Hemos hablado de que cuando las niñas contraen matrimonio, esto no implica que estén preparadas para tener hijos inmediatamente. Queremos entender mejor quién toma esas decisiones y qué opciones existen de retrasar el embarazo.



HAGA LO SIGUIENTE: En grupos, pida a los cuidadores que hablen sobre las preguntas siguientes.

- Cuando eran niños, ¿qué sabían sobre el embarazo y sobre cómo se produce?
- ¿Quién les proporcionó esta información?
- ¿Qué información creen que sigue faltando?
- ¿Qué sabían sobre planificación familiar y los diferentes métodos?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- Aunque tener un bebé puede ser una experiencia transformadora y estupenda, también puede resultar perjudicial tanto para la madre como para el bebé si la madre tiene menos de 18 años. Esto ocurre porque el cuerpo de una niña no está completamente desarrollado para poder tener un hijo y puede derivar en complicaciones durante el embarazo o el parto.
- Existen otros motivos por los que las personas pueden optar por esperar a tener hijos. Puede que quieran terminar sus estudios y no sean plenamente conscientes de cómo se cuida a un bebé. Puede que su familia ya tenga tantos niños que no quieran tener más o puede que les resulte muy costoso.
- Todas las personas tienen derecho a elegir cuántos niños tener, cuándo y qué método anticonceptivo desean utilizar.



DIGA LO SIGUIENTE: Analizaremos varios escenarios y veremos si pensamos que la pareja debería utilizar métodos de planificación familiar o no.



HAGA LO SIGUIENTE: Divida a los hombres en dos grupos y proporcione a cada grupo un escenario. Pídeles que hablen sobre el escenario y respondan estas dos preguntas:

1. ¿Debería la pareja de su escenario tener un bebé?
2. ¿Cuál es el momento adecuado para que tengan bebés?

[Los escenarios necesitan una **CONTEXTUALIZACIÓN**]:

Escenario 1

Alan y Beatrice son pareja o marido y mujer desde hace dos meses. Ella tiene 17 años. Alan quiere empezar a tener niños. ¿Deberían tener un bebé o deberían utilizar métodos de prevención?

(Respuesta recomendada: Si una niña se queda embarazada con 17 años, puede ser peligroso para la madre y el bebé, pues la madre no está completamente desarrollada).

Escenario 2

Farah y Amir viven en una casa pequeña con muchas personas. Están tratando de mudarse a otro lugar para vivir con menos personas y poder formar una familia, pero no saben cuándo lo harán.

(Respuesta recomendada: Si la mujer se queda embarazada ahora, esto podría causar un estrés y una presión adicionales por su situación actual en cuanto a la vivienda).

Escenario 3

Mira tiene 15 años y lleva casada seis meses. Ella sigue yendo a la escuela y completando su educación. No tienen hijos todavía, pero en el futuro planean tener una familia.

(Respuesta recomendada: Mira debería completar toda la educación que pueda conseguir y esperar hasta que su cuerpo esté completamente desarrollado antes de quedarse embarazada).



PIDA al grupo que comparta sus opiniones con el grupo en general.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Quién es normalmente responsable de tomar anticonceptivos? (La mayoría de los métodos anticonceptivos los usan las mujeres, solo unos pocos los utilizan los hombres).
- ¿Cuáles pueden utilizar los hombres? (Preservativos).
- ¿Cuáles creen que son algunas de las dificultades a las que se puede enfrentar una persona al intentar poner en práctica la planificación familiar? (Por ejemplo, la falta de información sobre anticonceptivos o de acceso a estos, las percepciones y sospechas con respecto a ellos, etc.).
- Si una mujer quiere tener acceso a métodos anticonceptivos, ¿cómo pueden ayudarla los hombres? (Por ejemplo, asegurarse de que puede acceder al centro de salud y obtener anticonceptivos en un centro de salud oficial, hablar sobre planes e ideas sobre planificación familiar juntos, compartir información sobre los métodos que conoce y hablar sobre cuál es el que mejor se adapta a la pareja, etc.).
- Si una niña casada quiere acceder a esta información y su esposo o su familia política se niega, ¿qué opciones tiene la niña?

Actividad 2: La historia de Rima (40 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Ahora hablaremos sobre la historia de Rima.

Historia de Rima

Rima tiene 16 años y se acaba de casar. Antes de la boda, las mujeres de su familia le hablaron sobre el sexo y el embarazo. No tuvo tiempo de realizar preguntas. La primera vez que mantuvo relaciones sexuales, tenía miedo y no

podía acordarse de lo que sus familiares le habían contado. No habló con su esposo sobre si ella quería mantener relaciones sexuales ni sobre si utilizarían un anticonceptivo. Poco después de contraer matrimonio, Rima se encuentra embarazada y luchando para hacer frente a su nueva función como madre y esposa. Su familia política y su esposo esperaban que se las arreglara porque “todas las mujeres tienen que pasar por esto”.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Se parece a otras historias que conozcan? ¿En qué se parecen y en qué se diferencian?



DIGA LO SIGUIENTE: Intentemos reinventar la historia de Rima. Veamos qué sugerencias haríamos a los cuidadores de Rima (especialmente a los hombres) sobre lo que podrían haber hecho antes de que esta contrajese matrimonio, antes de quedarse embarazada y después de ser madre.



HAGA LO SIGUIENTE: Divida a los participantes en grupos pequeños y pídales que imaginen que son el padre de Rima. ¿Cómo la apoyarían?



PIDA a los participantes que compartan sus ideas con el grupo.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Si las mujeres y las niñas tienen derecho a tomar decisiones sobre cuándo y con quién casarse, tendrán más poder sobre el momento y las circunstancias en las que tener hijos, lo que puede ayudar a impedir el embarazo con menos de 18 años, que puede derivar en graves efectos para la salud.

Mensaje clave



DIGA LO SIGUIENTE: Es mejor que las niñas recién casadas hablen con un familiar seguro o un adulto de confianza, en lugar de que obtengan información errónea de sus iguales u otros adultos. Podemos poner a las mujeres y las niñas en contacto con los proveedores de atención de salud de sus comunidades si estas tienen más preguntas o si padecen problemas de salud actualmente. Es importante que los hombres den su permiso y apoyo a las mujeres y las niñas para que acudan a los servicios sanitarios oficiales.

Comprobación (5 minutos)

PREGUNTE a los cuidadores qué les ha parecido la sesión y si quieren que se realice algún cambio para la siguiente. (Es importante que reaccione ante los cambios sugeridos por los cuidadores, así como que explique las razones por las que no son posibles).

RECUERDE a los cuidadores que pueden dejar valoraciones en la caja de comentarios y que usted estará disponible al final de la sesión para hablar con ellos si es necesario.

Conclusión (5 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Hable con las mujeres y las niñas sobre los servicios sanitarios que existen en la comunidad. Pregunte a las madres de las niñas si han hablado con sus hijas casadas sobre los desafíos a los que pueden estar enfrentándose o la ayuda que las niñas pueden necesitar, pero sobre los que no se sienten cómodas preguntando a su esposo o a sus suegras.



NOTA PARA LOS FACILITADORES PARA LA PRÓXIMA SESIÓN:

- ☐ Lea el apartado de preparación antes de la sesión, incluidos los materiales de lectura adicionales.

SESIÓN 6:

EL ENTORNO FAMILIAR

Objetivos de la sesión:

Al final de la sesión, los cuidadores:

1. Reconocerán la importancia de un entorno familiar sano.
2. Aprenderán consejos y técnicas que los ayudarán a impulsar un entorno familiar sano.

Materiales:

- ☐ papel de rotafolio
- ☐ rotuladores
- ☐ bolígrafos de colores
- ☐ caja de comentarios
- ☐ papel A4

Nota para el facilitador:

- Es posible que en esta sesión se revelen casos de violencia de género. Los facilitadores deben informarse previamente sobre cómo lidiar con estas situaciones. Póngase en contacto con su supervisor para decidir cuál es el interés superior del niño, en caso de que surja algo que deba ser objeto de seguimiento, y lea las orientaciones que figuran en la introducción del programa de formación para cuidadores Las Niñas Brillan.
- Algunos hombres pueden detectar su comportamiento abusivo directamente y pedir ayuda para gestionar su violencia. Es importante que los facilitadores sepan que IRC no ofrece intervenciones encaminadas a ayudar a los hombres a gestionar la violencia que ejercen.
- Asegúrese de recordarles los “acuerdos grupales” (sesión 1) y de comprobar si desean añadir más acuerdos grupales para esta sesión.
- La sesión puede generar mucho debate, por lo que, como facilitador, es importante saber cuándo avanzar a la siguiente parte de la sesión. Por ejemplo, anote las respuestas de uno o dos participantes en lugar de las de todo el grupo. Si la sesión requiere realmente más tiempo, puede dividirse en dos semanas o ampliarse para que haya tiempo a terminar el debate. Puede decir: “Podemos escuchar a todo el grupo, pero eso significa que nos quedaremos sin tiempo. ¿Quieren quedarse más tiempo para poder terminar todas sus reflexiones?”.

Duración: 2 horas

Bienvenida y examen (10 minutos)

En el caso de los cuidadores de niñas solteras,



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Ha hablado con las niñas sobre las diferentes formas en las que pueden hablar con ustedes si necesitan conversar sobre algo en privado? De lo contrario, ¿ha hablado con las mujeres sobre cómo se puede ayudar a las niñas?

En el caso de los cuidadores de niñas casadas,



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Han hablado con las mujeres y las niñas sobre los servicios sanitarios que existen en la comunidad? De lo contrario, ¿han preguntado a las madres qué pueden hacer para ayudar a las niñas casadas a lidiar con los desafíos a los que se enfrentan?

Análisis (20 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Hoy vamos a hablar con más detalle sobre el entorno familiar. Con este término, nos referimos a las relaciones y experiencias que tenemos dentro de nuestra estructura familiar.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: Cuando nos imaginamos un entorno familiar, ¿en qué pensamos?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: El entorno familiar puede incluir diferentes aspectos:

- **Entorno físico** —por ejemplo, una casa o un espacio físico concreto.
- **Entorno emocional** —por ejemplo, estresante, tenso, feliz, relajado, espacio seguro o comunicación abierta.
- **Entorno de aprendizaje** —por ejemplo, estimulante o que retrasa el crecimiento, ejemplo de buen o mal comportamiento, que fomenta o desalienta la comunicación y las ideas.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Qué convierte un entorno familiar en inseguro, tenso o estresante? (Cuando utilizamos nuestro poder sobre otras personas para ser violentos física o verbalmente hacia las mujeres, las niñas y otros niños, pelear, gritar, discutir y aplicar castigos severos y otras formas de violencia empleada para controlar el comportamiento de alguien, por ejemplo).
- ¿Cuál creen que es el efecto sobre las mujeres, las niñas y los niños? Nota: Asegúrese de que los cuidadores identifiquen el efecto sobre estos grupos de manera independiente.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: A medida que crecen, los niños que están expuestos a una violencia y un entorno domésticos estresantes pueden mostrar indicios de problemas. Los niños y adolescentes jóvenes pueden tener más dificultad con las tareas escolares y mostrar una concentración y un enfoque deficientes. Otros se sienten socialmente aislados, incapaces de establecer amistades fácilmente y pueden mostrar también indicios de comportamiento agresivo⁴⁸.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Conocían las consecuencias para los adolescentes?



DIGA LO SIGUIENTE: Existen algunos aspectos que no podemos controlar, como el lugar o la estructura en la que vivimos, pero podemos tomar algunas medidas para hacer que estos espacios sean acogedores, seguros y propicios para nuestra familia.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Las mujeres que están expuestas a un entorno familiar estresante, especialmente la violencia, pueden sufrir muchas enfermedades. Pueden tener depresión o ansiedad y también desarrollar síntomas físicos, como dolor intenso regular en el cuerpo, problemas para comer, problemas estomacales o incapacidad para dormir.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Conocían estas consecuencias para las mujeres?
- ¿Cómo creen que afecta esto a las niñas que están casadas o divorciadas? ¿En qué se asemeja o se diferencia la situación a la de las niñas solteras? ¿Y a la de las niñas o los niños con discapacidad? ¿En qué se asemeja o se diferencia la situación a la de las niñas sin discapacidad?



DIGA LO SIGUIENTE: Las niñas con discapacidad, así como las casadas y las divorciadas, pueden tener necesidades adicionales que se deben tener en cuenta. Por ejemplo, es posible que se espere que las niñas casadas asuman responsabilidades adultas antes de estar preparadas, que las niñas con discapacidad requieran apoyo adicional por parte de un/a cuidador/a y que las niñas divorciadas sufran estigmatización y aislamiento en la comunidad.

48 UNICEF (2006), "Behind Closed Doors - The Impact of Domestic Violence on Children".

 **NOTA:** Es posible que algunos cuidadores no comprendan del todo la idea de cómo un entorno puede definir a un niño. Puede que piensen que un niño está “bendecido” o no para prosperar en la vida o no. Es importante hacer hincapié en que el entorno puede determinar las experiencias y oportunidades de un niño.

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Alguien conoce algún ejemplo de cómo hacer que el entorno familiar sea acogedor, propicio y seguro? (Busque ejemplos relacionados con niñas casadas, con discapacidad, etc.)

 **EXPLIQUE LO SIGUIENTE:** Es importante pensar en el efecto sobre las mujeres, las niñas y los niños cuando los hombres optan por utilizar su poder sobre ellos y ser violentos. Esto afecta de manera significativa al entorno familiar, y tiene un efecto perjudicial para todos los miembros de la familia.

Actividades (1 hora y 5 minutos)

Actividad 1: Relaciones sanas (25 minutos)

 **DIGA LO SIGUIENTE:** Quiero que pensemos individualmente sobre cómo es una “relación sana”.

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Qué entendemos por el término “relaciones sanas”? (Son relaciones basadas en el respeto, la confianza y la honestidad. Son relaciones que hacen sentir bien y felices a las personas que las mantienen, en las que el poder se comparte a partes iguales entre los miembros de la pareja).

 **HAGA LO SIGUIENTE:**

- Divida a los participantes en dos a cuatro grupos.
- Conceda a los grupos 5 minutos para que compartan ideas sobre todas las características propias de una relación sana o satisfactoria posibles (por ejemplo, relaciones en las que los miembros se respetan y confían el uno en el otro, se establece una buena comunicación, se valora a la otra persona, etc.).
- Diga a los participantes que las relaciones pueden ser entre un/a cuidador/a y una hija o entre esposos, novios, etc. No tiene por qué ser un reflejo de ellos ni de su situación actual.

 **PIDA** a cada grupo que comparta sus ideas con el grupo.

ESCRIBA las respuestas de los cuidadores en un rotafolio. Pida que realicen más sugerencias y añádalas a las listas. Es posible que desee colgar estas listas por la sala cuando trate este tema para recordar al grupo cómo determinar si una relación es sana.

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Qué indica esta lista sobre los aspectos que constituyen una relación sana, buena o satisfactoria y segura entre dos personas?

AÑADA lo siguiente, si no se menciona:

- Hablar con la otra persona de forma amable sin gritar ni insultar.
- Mujeres con el mismo poder y la misma facultad para tomar decisiones sobre la crianza y la educación de los niños y sobre los gastos de la familia.
- Escuchar a los demás y mostrar empatía.
- Ser capaces de expresar sentimientos mutuamente.
- Respetar a los demás como personas y apoyar sus objetivos, deseos y sueños.

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Tienen las mujeres el mismo poder de toma de decisiones dentro de la familia? ¿Por qué?

-  **NOTA:** Puede que algunos hombres digan que las mujeres controlan todos los aspectos del hogar y no dejan que los hombres interfieran. Indague más para comprender si se refieren a la gestión de las tareas domésticas o si las mujeres tienen más influencia en cuestiones financieras y si son libres para hacer saber cuándo necesitan más apoyo de los hombres, etc..
-  **NOTA:** Puede que los hombres manifiesten que es mejor que las mujeres tomen decisiones sobre algunas cuestiones (por ejemplo, sobre el matrimonio de sus hijas). Pregunte si los hombres también deberían tener más voz en cuestiones relacionadas con este tema, sobre todo si no están de acuerdo con la decisión.
-  **EXPLIQUE LO SIGUIENTE:** Para tener una relación sana, es necesario pensar en su pareja como una persona valiosa y que merece respeto. Implica también que deben tomar decisiones, continuamente, para demostrar estas creencias. Implica el intercambio de poder con su pareja. Esto también se aplica a la manera en la que interactúan con el resto de sus familiares.

Actividad 2: Medidas para conseguir un entorno familiar sano (40 minutos)

-  **HAGA LO SIGUIENTE:** Lea la siguiente historia a los cuidadores; a continuación, divídalos en grupos y proporcione a cada grupo algunas preguntas sobre las que pensar. Compartirán sus reflexiones con el grupo.

La historia de Amira y Khalil

Amira y Khalil tienen tres hijos. Amira ha tenido dificultades para lidiar con las responsabilidades domésticas y trabajar al mismo tiempo. Khalil ha tenido una época muy difícil en el trabajo. Un día, Khalil llega a casa después del trabajo y la cena no está preparada. Empieza a gritarle a Amira y le dice que se dé prisa. Amira le grita a Khalil y le dice que está haciendo todo lo que puede. Khalil se enfada y pega a Amira. Su hija pequeña está en la cocina y está viendo lo que ocurre; empieza a llorar.

-  **DIGA LO SIGUIENTE:** Me gustaría que se tomaran unos minutos para pensar en lo que ha ocurrido. (Repita la historia si es necesario). A continuación, en grupos, respondan a las siguientes preguntas:
 - **Grupo 1:** ¿Qué emociones experimentó Amira? ¿Qué emociones experimentó Khalil? ¿Cómo se sintió la hija de Amira y Khalil?
 - **Grupo 2:** ¿Cómo se siente Khalil después de pegar a Amira? ¿Cómo se sintió al ver a su hija llorar? ¿Cómo se sintió consigo mismo?

-  **HAGA LO SIGUIENTE:** Reúna al grupo de nuevo y pida a cada grupo que comparta lo que ha debatido.

-  **NOTA:** Es importante identificar las aportaciones de los participantes que demuestren actitudes positivas hacia las mujeres y las niñas para ayudar a contrarrestar las normas sociales y de género perjudiciales.

-  **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Cómo puede expresar Khalil sus sentimientos a Amira de forma que no le cause daño a ella ni a sus hijos?

En el caso de los cuidadores de niñas casadas,

-  **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** Imaginemos que Amia le cuenta a su padre lo que ha ocurrido. ¿Qué puede hacer su padre para apoyar a Amira en esta situación?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE⁴⁹:

- La violencia de Khalil hacia su esposa no se debió a que perdiera el control o estuviera enfadado, sino que tomó esa decisión para demostrar su poder sobre su esposa. Khalil también sabe que lo más probable es que no vaya a haber consecuencias por haber tomado esta decisión. La ira y la violencia son DISCRIMINATORIAS contra su esposa.
- El “Cuadro de Género” enseña a los hombres que la ira es una de las pocas emociones que pueden expresar y seguir siendo respetados. Por lo tanto, los hombres no suelen saber cómo expresar sus emociones de formas sanas, y, así, por ejemplo, pueden expresar erróneamente el dolor y otras emociones como la ira, y desquitarse con las mujeres.



HAGA LO SIGUIENTE: Pídeles que encuentren un lugar cómodo para sentarse y cerrar los ojos.



NOTA: Esta actividad debe realizarse como ejercicio de reflexión, de modo que debe dejar a los hombres tiempo suficiente entre preguntas para que piensen realmente en sus ejemplos.



DIGA LO SIGUIENTE:

- En primer lugar, empezaremos centrándonos en nuestra respiración, inspiraremos profundamente y luego soltaremos el aire. Hagamos esto unas cuantas veces hasta que no sintamos cómodos.
- Realizaré una serie de preguntas y quiero que se tomen su tiempo para pensar en sus respuestas y en cómo pensaban o se sentían en este momento. No tienen por qué compartir sus respuestas con nadie, solo si quieren al final.



DIGA LO SIGUIENTE: Quiero que piensen en una discusión reciente que hayan tenido con su esposa o su novia.

Preguntas:

- ¿Qué pasó?
- ¿Qué pensaban en ese momento?
- ¿Cómo se sentían durante la discusión (cambios físicos en su cuerpo, algunas emociones, etc.)?



DIGA LO SIGUIENTE: Nos centraremos de nuevo en nuestra respiración e inspiraremos y espiraremos profundamente. Cuando estén preparados, pueden abrir los ojos.



HAGA LO SIGUIENTE: Cuando hayan finalizado, pregunte si hay algún voluntario que quiera compartir su opinión, sus sentimientos y las sensaciones corporales que hayan experimentado con el grupo. Anote una o dos reflexiones.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cuáles son algunas de las formas en las que podemos lidiar con situaciones como estas cuando se produzcan?



HAGA LO SIGUIENTE: Pida a los participantes que aporten algunas ideas y aclárelas con las siguientes explicaciones si no se han mencionado.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE⁵⁰: A la hora de lidiar con una situación similar a la experimentada por Amira y Khalil, podríamos tener en cuenta lo siguiente:

- **Sean empáticos:** pónganse en la piel de la otra persona y piensen en cómo se sentirá con lo que le están diciendo. ¿Cómo se sentirían ustedes si se invirtiesen los roles?
- **Piensen en su lenguaje corporal:** mantengan contacto visual e intenten sentarse o ponerse de pie de manera relajada. No utilicen un lenguaje conflictivo ni lenguaje corporal agresivo.

49 Adaptado de IRC, “Engaging Men through Accountable Practice (EMAP)” <http://gbvresponders.org/prevention/emap-tools-resources/>

50 Adaptado de Skills You Need <https://www.skillsyouneed.com>

- **Escuchen:** cuando estamos estresados, tendemos a escuchar peor. Intenten relajarse y escuchar atentamente las visiones, las opiniones y los sentimientos de las demás personas.
- **Mantengan la calma y la concentración:** la comunicación es más sencilla cuando estamos calmados. Respiren profundamente e intenten mantener un ambiente de calma. Si lo necesitan, tómense un descanso de la conversación y retómenla más tarde cuando estén tranquilos.
- **Utilicen enunciados en primera persona:** los enunciados en primera persona pueden permitir a las parejas resolver sus desacuerdos para que puedan expresar sus opiniones y sentimientos sin culparse mutuamente. Estos son algunos ejemplos de enunciados en primera persona:

- » “Ahora mismo me siento molesto”.
- » “He tenido un mal día”.
- » “Me frustra mucho cuando creo que alguien no me escucha”.

✓ **HAGA LO SIGUIENTE:** Pregunte a los participantes si hay alguna pareja que quiera escenificar la historia de Amira y Khalil utilizando los consejos de los que hemos hablado.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: En el caso de Amira y Khalil, él expresó su frustración hacia ella y utilizó su “poder sobre” ella a través de la violencia. La solución no es ocultar esta agresión a los niños para crear un entorno familiar sano, sino no cometer la violencia para empezar. Los hombres como Khalil deben encontrar formas alternativas de lidiar con sus emociones. Esta agresión genera un entorno doméstico inseguro para las mujeres de la familia en particular, pero también para los niños. Para crear un entorno familiar sano, seguro y acogedor, los hombres y las mujeres pueden mantener conversaciones abiertas sobre cómo apoyarse mutuamente y lidiar con sus problemas de manera que no cause daño a las demás personas.

Mensaje clave



DIGA LO SIGUIENTE: Trabajar en la comunicación con nuestras hijas y nuestros hijos es una buena forma de establecer relaciones y un entorno sanos para nuestra familia. Además, podemos ayudar a nuestras hijas casadas (y que puede que no se encuentren en nuestro hogar familiar más próximo) para que se sientan apoyadas mediante el fortalecimiento de la comunicación con ellas. Pueden preguntar a las mujeres, las niñas y los niños de su entorno qué medidas conjuntas pueden tomar para crear un entorno favorable para todos.

Comprobación (5 minutos)

PREGUNTE a los cuidadores qué les ha parecido la sesión y si quieren que se realice algún cambio para la siguiente. (Es importante que reaccione ante los cambios sugeridos por los cuidadores, así como que explique las razones por las que no son posibles).

RECUERDE a los cuidadores que pueden dejar valoraciones en la caja de comentarios y que usted estará disponible al final de la sesión para hablar con ellos si es necesario.

Conclusión (5 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Presten atención a las diferencias en la forma en la que tratan a las niñas y los niños en el hogar. Intenten también observar las diferencias entre el trato que reciben sus hijas casadas y solteras. Compartan su percepción durante la próxima sesión.



NOTA PARA LOS FACILITADORES PARA LA PRÓXIMA SESIÓN:

- ☐ Prepare las ilustraciones para la historia de Jane y Leila con antelación

SESIÓN 7:

ANÁLISIS DE NUESTRAS RELACIONES CON LAS ADOLESCENTES

Objetivos de la sesión:

Al final de la sesión, los cuidadores:

1. Analizarán el concepto de empatía y practicarán técnicas para aumentar su empatía hacia sus hijas.
2. Serán conscientes de los derechos de las niñas y las ayudarán a acceder a ellos.
3. Continuarán estableciendo relaciones con las niñas.

Materiales:

- ☐ papel de rotafolio
- ☐ bolígrafos
- ☐ papel A4
- ☐ rotuladores
- ☐ caja de comentarios

Preparación: Escriba o dibuje las historias de Jane y Leila en un rotafolio

Duración: 2 horas

Bienvenida y examen (10 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Qué diferencias han apreciado en la manera en la que se comunican con las niñas en comparación con los niños de su familia y en el trato que estas personas reciben?



DIGA LO SIGUIENTE: En la última sesión, hablamos sobre lo que significa tener un entorno familiar sano, y uno de los aspectos sobre los que hablamos fue el **entorno emocional**. Uno de los factores clave de los que hablamos en relación con la creación de un entorno familiar sano era la buena comunicación. Hoy vamos a hablar con más detalle sobre cómo nos comunicamos con las adolescentes y sobre cómo podemos fortalecer nuestras relaciones con ellas durante este período de transición para estas.

Análisis (15 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cuáles son algunos de los desafíos o problemas a los que se enfrentan los cuidadores de las adolescentes? (Por ejemplo, adopta un comportamiento problemático, no quiere pasar tiempo con sus familiares, etc.)



DIGA LO SIGUIENTE:

- A veces, los problemas que tienen con las niñas pueden deberse a aspectos que se escapan a su control y es posible que tampoco sean culpa de las niñas.
- Al vivir en situaciones difíciles, los cuidadores se enfrentan a mucha presión y muchos factores estresantes que pueden afectar a la forma en la que tratan a sus hijos.
- Escuchar, prestar apoyo y comunicarse con las niñas ayuda a crear un entorno familiar sano y acogedor.
- El establecimiento de relaciones lleva un tiempo, y es normal tener dificultades para iniciar una conversación que sea diferente a nuestros patrones habituales, pero, con un esfuerzo continuo, podemos conseguirlo.

- **En el caso de los cuidadores de niñas casadas, AÑADA LO SIGUIENTE:** Es posible que las niñas casadas no vean a menudo a sus cuidadores y que sea difícil para los padres conocer las experiencias de sus hijas. Aunque, como padres, ya no vivan en el mismo hogar que su hija, es igualmente importante mantener esta comunicación.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Por qué es importante establecer una relación entre ustedes y sus hijas o nueras?

Cuidadores de niñas solteras:



DIGA LO SIGUIENTE:

- Especialmente durante períodos de incertidumbre, crisis o desplazamiento, es importante intentar, en la medida de lo posible, seguir estableciendo relaciones con todos sus hijos.
- Es algo fundamental si desean asegurarse de que están sanos, felices y seguros.
- Establecer relaciones ayudará a que sus hijas estén más dispuestas a hablar sobre sus problemas y preocupaciones con ustedes. El hecho de intentar ponerse en su piel abre un espacio para el diálogo y los alertará de los posibles riesgos o problemas a los que puedan enfrentarse.
- En estas situaciones, algunos cuidadores pueden pensar que lo mejor es que la niña esté casada y que piense que esta es la mejor opción para su futuro. Existen otras opciones que se pueden estudiar antes de tomar el camino del matrimonio.
- La comunicación con las niñas y el análisis de sus deseos y necesidades para el futuro podrían ayudar a evitar los problemas a los que se pueden enfrentar si se casan a una edad temprana.

Cuidadores de niñas casadas o divorciadas:



DIGA LO SIGUIENTE:

- Especialmente durante períodos de incertidumbre, crisis o desplazamiento, es importante intentar, en la medida de lo posible, seguir estableciendo relaciones con todos sus hijos, incluidas las niñas casadas y las nueras.
- Su relación con sus hijas casadas o sus nueras en particular puede cambiar, pues ya no las verán con tanta frecuencia, pero esto no implica que no los necesiten. En todo caso, los necesitarán más, ya que vivirán muchas experiencias nuevas.
- Es posible que la nueva familia de la niña espere que esta asuma más responsabilidades que antes no tenía y pueden ser nuevas para ella.
- Las niñas aún están creciendo y pueden tener dificultades para asumir las responsabilidades adultas, lo que puede generar tensión en su nuevo hogar.
- En períodos de incertidumbre, crisis y desplazamiento, las niñas pueden contraer matrimonio a una edad incluso más temprana de lo que lo harían antes del desplazamiento.
- Aunque las niñas estén casadas, siguen siendo jóvenes y debería animárseles y ayudárseles a acceder a las mismas oportunidades que sus homólogas solteras. Los cuidadores pueden desempeñar un papel importante en la defensa de este derecho para las niñas casadas.
- La comunicación con las niñas y el análisis de sus deseos y necesidades podrían ayudar a evitar los problemas a los que se pueden enfrentar durante el matrimonio.

Actividades (1 hora y 5 minutos)

Actividad 1: Comunicación con las niñas (25 minutos)

- ✓ **HAGA LO SIGUIENTE:** Lea los siguientes escenarios al grupo. Después de cada escenario, pida a uno o dos voluntarios que den un paso al frente para escenificar el escenario y demostrar cómo responderían ante cada situación.
- * **NOTA:** Si los cuidadores sugieren formas perjudiciales de lidiar con la situación, por ejemplo, castigar a la niña pegándole, gritándole, etc., pídale que piensen en el daño que pueden hacer a las niñas, las familias y las comunidades cuando tratan mal a las niñas. También puede preguntar a otros cuidadores si tienen sugerencias alternativas sobre cómo gestionar la situación.

[Los escenarios necesitan una **CONTEXTUALIZACIÓN**: No todos los escenarios son pertinentes en todos los contextos. Elija los que sean más pertinentes en el suyo. No tiene por qué representar todos los escenarios.]

Cuidadores de niñas solteras:	Cuidadores de niñas casadas o divorciadas:
Escenario 1 Betty está atravesando la pubertad y está experimentando muchos cambios. Betty tiene muchas preguntas sobre la pubertad. Esto es algo que normalmente no se habla abiertamente en la familia y menos con los cuidadores. ¿Cómo podemos asegurarnos de que Betty obtenga la información que necesita? * NOTA: Es importante mencionar que Betty tiene derecho a disponer de información sobre su cuerpo. El cuidador de Betty puede ayudar a que esta reciba la información de su madre, un centro de salud o un espacio seguro para las mujeres y las niñas en el que las niñas puedan recibir información exacta. Escenario 2 Randa está creciendo y sus cuidadores se han dado cuenta de que su comportamiento está cambiando. Randa está empezando a enfrentarse y cuestionar a sus cuidadores mucho más que antes. Un día, su padre le pide que le traiga algo. En lugar de hacer lo que el padre le ha ordenado, como hace normalmente, le pregunta a su padre por qué nunca les pide a sus hermanos que le traigan cosas. Randa dice que tiene muchos deberes desde que pasó a un curso superior y quiere que sus hermanos asuman más responsabilidad en el hogar. ¿Cómo lidiarían con esta situación? * NOTA: Es importante mencionar que Randa tiene derecho a ir a la escuela y también a tener tiempo libre y que es beneficioso para todos que las tareas se repartan de manera justa e igualitaria para que no recaigan sobre una sola persona.	Escenario 1 Betty se acaba de casar y quiere seguir yendo a la escuela. Quiere información sobre planificación familiar para poder retrasar el embarazo. Les pregunta a sus cuidadores qué debe hacer. ¿Cómo podemos asegurarnos de que Betty obtenga la información que necesita? * NOTA: Es importante mencionar que Betty tiene derecho a disponer de información sobre su cuerpo. El cuidador de Betty puede ayudar a que esta reciba la información de su madre, un centro de salud o un espacio seguro para las mujeres y las niñas en el que las niñas puedan recibir información exacta. Escenario 2 Asha se ha estado sintiendo muy mal últimamente y Dana y Rahul (sus padres) se dan cuenta de ello cuando viene a visitarlos desde la casa de su esposo. Un día, cuando Asha y su marido vienen de visita, su padre, Rahul, escucha una discusión muy fuerte entre ellos. A Rahul le preocupa que la relación no esté yendo bien, pero no está seguro de qué puede hacer. ¿Cómo podría Rahul lidiar con esta situación? * NOTA: Intente animar a los cuidadores a hablar con la niña para ver cómo se siente. Los padres deberían intentar no ponerse de ningún lado y hablar con las niñas de forma no sentenciosa. Esto ayudará a las niñas a hablar con sus cuidadores sobre lo que está ocurriendo desde el punto de vista de la niña. A menudo nos apresuramos a culpar a las niñas y las mujeres en estas situaciones sin pensar en la función que desempeñan los hombres y la responsabilidad que tienen.

Escenario 3

Ruth ha estado saliendo hasta altas horas por la noche y, aunque sus padres le dicen que no quieren que lo haga, ella sigue haciéndolo e ignorando los deseos de sus padres. Las personas del vecindario hablan sobre Ruth y sus amigos, y dicen que los han visto en discotecas. El padre de Ruth está preocupado por lo que pasa en esas discotecas y le frustra que los demás hablen sobre Ruth. ¿Cómo puede responder su padre?

 **NOTA:** Esta pregunta puede hacer que se planteen estrategias que impliquen casar a Ruth. Intente que los cuidadores piensen en hablar con Ruth, comprenderla y tener una conversación con ella para comprobar juntos si las discotecas son seguras o inseguras para Ruth y cómo pueden establecer límites con los que ambos puedan estar de acuerdo.

Escenario 3

Randa se ha casado hace poco y está lidiando con todas las responsabilidades que le han atribuido en su nuevo hogar. Le cuesta salir adelante y esto le ha acarreado algunos problemas. No habla con nadie de la casa, se ve apartada y parece estar triste todo el tiempo. Un día en el que visitaba a su familia, su padre le preguntó por qué se estaba comportando tan mal y Randa se enfadó mucho. Empezó a llorar y le dijo a su padre que la dejase en paz. ¿Qué harían si fuesen el padre de Randa?

 **NOTA:** Su padre puede intentar hablar con Randa sobre lo que le molesta y ver si puede encontrar una manera de facilitarle las cosas. Es mejor entablar la conversación sin culpar a nadie.



DIGA LO SIGUIENTE: Aquí tienen algunos consejos adicionales que pueden utilizar para mejorar la comunicación con sus hijas.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: [ESCRIBA lo siguiente en un rotafolio.]

Consejos de comunicación

1. Animen a las niñas a expresar sus opiniones.
2. Estudien formas de ayudar a las niñas a expresarse, especialmente a aquellas que tienen una discapacidad y no pueden comunicar sus opiniones de forma verbal.
3. Intenten ponerse en su piel y comprender lo que sienten y piensan.
4. Concédanles tiempo y atención, incluso aunque su vida sea muy ajetreada.
5. No juzguen a las niñas con dureza, pues esto puede cerrar la comunicación y las oportunidades de acercarse a ellas.
6. Animen a las niñas y ofrézcanles la oportunidad de ser útiles. . El uso de elogios hace que todos, tanto la persona que lo utiliza como la que lo recibe, se sientan bien.
7. Animen a las niñas a encontrar soluciones por sí mismas, haciéndoles preguntas y animándolas a pensar en las posibles consecuencias positivas y negativas de cualquier situación.
8. Si les preocupa que las niñas vayan a ciertos sitios o hagan ciertas cosas, en lugar de negarse, intenten ofrecer motivos por los que lo creen o lo que les preocupa para poder llegar a un entendimiento.

Actividad 2: La comunicación eficaz requiere tiempo (40 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Vamos a hablar sobre cómo respetar y entender los pensamientos, los sentimientos y las opiniones de los demás. Algunas personas emplean la palabra “empatía” para describir este respeto y esta atención.



NOTA: No es necesario emplear la palabra empatía, siempre que se comunique su concepto y su fundamento principales. Puede optar, por ejemplo, por utilizar la frase “respeto o comprensión de los pensamientos, las opiniones y los sentimientos de los demás”.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Alguien sabe lo que significa “empatía”?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Cuando pienso en “empatía”, pienso en trabajar para comprender la situación desde el punto de vista de otra persona, ver con los ojos de otra persona, escuchar con los oídos de otra persona y sentir con el corazón de otra persona. La empatía es la capacidad de una persona para ponerse en el lugar de otra y sentir cómo es.



DIGA LO SIGUIENTE: La empatía es, simplemente, la capacidad para comprender y tratar con cariño a nuestras hijas.

Escenario de culpa frente a empatía:

CONTEXTUALIZACIÓN

Cuidadores de niñas solteras	Cuidadores de niñas casadas o divorciadas
 DIGA LO SIGUIENTE: Quiero leerles la historia de Jane y Hassan: Jane tiene 11 años y últimamente ha estado gritando a sus hermanos y se niega a hablar con su madre, Leila, y su padre, Hassan. Un día llega a casa y tira las cosas al suelo. Su padre le pregunta qué ocurre. Jane le cuenta a su padre que no quiere ir a la escuela nunca más. Dice que algunas niñas de su clase se están burlando de ella.  PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cómo creen que se siente Jane?	 DIGA LO SIGUIENTE: Quiero leerles la historia de Jane y Hassan: Jane se acaba de casar y está visitando a su madre, Leila, y su padre, Hassan. Es la primera vez que está en casa desde que se casó. Cuando Hassan le pregunta a Jane cómo es la vida de casada, Jane le cuenta que es muy difícil y que su marido le grita.  PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cómo creen que se siente Jane?
 DIGA LO SIGUIENTE: Ahora voy a leer algunas de las posibles respuestas de Hassan. Después de cada respuesta, me gustaría que se desplazasen al frente de la sala si creen que Hassan estaba culpando a Jane, y al fondo de la sala si creen que Hassan estaba siendo comprensivo o empático con la situación de Jane y sus sentimientos. Pueden quedarse en medio si no están seguros.  NOTA: Si los participantes tienen problemas de movilidad, puede cambiar la actividad para que todos levanten la mano o hablen en voz alta.]	
1. Hassan dice: “Debes tener algo que provoca a estas niñas. No puedo entender por qué alguien te haría esto”. <i>(Pausa de cinco segundos).</i>  DIGA LO SIGUIENTE: Hassan la culpa. 2. Hassan dice: “Comprendo que estés molesta. Siento mucho que te haya pasado esto; no es tu culpa. La escuela es muy importante, así que ¿por qué no intentas solucionar el problema?” <i>(Pausa de cinco segundos).</i>  DIGA LO SIGUIENTE: Hassan está siendo empático.	1. Hassan dice: “Debes tener algo que provoca a tu esposo. No puedo entender por qué te gritaría”. <i>(Pausa de cinco segundos).</i>  DIGA LO SIGUIENTE: Hassan la culpa. 2. Hassan dice: “Comprendo que estés molesta. Siento mucho que te haya pasado esto; no es tu culpa. ¿Qué podemos hacer para intentar solucionar el problema?” <i>(Pausa de cinco segundos).</i>  DIGA LO SIGUIENTE: Hassan está siendo empático.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cuál de las respuestas dadas por Hassan prefieren? ¿Por qué? ¿Qué respuestas les gustaría oír si fuesen Jane?



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Por qué la empatía es necesaria para ser cuidador o cuidadora de una adolescente?



HAGA LO SIGUIENTE: Pida a los cuidadores que hablen; **AÑADA** lo siguiente a la lista si no se ha mencionado:

- Tener empatía ayuda a garantizar que sus hijas satisfacen sus necesidades y se sienten seguras.
- Los cuidadores pueden tener empatía por los demás y por sí mismos, y esto enseña a la familia, incluidas las nueras, a cuidar de sí mismas y de los demás.
- Cuando respondemos con empatía a nuestros hijos, impulsamos un entorno social y emocional sano.
- Tener empatía permite a nuestras hijas y nuestra familia política compartir sus problemas y hablar de manera abierta sobre ellos y sobre los riesgos a los que se enfrentan, sin miedo a ser culpadas.
- Las niñas deben contar con una persona en quien puedan confiar para hablar sobre los desafíos a los que se pueden enfrentar como niñas casadas.



DIGA LO SIGUIENTE: Voy a compartir con ustedes una técnica sencilla para ayudarlos a mejorar su empatía, a comprender mejor los sentimientos de sus hijas y a ser capaces de responder ante ellos. Esta técnica consta de cuatro pasos:

[**ESCRIBA** los pasos en un rotafolio.]

- **Paso 1-Identificación del sentimiento:** Intenten identificar o calificar el sentimiento de una persona. Por ejemplo, “Mariam, parece que estás preocupada ahora mismo, ¿lo estás?”
- **Paso 2-Determinación del motivo:** Descubran por qué se sienten de esa manera. “¿Quieres contarme por qué estás preocupada?” Mariam puede contárselo o puede optar por no hacerlo ahora mismo. Pueden decirle: “Siéntete libre para venir y hablar conmigo cuando estés preparada”.
- **Paso 3-Honra del sentimiento:** Es posible que Mariam haya tenido un desacuerdo con una amiga o que sus compañeros de escuela la hayan rechazado. No descarten ese motivo. Si hacen creer a su hija que sus sentimientos no son importantes, es posible que deje de hablarles de las cosas que le molestan. “Entiendo que esto te haga sentir triste, molesta o cansada”.
- **Paso 4-Acción:** Hablen sobre esos sentimientos con su hija. Pueden intercambiar ideas con ella sobre las medidas que se deben tomar, en caso de ser necesario. A veces, la situación puede requerir que el/ la cuidador/a y la niña planteen posibles medidas que puedan ayudar a solucionar la situación. Otras veces, la situación no requiere ninguna otra medida que consolar a su hija o nuera o compartir su alegría. “Sentémonos juntos y hablemos sobre la manera de abordar este problema”.



DIGA LO SIGUIENTE: Ahora vamos a practicar los cuatro pasos para la comunicación empática.



HAGA LO SIGUIENTE:

- Pregunte a los cuidadores a quién le gustaría mostrar los pasos para una comunicación empática mediante el ejemplo de Jane y Hassan.
- Remita a los cuidadores al rotafolio con la historia de Jane para que puedan recordar detalles específicos.
- Pida a una pareja que realice una demostración para el resto del grupo. Si hay tiempo, puede invitar a otro grupo a realizar una demostración.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Estas habilidades eran nuevas o ya las habían usado antes?



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Creen que es algo que pueden utilizar de manera práctica en sus interacciones con sus hijas? De lo contrario, ¿qué alternativas sugieren?



NOTA: Infórmelos de que es posible que esto no les resulte natural, ya que puede ser algo nuevo y pueden estar acostumbrados a afrontar estas situaciones de manera distinta. No obstante, dado que tienen la visión de apoyar a las niñas y ayudarlas a alcanzar sus objetivos, el uso de esta técnica los conducirá hacia su visión.

Mensaje clave



DIGA LO SIGUIENTE: Es importante escuchar a las niñas, incluidas las casadas, y comunicarse con ellas, pues todavía están creciendo y necesitan el apoyo de su familia. El establecimiento de relaciones lleva un tiempo, y es normal tener dificultades para iniciar una conversación o comunicarse de manera diferente a nuestra rutina o patrones habituales, pero, con esfuerzos continuos y persistentes, podemos conseguirlo. Esto hará que establezcamos relaciones sanas, propicias y acogedoras.

Comprobación (5 minutos)

PREGUNTE a los cuidadores qué les ha parecido la sesión y si quieren que se realice algún cambio para la siguiente. (Es importante que reaccione ante los cambios sugeridos por los cuidadores, así como que explique las razones por las que no son posibles).

RECUERDE a los cuidadores que pueden dejar valoraciones en la caja de comentarios y que usted estará disponible al final de la sesión para hablar con ellos si es necesario.

Conclusión (5 minutos)

✓ **HAGA:** Explique a los cuidadores que los deberes de esta semana consisten en practicar los cuatro pasos para la comunicación empática con sus hijas o nueras. En la siguiente sesión, deben informar sobre cuáles han utilizado y si fueron eficaces.

✳ **NOTA PARA LOS FACILITADORES PARA LA PRÓXIMA SESIÓN:**

☐ Lea las notas de preparación con antelación.

SESIÓN 8:

EL PODER EN LOS HOGARES

Objetivos de la sesión:

Al final de la sesión, los cuidadores:

1. Analizarán la idea del poder en los hogares.
2. Tendrán la oportunidad de analizar su propio uso del poder y reconocerán los beneficios de compartir el poder con las mujeres y las niñas para reducir la desigualdad, la discriminación y la violencia contra las mujeres y las niñas.

Materiales:

- ☐ rotafolio
- ☐ rotuladores
- ☐ una baraja de cartas
- ☐ Recurso 8.1

Nota para el facilitador:

- Es posible que en esta sesión los hombres revelen algún caso de uso de violencia anterior o actual contra las mujeres y las niñas y hablen sobre estos incidentes o cuadros de abuso. Los facilitadores deben informarse previamente sobre cómo lidiar con estas situaciones. Póngase en contacto con su supervisor para decidir cuál es el interés superior del niño, en caso de que surja algo que deba ser objeto de seguimiento, y lea el recurso 8.1.
- Algunos hombres pueden detectar su comportamiento abusivo directamente y pedir ayuda para gestionar su violencia. Es importante que los facilitadores sepan que el IRC no ofrece intervenciones encaminadas a ayudar a los hombres a gestionar la violencia que ejercen.
- Asegúrese de recordarles los “acuerdos grupales” (sesión 1) y de comprobar si desean añadir más acuerdos grupales para la sesión.
- Debido a la percepción del poder y su dinámica en los hogares, es probable que los cuidadores se consideren los responsables de la toma de decisiones sobre sus hijas y nueras. Prepárese para indagar y pedirles que expliquen por qué piensan así: “Gracias por su aportación. ¿Pueden contarnos más? ¿Por qué piensan así?” Si su respuesta provoca comentarios negativos y el desacuerdo de otros cuidadores, recuérdelos los acuerdos grupales. Pida a los miembros del grupo que compartan sus opiniones. Recuérdelos el debate sobre los tipos de poder y haga hincapié en que el poder significa ser capaz de tener acceso a la toma de decisiones y tener un control sobre ella. Como cuidadores, es importante utilizar el poder que tenemos de manera positiva para ayudar a nuestras hijas y nueras.

Duración: Esta sesión podría durar hasta 2,5 horas. Si no puede finalizar la sesión en el horario asignado, también puede dividirla en dos sesiones.

Bienvenida y examen (10 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Han practicado las técnicas de comunicación aprendidas en la última sesión con las adolescentes y las nueras? ¿Cómo ha ido?

Análisis (15 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿A qué creen que nos referimos con el término “poder”?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: El poder es la capacidad para controlar los recursos, las oportunidades, los privilegios y los procesos de toma de decisiones y acceder a ellos. Esto no significa que el poder sea siempre negativo. Todos tenemos algún tipo de poder en la comunidad, pero todos elegimos si lo utilizamos para bien o para mal.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Quién creen que tiene poder en el hogar? ¿Las mujeres, las niñas, los niños o los hombres? (¿O una combinación?)



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- Como comunidad, normalmente tendemos a asignar a las mujeres y las niñas una condición inferior a la de los hombres y los niños, y esto hace que ellas reciban a trato diferente. Normalmente, esto ocurre porque estas ideas o estos comportamientos se consideran normales y porque esta forma de comportarse está respaldada por aquellas personas que tienen “**poder sobre**” otras, es decir, personas dominantes y poderosas. Podemos colaborar para destruir este sistema que oprime a los hombres y a las mujeres por igual. Es importante para nosotros, como hombres, entender cómo podemos utilizar nuestro poder para generar un cambio positivo encaminado a crear una sociedad más igualitaria y justa, que beneficie a los hombres, las mujeres, las niñas y los niños. Como grupo de hombres, debemos analizar cómo podemos dar un ejemplo positivo a la generación futura para que los hombres y la masculinidad no estén asociados a la violencia y a hacer daño a los demás.
- Además, es necesario compartir el poder para garantizar que una persona pueda acceder a los derechos que le corresponden en virtud de la legislación internacional y nacional. El uso de poder sobre otras personas puede suponer la violación de sus derechos.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Cómo influye el poder en las opciones que tenemos como hombres, o en las opciones que tienen las mujeres, las niñas o los niños?
- ¿Qué sucede cuando se abusa del poder? ¿Cuáles son las formas de abuso de poder o desigualdad de poder que se pueden observar en su entorno?

Actividades (1 hora y 25 minutos)

Actividad 1: Formas de poder⁵¹ (35 minutos)



HAGA LO SIGUIENTE: Baraje las cartas.



DIGA LO SIGUIENTE: Voy a pedir que cada uno de ustedes elija una carta de la baraja.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: El valor más alto de la baraja es el as, luego el rey, la reina, la jota, el 10, el 9 y así hasta el valor más bajo, que es el 2. [Si el as resulta confuso para las personas, elimínelo]. Escogerán una carta y NO deben mirarla.



HAGA LO SIGUIENTE: Camine por la sala y pida a cada persona que elija una carta y la coloque BOCA ABAJO sobre su regazo. Recalde a los participantes que no deben mirar la carta que han elegido.

Cuando todos los participantes tengan una carta, DIGA y



HAGA LO SIGUIENTE: Ahora, colóquense la tarjeta en la frente sin mirarla. Todos deben poder ver la carta de las demás personas, pero no la suya.



EXPLIQUE que cuando dé una palmada, los participantes pueden levantarse de la silla y mezclarse entre ellos. Los participantes no deben hablar, sino saludar a los demás según la condición o la posición social de su carta. Por ejemplo, puede que el rey sea tratado con el máximo respeto, mientras que una persona que tenga el 2 puede ignorarse o excluirse.

51 29 IRC Líbano (2016), *Male Engagement Toolkit*

✓ **HAGA LO SIGUIENTE:**

- Antes de comenzar, asegúrese de que los participantes comprendan lo que significa el término “condición” y utilice otras palabras si son más fáciles o pertinentes.
- Anime a los participantes a saludarse y mostrar su reacción con respecto a la condición de los demás a través de gestos y expresiones faciales en lugar de palabras.
- Después de unos minutos, pida a los participantes que vuelvan a sus sitios con su carta en la frente.
- Dé la vuelta al círculo y pida a cada participante que adivine cuál es su carta y explique su suposición.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Qué sintieron al ser tratados según su carta?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: En el caso de aquellas personas con cartas más altas, puede que les haya sentado bien ser tratadas con respeto, honor, etc., mientras que, en el caso de las personas con cartas más bajas, puede que les haya sentado mal ser ignoradas o tratadas como si no tuvieran importancia.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Esto ocurre en nuestras vidas cotidianas? ¿Se trata mejor o peor a ciertas personas en nuestras familias y comunidades?
- ¿Qué personas de la comunidad reciben un trato similar al de las cartas con mayor valor y cuáles similar al de las cartas con menor valor?



HAGA LO SIGUIENTE: Si está trabajando con participantes que tengan un nivel de alfabetización mayor, utilice papel de rotafolio para rellenar una lista para las personas que reciben un trato similar al de las cartas con mayor valor, por un lado, y, por otro lado, para aquellas que reciben un trato similar al de las cartas con menor valor. Consulte la lista de ejemplo que aparece a continuación. Cuando los participantes hayan dado sus respuestas, organice un breve debate sobre la condición y el poder utilizando las siguientes preguntas como orientación y haciendo hincapié en los siguientes puntos.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

1. ¿Qué es la condición?



EXPLIQUE que la condición es la posición social que alguien ocupa en la comunidad. Este término hace referencia a la percepción que otras personas tienen de ellos y al poder que se cree que tienen.]

2. ¿Qué es el poder?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: El poder es la capacidad para influir en las personas, las oportunidades o los recursos, o para controlarlos. Existen muchos tipos de poder:

- **El poder orientado** se puede utilizar para ayudar a otras personas, provocar un cambio o ampliar las oportunidades.
- **El poder conjunto** es la fuerza que se siente cuando dos o más personas se reúnen para hacer algo que puede que no habrían podido hacer solas. El poder conjunto incluye ayudar a las personas que lo necesitan, a las que intentan cambiar a las que manifiestan su opinión. Implica la unión de poder con otras personas para conseguir un cambio positivo, lo que genera un sentido de apoyo y posibilidad en la comunidad. El poder conjunto también engloba pedir ayuda o responsabilizar a los hombres que ejercen la violencia. Cuando nos unimos a otras personas sin prejuicios ni discriminación para mejorar de manera positiva nuestra propia vida o la de otras personas.
- **El poder sobre alguien** es la influencia que una persona o un grupo ejerce para controlar a otra persona u otro grupo. Este control se puede ejercer de manera directa en forma de violencia, como la violencia física, el matrimonio temprano o la intimidación. También se puede ejercer de manera indirecta, por ejemplo, a través de normas y prácticas que posicionan a los hombres como superiores a las mujeres. Utilizar el poder de una persona sobre otra es una injusticia. Respetar el “poder interior” de cada persona y equilibrar el “poder conjunto” con los demás son alternativas positivas. Cuando nuestras propias palabras o acciones dificultan, atemorizan o incluso ponen en peligro que los demás utilicen su propio poder.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- Todas las personas tienen algún tipo de poder. Por ejemplo, incluso sus hijas y nueras tienen poder para influir en sus madres o suegras. No obstante, a los diferentes grupos de personas se les han otorgado distintos rangos de control y oportunidades en la sociedad; por lo tanto, algunos grupos tienden a tener más poder en general que otros. Además, estos grupos tienden a ser grupos con una condición superior.
- Las personas que tienen más poder pueden herir o explotar a otras si hacen un mal uso de su poder. Las que tienen menos poder (que con frecuencia son mujeres y niñas) tienen más probabilidad de sufrir explotación y abuso. Tradicionalmente, los hombres y los niños tienen más poder que las mujeres y las niñas. Sin embargo, los hombres, que suelen tener más poder, pueden elegir si quieren utilizar su poder "sobre" las mujeres y las niñas o "en conjunto" con ellas. Al utilizar nuestro poder en conjunto con las mujeres y las niñas, podemos trabajar para eliminar los desequilibrios de poder y minimizar las formas de "poder sobre alguien", con lo que se crean familias y comunidades armoniosas. Cuanto mayor poder tengan las personas en la sociedad, más responsables son de reducir la explotación del poder.



NOTA: Si alguno de los hombres del grupo menciona que no sienta que tenga poder porque se encuentra en una situación vulnerable (como refugiado, desempleado, pobre, desplazado, etc.), explique que a veces se pueden sentir sin poder como personas, pero que siguen perteneciendo a un grupo más poderoso en la sociedad. El poder proviene de diferentes fuentes. Por ejemplo, en este caso, los hombres pueden pensar que tienen menos poder que otros grupos debido a su situación económica. No obstante, su sexo les da derecho a formar parte de un grupo más poderoso en la sociedad, lo que les concede más privilegios y oportunidades que los que se conceden a las mujeres. Al mismo tiempo, algunas mujeres pueden tener más poder que algunos hombres si, por ejemplo, su condición económica, educativa o de ciudadanía es ventajosa, pero, cuando se comparan hombres y mujeres de la misma condición social, los hombres siguen teniendo más poder que las mujeres.

Actividad 2: Mi poder en el hogar⁵² (20 minutos)



HAGA LO SIGUIENTE:

- Informe al grupo de que van a leer algunos enunciados en alto. Para estos enunciados, los cuidadores simplemente deben reconocer **en silencio** si su respuesta es "siempre", "a veces" o "nunca".
- Diga a los hombres que este es un ejercicio personal de autorreflexión y que las respuestas no se registrarán, recopilarán ni compartirán con otras personas, así que deben responder en silencio y con sinceridad.
- Asegúrese de realizar una pausa después de cada enunciado para que el grupo disponga de tiempo para reflexionar.
- Pida al grupo que tenga en cuenta la conversación que acaban de tener sobre el poder.

CONTEXTUALIZACIÓN: Adapte los enunciados siguientes según el contexto. A continuación, elija algunas de las frases y léalas en alto, dejando tiempo a los hombres para que reflexionen después de cada una.

Ejemplos de enunciados:

- Creo que puedo tener varias parejas sexuales sin contárselo a mi pareja.
- Pego a mis hijos cuando no escuchan.
- Controlo todas las decisiones financieras en el hogar.
- Me gusta tener la decisión final en todos los asuntos domésticos.
- Creo que no tengo que escuchar la opinión de mi esposa o mis hijos porque yo sé lo que es lo mejor.

52 30 IRC, "Engaging Men through Accountable Practice (EMAP)" <http://gbvresponders.org/prevention/emap-tools-resources/>



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Qué les ha parecido llevar a cabo esta reflexión?
- ¿Qué les transmiten sus respuestas acerca del uso que ustedes hacen del poder en el hogar?
- ¿Utilizan más el poder conjunto o sobre alguien? ¿En qué situaciones?
- ¿Cómo afecta el uso que ustedes hacen del poder a los debates y la toma de decisiones con su esposa y con los hijos e hijas? Piense en estos grupos de forma independiente para analizar las diferencias.
- Cuando pensamos en el poder conjunto, ¿solo se aplica a las mujeres o también a nuestras hijas? ¿Cómo y dónde podemos implicar a las niñas en la toma de decisiones?



NOTA: Describir actos de violencia que se dan fuera de nuestros propios hogares es normalmente mucho más sencillo que opinar o compartir ideas sobre la violencia dentro del hogar. Hablar sobre la violencia que hemos cometido es todavía más difícil. Si los cuidadores hablan sobre la violencia que ellos han cometido, a menudo buscarán justificar sus acciones o culpar a otras personas. Es importante prestar especial atención a las respuestas que banalizan, justifican o culpan a la víctima de la violencia que se pueda producir. Véase el recurso 8.1 sobre respuestas reticentes habituales.

Actividad 3: Cómo conseguir un cambio (30 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Se les ocurren ejemplos positivos de hombres que compartan el poder con su familia?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Una familia sana requiere las aportaciones, opiniones e ideas de todos los miembros de la familia. En ocasiones, con las presiones a las que nos enfrentamos, podemos olvidar esto y pensar que no disponemos de tiempo para ello. No obstante, si queremos tener relaciones más igualitarias, sanas y justas, debemos escuchar las necesidades de las niñas y las mujeres, y debemos realizar cambios. Asimismo, debemos centrarnos en CÓMO realizar estos cambios. Sabemos que el Cuadro de Género (recuérdelos la actividad “Actuar como una mujer o como un hombre”) enseña a los hombres a ser dominantes y a mandar, de manera que debemos saber que podemos actuar de esa manera, incluso cuando intentamos hacer algo diferente.



HAGA LO SIGUIENTE: Divida a los participantes en tres grupos y proporcione a cada uno un escenario. Para cada escenario, el grupo debe responder las siguientes preguntas:

- ¿El comportamiento del hombre fue de poder sobre las mujeres y las niñas o en conjunto con ellas?
- ¿Quién tomaba las decisiones en la situación?
- ¿Cómo podría haber sido diferente esta situación? Realice una escenificación para demostrarlo.

Escenario 1

Han estado pensando en todo el trabajo que se espera que realicen sus esposas en el hogar. Deciden que ya no deben lavar los platos y que, en su lugar, lo hagan sus hijas (no sus hijos) y que sus esposas laven la ropa, una tarea que creen que les gustará más.

Escenario 2

Deciden que quieren hablar con su familia sobre lo que están aprendiendo en el grupo. Cuando llegan a casa, les dicen a todos que dejen de hacer lo que estén haciendo para poder hablar con ellos. Les hablan de los cuadros reservados para los hombres y para las mujeres y, cuando han terminado de hablar, les dejan que retomen sus actividades.

Escenario 3

Les preguntan a sus esposas si les parece bien que hablen sobre las formas en las que les gustaría apoyar a sus hijas juntos, para que puedan tener una mejor relación con ellas. Pregúntenles a sus esposas si les gustaría hablar sobre ello y comprueben cuándo les vendría bien tener esta conversación.



HAGA LO SIGUIENTE: Pida a los grupos que realicen sus escenificaciones frente al grupo en general.

 **NOTA:** Asegúrese de explicar a los hombres que se prevé que tengan dificultades al principio para aprender a hablar a las mujeres de manera respetuosa e igualitaria. Esto se debe a la manera en la que se les ha enseñado a pensar en los hombres frente a las mujeres. Haga hincapié en que es muy importante que los hombres sean sinceros sobre los desafíos a los que se enfrentan para poder superarlos.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Aquí tienen algunos pasos que podemos seguir para hablar con las mujeres sobre el poder en el hogar:

- **Paso 1:** Expliquen que quieren hablar sobre cómo pueden ayudar a hacer que las cosas sean más justas e igualitarias en el hogar. “Me he dado cuenta de que tú realizas muchas más tareas domésticas y me gustaría ayudar”. Nota: Ayudar puede incluir, por ejemplo, apoyar directamente o asignar tareas a otros miembros de la familia para que no recaigan únicamente en las niñas.
- **Paso 2:** Pregúntenles si están dispuestas a hablar sobre esto con ustedes. En caso afirmativo, ¿cuándo sería un buen momento para hablar?
- **Paso 3:** Cuando estén listas, expliquen que quieren que las cosas sean más justas e igualitarias en su hogar. Escuchen lo que piensan al respecto y lo que creen que sería útil. “En mi grupo, estamos aprendiendo lo mucho que las mujeres y las niñas tienen que hacer cada día en el hogar. Me gustaría ayudar para que las cosas fuesen más igualitarias. ¿Qué les puede resultar útil?”
- **Paso 4:** Si se encuentran cómodas con que ustedes realicen algunos cambios, colaboren para seleccionar dos o tres acciones que pueden llevar a cabo.
- **Paso 5:** Respeten los deseos de sus esposas. Si no están cómodas con que ustedes realicen cambios, intenten entender por qué y respeten sus sentimientos. No tomen decisiones por ellas ni insistan en que los cambios se produzcan de una determinada manera.



HAGA LO SIGUIENTE: Después de examinar los pasos, pida a un par de voluntarios que debatan. Debata con diferentes hombres voluntarios si hay tiempo suficiente.



NOTA: El objetivo es ayudar a los hombres a reflexionar sobre cómo se comunican con las mujeres y niñas de su entorno. En este caso, la atención NO se centra en mejorar las habilidades de comunicación de las mujeres y las niñas.

Mensaje clave



DIGA LO SIGUIENTE: Todas las personas tienen algún tipo de poder en la sociedad, aunque algunas tienen más poder que otras. Como hombres, podemos utilizar nuestro poder con las mujeres y las niñas para intentar cambiar el desequilibrio de poder que existe en la sociedad. Esto ayuda a crear familias y comunidades armoniosas y mejora la situación de todas las personas, pues el estrés o la tensión y la violencia se reducen.

Comprobación (5 minutos)

PREGUNTE a los cuidadores qué les ha parecido la sesión y si quieren que se realice algún cambio para la siguiente. (Es importante que reaccione ante los cambios sugeridos por los cuidadores, así como que explique las razones por las que no son posibles).

RECUERDE a los cuidadores que pueden dejar valoraciones en la caja de comentarios y que usted estará disponible al final de la sesión para hablar con ellos si es necesario.

Conclusión (5 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Si están preparados, hablen con las mujeres sobre cómo pueden ofrecerles una ayuda adicional, y pongan en práctica las habilidades que hemos aprendido hoy. Compartan sus reflexiones durante la sesión de la próxima semana.



NOTA PARA LOS FACILITADORES PARA LA PRÓXIMA SESIÓN:

- ☐ Prepare recortes para la actividad sobre los derechos.

SESIÓN 9:

CRIANZA PARA LA IGUALDAD

Objetivos de la sesión:

Al final de la sesión, los cuidadores:

1. Estudiarán más a fondo la idea de los roles de género y cómo afectan a las adolescentes.
2. Aprenderán a contribuir a la defensa de los derechos de las niñas.

Materiales:

- ☐ papel de rotafolio
- ☐ rotuladores
- ☐ papel A4
- ☐ bolígrafos
- ☐ cinta o cuerda
- ☐ El Reloj de Actividades (recurso 9.1)
- ☐ Impresión de los derechos en el recurso 9.2.
- ☐ caja o bolsa pequeña para los recortes sobre los derechos

Duración: Esta sesión podría durar hasta 2,5 horas. Si no puede finalizar la sesión en el horario asignado, también puede dividirla en dos sesiones.

Momento: Antes de empezar o al mismo tiempo que la participación de las adolescentes en las sesiones tituladas “Nuestras relaciones”, partes 1 y 2.

Bienvenida y examen (5 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Han hablado con las mujeres sobre cómo pueden ofrecerles una ayuda adicional? ¿Cómo ha ido?

Análisis (10 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- En su casa, ¿cuáles son las normas o expectativas de comportamiento para los niños? ¿Existen diferencias entre las niñas y los niños? (Pida a los voluntarios que compartan algunos ejemplos).



NOTA: Si los hombres solo tienen hijas, pregúnteles en qué se diferencia el trato que les dan según su edad.

- ¿Existen diferencias entre las normas y expectativas para las hijas y para las nueras? (Pida a los voluntarios que compartan algunos ejemplos).



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Por qué tenemos diferentes normas y expectativas para las niñas y para los niños, especialmente durante la adolescencia?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- Mucho antes de llegar a la adolescencia, empezamos a preparar a las niñas y los niños para que ejerzan sus “roles de género”. Por ejemplo, puede que a las niñas se les asignen más tareas domésticas que

a los niños y que se espere que los niños vayan a trabajar. Las normas y expectativas que ponemos en las niñas y los niños se basan, en muchos casos, en lo que hablamos antes: el Cuadro de Género. Por ejemplo, a los niños se les enseña a no llorar, a no tener miedo y a no ser indulgentes, así como a ser firmes y fuertes. Por otro lado, a las niñas se les pide que no sean exigentes y que sean indulgentes, complacientes y maternales.

Esto puede afectar a la forma en la que tratamos a las niñas y los niños, así como a las oportunidades, expectativas y normas que les imponemos a estos.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Creen que cuando nos ceñimos a las normas establecidas sobre lo que deberían hacer las niñas y los niños conseguimos el mayor éxito para ellos, nuestras familias y la sociedad?

Actividades (1 hora y 25 minutos)

Actividad 1: Igualdad de oportunidades para niñas y niños (20 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Qué queremos decir cuando hablamos de “nuestros derechos”?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Nuestros derechos incluyen los aspectos que todas las niñas, las mujeres, los niños y los hombres merecen, independientemente de quiénes sean y dónde vivan, para poder vivir en un mundo justo y equitativo. Estamos protegidos por muchos de estos derechos a través de leyes y acuerdos que nuestros propios países o los países de acogida han firmado.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Alguien puede pensar en algún derecho que tengamos como hombres?
- ¿Y cuáles son los derechos que tienen las mujeres?

AÑADIR LO SIGUIENTE a la lista [se necesita CONTEXTUALIZACIÓN]:

- Derecho a ser tratadas igual que los hombres y sin discriminación y a vivir libre de violencia.
- Derecho al trabajo
- Derecho a la educación
- Derecho a vivir con libertad y seguridad
- Derecho a decir y pensar lo que queramos



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Alguien conoce cuáles son los derechos de las niñas y los niños?

[ANOTE sus respuestas en un rotafolio. Se necesita **CONTEXTUALIZACIÓN**.]



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Las niñas y los niños, al igual que los hombres y las mujeres, están protegidos mediante varios derechos, y como cuidadores, es nuestra responsabilidad asegurarnos de que sus derechos están protegidos. Vamos a escuchar algunos de los derechos que tienen las niñas y los niños.



HAGA LO SIGUIENTE: Coloque los derechos recortados (**apéndice 2**) en una bolsa o caja pequeña. Pida a cada cuidador o cuidadora que extraiga uno de la caja o la bolsa y pregúntele si desea leerla en alto o si le gustaría que el facilitador la leyese en alto.

Una vez haya terminado,



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Qué pensamos de los derechos que he mencionado? ¿Concedemos estos derechos por igual a niñas y niños?
- ¿Qué podemos hacer para garantizar que las niñas también tengan acceso a estos derechos?



DIGA LO SIGUIENTE: Es importante recordar que estos derechos se aplican a todas las adolescentes, entre las que se incluyen niñas casadas, divorciadas y con discapacidad, al igual que a los niños.



DIGA LO SIGUIENTE: Además, tenemos la función de asegurarnos de que no estamos impidiendo a nadie garantizar sus derechos. Podemos empezar ayudándonos mutuamente y a las mujeres que conocemos. Algunas de las cosas que podemos hacer son:

- Respetar las ideas de las mujeres y las niñas, aunque sus ideas sean diferentes a las nuestras.
- Tratar a las mujeres y las niñas por igual, independientemente de si están casadas, solteras, divorciadas o viudas, o de si tienen una discapacidad.
- Acoger a las mujeres, las niñas, los niños y los hombres que provienen de diferentes culturas y orígenes.
- Compartir información con las mujeres, las niñas, los niños y los hombres sobre dónde pueden informarse sobre sus derechos.

Actividad 2: La experiencia de las niñas y los niños en el entorno familiar (25 minutos)



HAGA LO SIGUIENTE: Coloque cinta o cuerda a lo largo de la habitación.



DIGA LO SIGUIENTE: Leeré varios enunciados y ustedes decidirán si están de acuerdo o en desacuerdo con ellos.



DIGA LO SIGUIENTE: Las personas que estén de acuerdo se colocarán en un extremo de la línea y las que no lo estén se colocarán en el otro. Las personas que no estén seguras pueden colocarse en algún punto de la línea, según estén más o menos de acuerdo con el enunciado.



NOTA: En el caso de los cuidadores que tengan actitudes y creencias perjudiciales sobre los roles de las niñas, las mujeres, los niños y los hombres, no entablen una confrontación individual con los participantes sobre su opinión con respecto a un enunciado concreto, sino que aprovechen la oportunidad para debatir esta cuestión en el grupo en general].

Adaptación:

Si los participantes tienen dificultad para caminar, puede adaptar la actividad para que levanten dos manos si están de acuerdo, una si no lo están y ninguna si no están seguros, o esta puede desarrollarse como debate en el que todas las personas compartan su opinión verbalmente.

Cuidadores de niñas solteras	Cuidadores de niñas casadas o divorciadas
- Tanto las niñas como los niños deberían ayudar a su familia con las responsabilidades domésticas y de cuidado por igual. - El cuidado de los niños es responsabilidad de las mujeres, no de los hombres. - Los niños son menos sensibles que las niñas. - Es más importante que los niños vayan a la escuela que las niñas cuando las familias tienen poco dinero para pagar los gastos de escolarización. - Las niñas deben disponer de la misma cantidad de tiempo libre que los niños para jugar y estudiar. - Las mujeres deberían poder tener las mismas oportunidades de tomar decisiones que los hombres.	- Las nueras deben hacer lo que les ordenen sus esposos y su familia política. - Las nueras y sus esposos deberían ayudar por igual a su familia con las responsabilidades domésticas y de cuidado por igual. - Las niñas deben tener la misma voz que sus esposos en lo que respecta a la planificación familiar y el uso de anticonceptivos. - Las niñas no pueden ni deben llevar el presupuesto en el hogar, ya que el esposo puede gestionarlo mejor. - Las nueras deben disponer de la misma cantidad de tiempo libre que otros familiares. - Las mujeres deberían poder tener las mismas oportunidades de tomar decisiones que los hombres.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Qué diferencias han notado en cómo percibimos o tratamos a las niñas o nueras y a los niños?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- Normalmente, las niñas tienen menos oportunidades y se espera de ellas que asuman más responsabilidades domésticas, lo que les deja menos tiempo para estudiar y acceder a otras oportunidades.
- En ocasiones, los cuidadores expresan más sus frustraciones hacia las niñas que hacia los niños, porque se espera que las niñas perdonen y acepten. Además, a veces, pueden expresar más estas emociones hacia las nueras que hacia las hijas.
- Asimismo, es posible que espere que las niñas asuman más responsabilidades y ayuden más en el hogar, debido a la creencia de que este es el rol propio de una niña.
- Las expectativas que ponemos en las niñas pueden hacer que limitemos su potencial y les impidamos desarrollar sus habilidades y competencias.

Actividad 3: Los roles de género en mi hogar (40 minutos)⁵³



HAGA LO SIGUIENTE: Haga dos grupos y proporcione a cada grupo un Reloj de Actividades (apéndice 1). Asígneles las siguientes tareas:

Cuidadores de niñas solteras	Cuidadores de niñas casadas o divorciadas
Grupo 1: ¿Qué hacen las niñas durante las diferentes horas del día que aparecen en el reloj? Grupo 2: ¿Qué hacen los niños durante las diferentes horas del día que aparecen en el reloj?	Grupo 1: ¿Qué hacen las nueras durante las diferentes horas del día que aparecen en el reloj? Grupo 2: ¿Qué hacen sus esposos durante las diferentes horas del día que aparecen en el reloj?

53 Adaptado de IRC, "Engaging Men through Accountable Practice" <http://gbvresponders.org/prevention/emap-tools-resources/>

 **NOTA:** Puede que no estén exactamente de acuerdo en todos los puntos, pero pídeles que tomen una decisión con respecto a las cuestiones más comunes. Es posible que los hombres no estén muy familiarizados con las tareas que las mujeres, las niñas y los niños desempeñan en el hogar. Indague más y pregúnteles: “¿Quién pone la lavadora? ¿Cómo creen que se realiza esta tarea? ¿Quién recoge el agua? ¿Quién compra verdura?”, etc.

 **HAGA LO SIGUIENTE:** Una vez hayan transcurrido 10 minutos, vuelva a juntar a los grupos y pídeles que compartan sus horarios.

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:**

- ¿Qué aprecian en estos horarios?
- ¿Quién tiene una lista más larga de tareas por hacer cada día? ¿Por qué?
- ¿Cómo se asignan las tareas a las niñas y los niños o a las nueras y sus esposos?

 **NOTA:** Aclare las diferencias existentes entre las niñas y los niños o las nueras y sus esposos.

- ¿Debería consultarse a las niñas o nueras sobre las tareas que se les asignan?

 **EXPLIQUE LO SIGUIENTE:**

- Es esencial asegurarse de que las niñas tengan la oportunidad de desarrollar sus competencias para la vida. Dado que es posible que las niñas no tengan tanto tiempo libre como sus hermanos, puede que no tengan la oportunidad de adquirir competencias importantes para su desarrollo.
- En el caso de las niñas casadas, sin estas competencias para la vida, las niñas tendrán más dificultades para lidiar con la presión que conlleva la edad adulta o el matrimonio y pueden no tener la capacidad y las competencias para cuidarse a sí mismas ni a las personas que las rodean.
- Aunque se espera que los niños y las nueras ayuden en el hogar especialmente en épocas difíciles, estas tareas se pueden distribuir de manera más igualitaria entre niñas y niños. De esta manera, las niñas también dispondrán de parte del tiempo libre que normalmente pueden tener los niños.

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Cómo podemos conseguir que las responsabilidades domésticas se distribuyan de forma más equitativa y ofrecer un mayor apoyo a la familia?

 **NOTA:** Puede que los hombres digan que esto es algo en lo que no se tienen que involucrar, es decir, que es responsabilidad de las mujeres. Pídeles que piensen en formas en las que pueden demostrar a las mujeres y las niñas un mayor interés por las responsabilidades que estas tienen y cómo pueden ofrecer apoyo.

 **DIGA LO SIGUIENTE:** Los niños y los hermanos pueden ser un gran apoyo para sus hermanas en la distribución de tareas; esto puede fortalecer los vínculos familiares y también ayudar a los niños a aprender nuevas habilidades.

En el caso de las niñas solteras o divorciadas:	En el caso de los cuidadores de niñas casadas:
 HAGA LO SIGUIENTE: Básele en el debate que mantuvieron con las mujeres sobre la forma en la que los hombres podrían ofrecerles una mayor ayuda en el hogar.  PIDA a los cuidadores, en parejas, que hablen sobre cómo introducir en la familia esta idea de toma de decisiones compartida con las niñas y los niños.	 PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cuáles son algunas de las formas en las que pueden hablar con sus esposas o parejas sobre cómo apoyar a sus hijas casadas?

En el caso de los cuidadores de las niñas solteras o divorciadas, introduzca el tema de la toma de decisiones en la familia.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Estos son algunos consejos sobre la introducción de las responsabilidades domésticas compartidas en su familia:

Paso 1: Hablen sobre el tema con las mujeres responsables de la toma de decisiones en el hogar.

- Díganles que, basándose en su última conversación, también quieren hablar con las niñas y los niños sobre cómo pueden participar en la creación de un entorno familiar propicio.
- Pregúntenles cómo les gustaría abordarlo, por ejemplo, "¿Qué nos sugieren que hagamos para plantearse?".

Paso 2: Una vez se hayan puesto de acuerdo, pregunten a las niñas en qué tareas les gustaría recibir más apoyo. Asegúrense de escuchar sus opiniones e ideas y aborden las que sean realistas. De forma alternativa, puede que las mujeres prefieran tener estas conversaciones con las niñas.

Paso 3: Pidan a los niños que piensen en el futuro que quieren para sus hermanas. ¿Quieren que progresen en sus estudios o en su trabajo y en sus vidas? A continuación, explíquenles a los niños que esto implica que las niñas necesitan el mismo tiempo para la escuela, los deberes y las actividades.

Paso 4: Alienten a las niñas y los niños y elógiénlos cuando se apoyen mutuamente. Esto hará que se sientan valorados.

Paso 5: Mantengan el contacto con las mujeres, las niñas y los niños con regularidad para ver cómo funciona la nueva distribución de tareas.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Creen que estas medidas son realistas? ¿Qué deberíamos cambiar para que se adaptasen mejor a su situación? ¿Qué les ha parecido esta actividad? ¿Creen que pueden practicar algunos de estos aspectos en casa con su familia?

En el caso de los cuidadores de niñas casadas, existen algunos consejos que podemos emplear para ayudarnos a mantener esta conversación:

Paso 1: Hablen sobre el tema con las mujeres del hogar.

- Díganles que, partiendo de su última conversación, también quieren hablar con sus hijas casadas para saber cómo podemos crear un entorno propicio para ella. Por ejemplo, "Quiero preguntar cómo creen que podemos hablar con nuestras hijas casadas sobre cómo ayudarlas, aunque ya no vivan con nosotros".
- Pregúntenles cómo les gustaría abordarlo, por ejemplo, "¿Qué nos sugieren que hagamos para plantearse?".

Paso 2: Una vez hayan llegado a un acuerdo, pregunten a las niñas casadas cómo pueden ayudarlas, aunque ahora estén casadas. Asegúrense de escuchar sus opiniones e ideas y aborden las que sean realistas. De forma alternativa, puede que las mujeres prefieran tener estas conversaciones con las niñas.

Paso 3: Mantengan un contacto regular con las niñas para comprobar si creen que estas nuevas medidas están funcionando o si necesitan una ayuda adicional.

Mensaje clave



DIGA LO SIGUIENTE: Los derechos son algo que todas las niñas, los niños, las mujeres y los hombres deberían tener o poder ejercer, y todos tenemos los mismos. Como cuidadores, tenemos la responsabilidad de ayudar a las niñas y los niños a garantizar sus derechos y también asegurarnos de que no estamos impidiendo que otras personas garanticen sus derechos. Una forma de empezar sería ayudar a las mujeres y las niñas que cuidamos.

Comprobación (5 minutos)

PREGUNTE a los cuidadores qué les ha parecido la sesión y si quieren que se realice algún cambio para la siguiente. (Es importante que reaccione ante los cambios sugeridos por los cuidadores, así como que explique las razones por las que no son posibles).

RECUERDE a los cuidadores que pueden dejar valoraciones en la caja de comentarios y que usted estará disponible al final de la sesión para hablar con ellos si es necesario.

Conclusión (5 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Intenten utilizar las medidas mencionadas en la última actividad con las mujeres, las niñas y los niños de su familia; intenten utilizarlas también con las niñas casadas.



NOTA PARA LOS FACILITADORES PARA LA PRÓXIMA SESIÓN:

- ☐ Conozca el marco jurídico del matrimonio en contexto. Prepare ilustraciones para la historia de Zeina con antelación.
- ☐ En la sesión, se compartirá un vídeo, así que organícese para tener un portátil o un proyector para reproducir el vídeo si es posible y compruebe si funciona (puede que sea necesario tener conexión a Internet).

SESIÓN 10:

EL MATRIMONIO EN NUESTRA COMUNIDAD

Objetivos de la sesión:

Al final de la sesión, los cuidadores:

1. Comprenderán las causas fundamentales del matrimonio temprano.
2. Comprenderán las consecuencias del matrimonio temprano.
3. Identificarán los mecanismos alternativos de afrontamiento que no recurren al matrimonio temprano.

Materiales:

- ☐ kit de material artístico
- ☐ caja de comentarios
- ☐ papel de rotafolio
- ☐ rotuladores
- ☐ papel A4
- ☐ bolígrafos
- ☐ cinta o cuerda
- ☐ proyector
- ☐ portátil y altavoces si se va a reproducir el vídeo de Girl Effect.

 **NOTA:** Si no dispone de proyector, portátil o altavoces, puede omitir la parte del vídeo de la sesión.

Preparación:

- Asegúrese de que el vídeo esté preparado con antelación y listo para mostrárselo a los participantes. Existe la opción de modificar el idioma de los subtítulos, de modo que asegúrese de hacerlo antes de la sesión.
- Es posible que quiera preparar algunas ilustraciones para la historia de Zeina si es posible para ayudar a orientar la historia.

Nota para el facilitador:

- En países en los que es ilegal contraer matrimonio siendo menor de 18 años, es posible que algunos cuidadores oculten los matrimonios de las niñas. Por el contrario, los cuidadores pueden denunciar los matrimonios a las autoridades si es la propia niña la que toma la decisión de casarse; esto puede ocurrir en contextos en los que las niñas contraen un matrimonio “por amor” que los cuidadores desaprueban. Ambos escenarios pueden ser problemáticos si esto implica que las niñas no reciben el apoyo que necesitan. Es importante que, como facilitador, se centre en resaltar los riesgos que el matrimonio temprano supone para las niñas y en las maneras en las que los cuidadores pueden seguir apoyando a las niñas si estas se casan.

Duración: Esta sesión podría durar hasta 2,5 horas. Si no puede finalizar la sesión en el horario asignado, también puede dividirla en dos sesiones.

Momento: Después de la sesión 10 para cuidadoras

Bienvenida y examen (10 minutos)

En el caso de los cuidadores de niñas solteras,

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Han podido introducir la toma de decisiones compartida en la familia acerca de las responsabilidades domésticas mediante el uso de los pasos anteriormente mencionados? ¿Cómo ha ido?

En el caso de los cuidadores de niñas casadas,

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Han podido hablar con las niñas casadas sobre el apoyo que necesitan?

Análisis (15 minutos)

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Cómo es el matrimonio en su comunidad?

Preguntas de sondeo para fomentar el debate:

- ¿Cuál es la mejor edad para que las mujeres contraigan matrimonio? ¿Y los hombres?
- ¿A qué edad se casan realmente las mujeres? ¿Y los hombres?

 **NOTA:** En algunos contextos, esta pregunta puede ser delicada debido a los marcos jurídicos. Tenga cuidado con el planteamiento en contextos en los que este sea el caso.

- ¿Quién toma las decisiones sobre la persona con la que contraer matrimonio y sobre el momento? ¿Es diferente para las mujeres y para los hombres?
- ¿Es la misma situación ahora que antes del desplazamiento? ¿Qué diferencias y similitudes existen?
- ¿Cómo es el matrimonio para las mujeres y las niñas con discapacidad? ¿Qué trato reciben en la comunidad las mujeres divorciadas?

 **DIGA LO SIGUIENTE:** El matrimonio es algo que muchas personas eligen. Es el momento en el que dos personas deciden que quieren establecer una alianza y, a veces, esto incluye tener hijos. El matrimonio puede adoptar muchas formas. A veces, dos personas se enamoran y deciden casarse. Otras veces, puede implicar a otros familiares o amigos que ayudan a las mujeres o los hombres a encontrar un posible esposo o esposa. Puede deberse a intereses financieros o para mantener ciertos vínculos familiares. Lo importante es recordar quién tiene el poder de elegir decir que sí y de elegir con quién casarse. Si el poder es el mismo, el matrimonio puede ser una experiencia muy positiva; no obstante, si el poder es desigual, el matrimonio puede ser insano o perjudicial, especialmente para las niñas, por su salud, su seguridad y su bienestar emocional.

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿A quién se le ocurren ejemplos de casos en los que el poder puede no ser igual?

Si el grupo no lo menciona y resulta pertinente, **AÑADA** estos ejemplos:

- Cuando los padres fuerzan a la niña a casarse con alguien o la influncian.
- Cuando una niña es pequeña (menor de 18 años) y el hombre es un adulto.
- Cuando la diferencia de edad entre la mujer y el hombre es muy grande.
- Cuando el poder de la comunidad y la sociedad hace que las niñas y los progenitores creen que las niñas deben casarse a una edad más temprana.

 **DIGA LO SIGUIENTE:** Hoy hablaremos sobre las cosas maravillosas que conlleva el matrimonio y también sobre los aspectos perjudiciales que puede conllevar si el proceso del matrimonio no es igual para las niñas o las mujeres.

Actividades (1 hora y 25 minutos)

Actividad 1: El concepto de matrimonio (20 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: El matrimonio es algo que forma parte de nuestra cultura y nuestra comunidad. Existen muchas formas de celebrar y valorar el matrimonio.



HAGA LO SIGUIENTE: Divida a los participantes en dos o tres grupos y pídeles que hablen brevemente sobre los aspectos positivos del matrimonio. Cuando hayan terminado, pídeles que hablen sobre lo que han debatido con el grupo en general.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cuáles son los retos que supone el matrimonio?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: El matrimonio tiene aspectos positivos y también retos. No obstante, en ocasiones, los retos pueden aumentar cuando el poder en el matrimonio no es igualitario, como en los ejemplos que hemos mencionado previamente. Por ello, vamos a indagar en algunos de estos ejemplos y hablaremos sobre el matrimonio temprano.

Actividad 2: Por qué se produce el matrimonio temprano (35 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Alguien sabe lo que significan los términos “matrimonio temprano”, “matrimonio infantil” o “matrimonio forzado”? ¿Los han escuchado antes?



DIGA LO SIGUIENTE:

- Los términos “matrimonio temprano” y “matrimonio infantil” se emplean para describir el matrimonio de niñas y niños menores de 18 años.
- En virtud de muchos acuerdos internacionales, el matrimonio que se produce antes de los 18 años puede resultar perjudicial para las niñas, incluso si el marco jurídico o el derecho religioso lo permite.
- El término “matrimonio forzado” puede aplicarse a las niñas que se casan siendo menores de 18 años, pero también a los matrimonios a cualquier edad en los que una persona se ve forzada a casarse con otra.



Es posible que no todos estén al tanto del marco jurídico de los países de los que son ciudadanos o en los que están alojados. Si el matrimonio es ilegal antes de los 18 años, indíquese al grupo para que dispongan de esta información. Asimismo, si la edad para contraer matrimonio es diferente en el país en el que están alojados en comparación con el país al que pueden regresar (por ejemplo, Siria o el Líbano), es importante disponer de esta información, así como de la información relacionada con la manera de gestionar este proceso.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Qué opinan sobre la información presentada?



DIGA LO SIGUIENTE: Algunos de nosotros nos hemos casado antes de los 18 años o con alguien que tenía menos de 18 años; es algo muy común. Además, es posible que nos hayamos casado con una mujer joven y no haya habido complicaciones, de modo que no estamos seguros del motivo por el que esto puede ser un problema. No obstante, con el tiempo, tenemos más información y pruebas científicas que nos indican que el matrimonio a una edad temprana puede resultar perjudicial y complicado para las niñas.



HAGA LO SIGUIENTE: Cuente la siguiente historia al grupo y deténgase en momentos concretos para realizar preguntas al grupo sobre los acontecimientos.

► Parte 1

Zeina tiene 15 años y sus padres quieren que se case. Les preocupa que se haga mayor y pase mucho tiempo fuera de casa. Los padres de Zeina también están atravesando dificultades económicas y, desde que se mudaron al lugar actual, no han conseguido trabajo. Creen que Zeina se está haciendo demasiado mayor para compartir el espacio con sus hermanos, especialmente ahora que menstrúa. El matrimonio les ayudará a gestionar mejor sus finanzas y creen que ofrecerá a Zeina una vida mejor. También hará que las personas dejen de hablar de Zeina por no estar todavía casada.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cuáles son los motivos que contribuyen a la decisión de casar a Zeina?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE si los participantes no lo mencionan:

- Como hemos hablado en sesiones anteriores, en la sociedad, existen diferentes expectativas para las niñas y las mujeres que para los niños y los hombres. Esto incluye mantener a las niñas en el cuadro correspondiente a las mujeres y controlar cómo se comportan, con quién deben pasar el tiempo y las actividades que se les permite realizar.
- Esto ocurre porque es posible que, en muchos lugares, las niñas no se valoren de la misma manera que los niños. Se espera que los niños cuiden de sus padres cuando se hacen mayores y trabajen para conseguir ingresos; no se espera lo mismo de las niñas. En su lugar, las niñas se consideran una carga económica. Cuando se dan situaciones de desplazamiento, muchas familias pueden optar por casar a sus hijas como forma de aliviar la carga financiera y de proporcionar a las niñas lo que creen que es una mejor oportunidad en la vida. Existen muchos ejemplos de niñas que ganan unos ingresos para su familia y cuidan a sus padres cuando estos son mayores, pero debido a las expectativas puestas en las mujeres (incluidas en el cuadro correspondiente a las mujeres)⁵⁴, existe la percepción de que las niñas no pueden realizar este tipo de actividades.

► Parte 2

Los padres de Zeina le plantean la idea del matrimonio. Zeina está confusa. Es feliz yendo a la escuela. No obstante, algunas de sus amigas se han casado y le gusta la idea de tener su propia habitación y no tener que compartirla con sus hermanos. Además, le preocupa no casarse pronto y no conseguir un buen esposo.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cuáles son las razones por las que Zeina quiere casarse?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE [si no se menciona en las respuestas de los participantes]:

- Zeina está influenciada por las expectativas de la comunidad y la presión de sus iguales. Su razón para querer casarse es que la sociedad ha enseñado a las niñas como Zeina que, si no se casan jóvenes, puede que no se casen.
- A Zeina le han dicho que cuando aparece un “buen partido” debe casarse con él inmediatamente, pues no se sabe si aparecerá otro. Además, dada la difícil situación en el hogar, Zeina cree que la vida de casada será una vía de escape de las penurias.
- Aunque puede parecer que Zeina está tomando la decisión de casarse, está influenciada por el entorno en el que vive.

► Parte 3

Zeina se casa, y la vida de casada no es exactamente como imaginaba. Dejó la escuela y está sufriendo nuevas presiones por parte de su nueva familia, como tener niños o asumir todas las tareas domésticas. Zeina no cree que tenga el poder para pedir lo que quiere o necesita.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cuál es la repercusión emocional o física sobre Zeina?

54 [1] En la sesión 3, hablamos de que los cuadros correspondientes a los hombres y las mujeres se referían a las expectativas de la sociedad sobre cómo deben ser las mujeres y las niñas o los niños y los hombres, cómo deben actuar, cómo deben sentir y qué deben decir. Muchas personas diferentes, la comunidad y las experiencias nos las enseñan desde el momento en el que nacemos.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Lo que Zeina ha experimentado les ocurre a muchas niñas. Puede que algunas de nuestras esposas e hijas hayan vivido una situación similar. Las niñas que atraviesan una situación similar a la de Zeina se sienten aisladas, infelices y abrumadas por el matrimonio. Además, pueden sufrir riesgos para su salud y estos pueden ser muy graves.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cuáles son algunas de las consecuencias de que Zeina se case a una edad temprana?



HAGA LO SIGUIENTE: Comparta sus ideas con el grupo y AÑADA lo que falte.



NOTA: Si tiene la posibilidad, puede mostrar a los participantes el vídeo de Girl Effect. Está disponible la traducción en varios idiomas, incluidos el francés y el árabe. <https://www.youtube.com/watch?v=1e8xgF0JtVg>



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- Las niñas que se casan jóvenes suelen abandonar la escuela y pierden años importantes de su educación. Por ello, tendrán un conocimiento, unas habilidades y una experiencia limitadas para negociar sus roles matrimoniales adultos.
- Las niñas que se casan a una edad temprana tienen una mayor probabilidad de sufrir violencia durante su matrimonio. Cuanto mayor sea la diferencia de edad, más probable es que sufran violencia. Las niñas que se casan a una edad temprana tienen una mayor probabilidad de describir su primera experiencia sexual como forzada.
- Con frecuencia, se espera que la procreación llegue después del matrimonio, y los primeros partos son los más arriesgados para las jóvenes madres adolescentes. El embarazo en este momento es muy peligroso, y los médicos recomiendan que las niñas terminen la pubertad y la adolescencia antes de intentar tener hijos.
- Las adolescentes jóvenes embarazadas tienen un riesgo considerablemente mayor de morir durante el parto o después de este.
- Por ejemplo, las niñas que se quedan embarazadas a una edad temprana suelen tener partos difíciles porque su pelvis es demasiado pequeña. Esto puede derivar en la necesidad de operarlas para dar a luz al bebé.
- Las niñas jóvenes también están en riesgo de dar a luz a sus bebés demasiado pronto, antes de que el bebé esté preparado para nacer.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Qué opinan sobre la información presentada?
- ¿Creen que esta información podría ayudar a alguien a tomar una decisión fundamentada sobre el matrimonio temprano? ¿Por qué?
- ¿Qué pueden hacer los cuidadores si las propias niñas les piden casarse?

Actividad 3: Estrategias para retrasar el matrimonio (para los cuidadores de niñas solteras) (30 minutos)



NOTA: Esta versión de la actividad 3 está dirigida a los cuidadores de niñas solteras. A continuación, se presenta una actividad 3 diferente para los cuidadores de niñas casadas o divorciadas.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Respetamos que el matrimonio sea una parte importante de la comunidad y que sea algo que muchas personas hacen. No obstante, también pensamos que, debido a los daños asociados al matrimonio a una edad temprana, existen medidas que podemos tomar para retrasar el matrimonio de las niñas hasta que sean mayores (mayores de 18 años). Esto ayudará a las niñas a tener más posibilidades de un matrimonio y una vida sanos. Para poder ayudar a las niñas a retrasar el matrimonio hasta que sean mayores, es necesario tener en cuenta la opinión de los cuidadores, pero también de los miembros de la comunidad a la hora de decidir cuándo y con quién deberían casarse nuestras hijas.



DIGA LO SIGUIENTE: Voy a dar a cada grupo un escenario y, en su grupo, pensarán en estrategias sobre cómo la familia puede plantearse retrasar el matrimonio de su hija hasta que sea mayor. Para tomar una decisión con respecto a las estrategias, hay dos aspectos clave que se deben tener en cuenta:

1. Piensen en las personas a las que pueden incluir en su estrategia (por ejemplo, la niña, el cuidador, los responsables de la toma de decisiones en su comunidad o el posible esposo y su familia).
2. Piensen en los efectos que el retraso del matrimonio puede tener para la niña y su familia; si hay efectos negativos, ¿qué se puede hacer para resolverlos?



HAGA LO SIGUIENTE: Divida a los participantes en dos grupos y proporcione a cada grupo un escenario. Si no pueden leer, puede leerle los escenarios al grupo. Los participantes pueden compartir sus escenarios y estrategias con el grupo en general mediante una escenificación.

Escenarios (se necesita **CONTEXTUALIZACIÓN**)

Escenario 1:

Yusra y Kamal tienen tres hijos y, actualmente, Kamal no tiene trabajo. Yusra gana algo de dinero, pero no es suficiente para mantener a sus hijos. Tuvieron que desescolarizar a su hija mayor debido a la situación financiera. Kamal cree que quizás sea mejor que su hija se case para reducir la carga financiera que supone para ellos. Kamal quiere mucho a su hija, pero cree que esto es lo mejor para ella. Kamal quiere su consejo.

[**AÑADA** las siguientes posibilidades, si no se mencionan. Podrían pedir a Kamal que pensase en los pros y los contras de la decisión de casar a su hija. Podrían animar a Kamal a pensar en estrategias alternativas antes de casar a su hija, y pedirle que pensase en los lugares en los que podrían obtener un apoyo adicional para que su hija siguiese yendo a la escuela.]

Escenario 2 [para contextos en los que el embarazo adolescente puede derivar en un matrimonio forzado]:

Nancy tiene 15 años y hace poco descubrió que está embarazada. Le preocupa contárselo a sus padres porque tiene miedo de que estos la obliguen a casarse con el hombre que la dejó embarazada. Nancy no se quiere casar con él, quiere terminar su educación y quedarse con su familia hasta ser un poco mayor. ¿Cómo puede responder el padre de Nancy ante esta situación?



NOTA: Este escenario puede ser bastante complicado. Los padres pueden decir que la niña no tiene otra opción que casarse. Anímela a pensar en ideas alternativas al matrimonio. ¿Cómo puede Nancy continuar yendo a la escuela cuando tenga un bebé? ¿Qué permitiría que Nancy se quedase en casa y no se casase? ¿Qué pasaría si Nancy se casara? ¿Cómo se sentiría?

Escenario 2 [para contextos delicados]:

La familia de Adam está creciendo y hace poco su primo también se mudó a su casa con su familia. Los hijos de Adam están compartiendo una habitación pequeña, incluida su hija mayor Nancy, que tiene 16 años. Adam cree que la mejor solución es que Nancy se case, porque así tendrá su propio espacio y la casa no estará tan abarrotada. ¿Debería retrasarse el matrimonio de Nancy? ¿Cómo se puede conseguir esto?



NOTA: Deben pensar en los pros y los contras de la decisión de casar a Nancy (por ejemplo, los riesgos para la salud de Nancy, el abandono escolar, el aislamiento, etc.). Deberían pensar en estrategias alternativas que puedan ayudar a retrasar el matrimonio.

Actividad 3: El apoyo a las niñas casadas y divorciadas (para cuidadores de niñas casadas o divorciadas) (30 minutos)



NOTA: Esta versión de la actividad 3 está dirigida a los cuidadores de niñas casadas o divorciadas. Más arriba, hay una versión diferente de la actividad 3 para cuidadores de niñas solteras.



DIGA LO SIGUIENTE: Hemos aprendido algunos de los riesgos a los que se enfrentan las niñas casadas y divorciadas. Pero podemos hacer algo. Vamos a pensar en formas en las que podemos ayudar a las niñas casadas y divorciadas de nuestro entorno en la comunidad en general.



HAGA LO SIGUIENTE: Divida a los participantes en dos grupos, uno centrado en las niñas casadas y otro en las divorciadas. Pida a los grupos que planteen formas en las que pueden apoyar a estas niñas incluso aunque no estén a su cuidado.

Cuando hayan terminado, si no se mencionan, **AÑADA los puntos siguientes:**

- Si es posible, comprueben cuáles son las necesidades materiales de las niñas casadas y divorciadas (en concreto, alimentos, dinero, compresas higiénicas, ropa y material escolar). Es posible que la familia política no pueda ofrecer el apoyo adecuado, de manera que deberán ponerse en contacto con la niña o pedir a una cuidadora que lo haga si resulta más pertinente.
- Comprueben cuáles son las necesidades emocionales de las niñas; en concreto, si ustedes son un familiar político, concédanles tiempo para ver a sus amigos y su familia. Si son cuidadores, tómense tiempo para visitar a las niñas y pasar tiempo con ellas.
- Si es posible, comprueben cuáles son las necesidades vocacionales y educativas de las niñas casadas y divorciadas; quizás quiera volver a la escuela un curso o generar ingresos para ser independiente.
- Si es posible, comprueben las necesidades de salud de las niñas casadas y divorciadas. Las niñas pueden necesitar acceso a medicamentos, atención de salud, servicios de planificación familiar, atención prenatal, etc. Animen a las niñas a esperar a cumplir los 18 años para tener hijos, incluso si ya han tenido un niño; cada parto es diferente, y deberían retrasar el embarazo hasta que su cuerpo esté totalmente desarrollado para evitar los riesgos para la salud, como la muerte de la madre o el bebé.

Mensaje clave para los cuidadores de niñas solteras



DIGA LO SIGUIENTE: Existen muchos daños asociados al hecho de que las niñas contraigan matrimonio a una edad temprana, de modo que casar a las niñas a una edad más avanzada les ofrecerá una mayor oportunidad de tener un matrimonio sano. Para poder ayudar a las niñas a retrasar el matrimonio hasta que sean un poco mayores, se debe tener en cuenta la opinión de los cuidadores, pero también de la comunidad, sobre todo los hombres y los niños, que tienen el poder de decidir cuándo y con quién casarse.

Mensaje clave para los cuidadores de niñas casadas



DIGA LO SIGUIENTE: Aunque existen muchos retos asociados a las niñas que se casan a una edad temprana, como cuidadores, hay muchas maneras de ayudar a las niñas en su situación. Algunas de ellas son comprobar sus necesidades materiales, emocionales, educativas y de salud. Hablar con ellas para retrasar el embarazo hasta los 18 años es fundamental para garantizar su salud y la de sus bebés. Como cuidadores, es posible que no dispongamos de los recursos necesarios para atender todas estas necesidades, pero una de las cosas sobre las que tenemos control es la satisfacción de las necesidades emocionales de las niñas en particular.

Comprobación (5 minutos)

PREGUNTE a los cuidadores qué les ha parecido la sesión y si quieren que se realice algún cambio para la siguiente. (Es importante que reaccione ante los cambios sugeridos por los cuidadores, así como que explique las razones por las que no son posibles).

RECUERDE a los cuidadores que pueden dejar valoraciones en la caja de comentarios y que usted estará disponible al final de la sesión para hablar con ellos si es necesario.

Conclusión (5 minutos)

- En el caso de los cuidadores de niñas solteras: Hablen con sus hijas o sus esposas o parejas sobre el problema del matrimonio temprano y sobre parte de la información que hemos compartido hoy. Observen cuáles son sus ideas, si son diferentes o las mismas a las que hemos mencionado.
- En el caso de los cuidadores de niñas casadas: Hablen con sus hijas o, si resulta más pertinente, sus esposas o parejas para comprender cuáles son las necesidades de las niñas casadas y para comprobar cómo puede ayudarlas. Incluso aunque no puedan ofrecer ayuda material, existen otras maneras de apoyar sus necesidades emocionales o su acceso a la atención de salud.



NOTA PARA LOS FACILITADORES PARA LA PRÓXIMA SESIÓN:

- ☐ Familiarícese con los recursos del apartado de preparación antes de la sesión.

SESIÓN II:

SEGURIDAD Y VIOLENCIA

Objetivos de la sesión:

Al final de la sesión, los cuidadores:

1. Hablarán sobre los diferentes tipos de violencia a los que se enfrentan las mujeres y las niñas, especialmente en el hogar.
2. Analizarán las ideas relacionadas con los roles y las responsabilidades para contribuir a la seguridad y el bienestar de su familia.

Materiales:

- ☐ papel de rotafolio
- ☐ rotuladores (de al menos cuatro colores diferentes)
- ☐ pósitos
- ☐ bolígrafos

Preparación:

- Familiarícese con los recursos 11.1 y 11.2 antes de la sesión para recordar las consecuencias de la violencia de género y los tipos que existen.
- Familiarícese con el recurso 8.1 sobre respuestas reticentes habituales y el **apéndice 2**: Pasos para hacer frente a los daños del programa de formación para cuidadores Las Niñas Brillan.
- Algunos participantes pueden no estar de acuerdo con todas las definiciones o ejemplos de los tipos de violencia. Es importante estar preparados para gestionar el conflicto y saber cómo responder. En la sesión se incluye todo el contenido pertinente, pero tendrá que leerlo y prepararlo con antelación para sentirse cómodos durante la celebración.
- La sesión puede generar mucho debate, por lo que, como facilitador, es importante saber cuándo avanzar a la siguiente parte de la sesión. Por ejemplo, anote las respuestas de uno o dos participantes en lugar de las de todo el grupo. Si la sesión requiere realmente más tiempo, puede dividirse en dos semanas o ampliarse para que haya tiempo a terminar el debate. Puede decir: "Podemos escuchar a todo el grupo, pero eso significa que nos quedaremos sin tiempo. ¿Quieren quedarse más tiempo para poder terminar todas sus reflexiones?".

Nota para el facilitador:

- Deberá conocer el panorama internacional y nacional de legislación sobre la violencia contra las mujeres y las niñas. Entre la legislación internacional que se ocupa de este tipo de violencia se incluyen la Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer, la Declaración Universal de Derechos Humanos y la Convención sobre los Derechos del Niño. Debe comprobar si el país en el que está trabajando ha firmado esta legislación. Varios países tendrán además legislaciones nacionales en vigor que tipifiquen como delito la violencia doméstica– es importante conocer la condición en su país.
- Durante este debate, puede surgir la culpabilización de la víctima. Si los hombres expresan pensamientos como: “A veces las mujeres o las niñas buscan la violencia porque se portan mal”. Asegúrese de preguntar qué piensan otros cuidadores, para obtener diferentes perspectivas. Describir actos de violencia que se dan fuera de nuestros propios hogares es normalmente mucho más sencillo que opinar o compartir ideas sobre la violencia dentro del hogar. Hablar sobre la violencia que hemos cometido es todavía más difícil. Si los cuidadores hablan sobre la violencia que ellos han cometido, a menudo buscarán justificar sus acciones o culpar a otras personas. **Es importante prestar una atención especial a los comportamientos como la banalización, la justificación o la culpabilización de la persona superviviente.**
- Pregunte a los cuidadores que describen el castigo físico como resultado de “portarse mal” qué motivos existen para que las adolescentes “se porten mal”. Recuérdeles que es un período complicado de la vida en el que las niñas atraviesan muchos cambios, tienen muchas preguntas, están explorando las barreras y los límites, y necesitan que los cuidadores las apoyen y escuchen.
- **Preste atención también a cualquier acto de violencia que se revele, especialmente contra las adolescentes. Es posible que deba consultarlo con su supervisor, especialmente si cree que una niña está en peligro inminente.**

Duración: Esta sesión podría durar hasta 2,5 horas. Si no puede finalizar la sesión en el horario asignado, también puede dividirla en dos sesiones.

Momento: Después de la sesión 11 para cuidadoras: La violencia que sufren las mujeres y las niñas

Bienvenida y examen (10 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Han hablado con sus hijas o sus esposas o parejas sobre el problema del matrimonio temprano y sobre parte de la información que hemos compartido hoy? ¿Cómo fue?

Análisis (15 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Qué creen que significa la palabra “seguridad”?



DIGA LO SIGUIENTE: Cuando hablamos de “seguridad”, nos referimos a no sufrir daños, peligros, amenazas o riesgos ni dentro ni fuera del hogar. Los daños, el peligro, las amenazas y los riesgos pueden estar relacionados con muchos aspectos, por ejemplo, el entorno puede hacer que las personas estén inseguras si hay un terremoto o una tormenta.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿A alguien se le ocurren otros tipos de daños, peligros, amenazas o riesgos que provoquen inseguridad a las personas? (Por ejemplo, la guerra, el conflicto, la falta de dinero, la falta de hogar, la violencia, etc.)



DIGA LO SIGUIENTE: A efectos de esta sesión, nos centraremos en el problema de la violencia y los tipos de violencia que las personas infligen sobre las mujeres y las niñas para provocarles inseguridad. Es importante recordar que la violencia no es algo que “simplemente ocurre” por ser mujer o niña. Es una elección que otras personas toman de ser violentos contra las mujeres y las niñas. La violencia contra las mujeres y las niñas supone una violación de sus derechos humanos y está incluida en muchas legislaciones internacionales (añada también legislaciones nacionales, si procede).



DIGA LO SIGUIENTE: La definición de violencia contra las mujeres y las niñas es “cualquier amenaza o acto (ya sea físico, emocional, sexual o económico) dirigido contra una niña o una mujer que cause daño o cuyo propósito sea mantener a una niña o una mujer bajo el control de otras personas”. Existen diferentes tipos de violencia que se ejercen sobre las mujeres y, en particular, las niñas, muchos de los cuales ya se han mencionado. Estos se pueden dividir en cuatro categorías principales:

- **Física** (afecta al cuerpo)
- **Emocional** (afecta a los sentimientos y la autoestima)
- **Económica** (controla el acceso al dinero, la propiedad y los recursos)
- **Sexual** (controla la sexualidad)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Alguien puede dar ejemplos de los tipos de violencia que se podrían encajar en cada una de estas categorías?



NOTA: Véase el recurso 2 para obtener sugerencias.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Alguien tiene alguna pregunta?

Actividades (1 hora y 25 minutos)

Actividad 1: ¿Cuáles son los riesgos? (35 minutos)



HAGA LO SIGUIENTE: Divida a los participantes en dos grupos. Cada grupo se centrará en una de las siguientes preguntas:

- **Grupo 1:** ¿Cuáles son los riesgos y amenazas de seguridad específicos a los que se enfrentan los hombres y los niños en la comunidad o en el hogar?
- **Grupo 2:** ¿Cuáles son los riesgos y amenazas de seguridad específicos a los que se enfrentan las mujeres y las niñas en la comunidad o en el hogar?



HAGA LO SIGUIENTE: Conceda a los participantes unos 10 minutos para debatir y anotar sus respuestas en un rotafolio. Cuando hayan terminado, reúnalos en grupo para que expongan sus respuestas.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Cuáles son las similitudes y las diferencias que han apreciado en los riesgos de seguridad a los que se enfrentan las mujeres y las niñas en comparación con los hombres y los niños?
- ¿Qué han apreciado sobre los tipos de violencia que sufren las mujeres, las niñas, los niños y los hombres?
- ¿Qué han apreciado sobre el autor de la violencia? ¿Tienen algo en común? (Por ejemplo, ¿eran principalmente hombres?)



NOTA: Si los hombres no sugieren tipos de violencia cometidos contra las mujeres y las niñas, puede añadir algunas formas de violencia a los que estas se enfrentan (sexual, emocional o física).



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- Tanto las mujeres como las niñas, los niños y los hombres pueden sufrir daños, peligros, amenazas o riesgos, pero existen algunos problemas de seguridad que van dirigidos a las mujeres y las niñas. Estos problemas de seguridad son tipos de violencia a los que se enfrentan las mujeres y las niñas por razón de género (recuérdelos el Cuadro de Género).
- Este tipo de violencia se ejerce sobre las mujeres y las niñas porque puede que se las considere más débiles que los hombres y, por tanto, los hombres emplean su poder sobre ellas.
- En ocasiones, los hombres, las mujeres, los niños y las niñas creen que esta violencia es normal porque es algo aceptable en la comunidad y lleva ocurriendo mucho tiempo.
- Puede que las personas no se den cuenta ni de que se considera violencia.
- A veces, las mujeres también pueden ejercer violencia contra las niñas o tener ciertas expectativas sobre ellas basadas en sus propias experiencias y en las expectativas que se depositan en ellas (por ejemplo, casar a las niñas a una edad temprana porque es lo que se hace en la comunidad).
- Los hombres sí sufren violencia por parte de otros hombres (por ejemplo, un empleado puede ser violento contra otro empleado). No obstante, la violencia no está relacionada con el género del empleado; podría estar relacionada con otros factores de discriminación que sitúan al hombre en una categoría marginada o menos poderosa.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Creen que las mujeres y las niñas merecen tener menos poder y seguridad que los hombres y los niños? (Las mujeres y las niñas merecen tener el mismo poder y la misma seguridad que los hombres y los niños).

Actividad 2: Entender la violencia (50 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Hemos hablado de los diferentes tipos de violencia que hay, especialmente contra las mujeres y las niñas. Ahora nos tomaremos un tiempo para pensar en los motivos por los que se produce esta violencia.



HAGA LO SIGUIENTE: Lea el siguiente escenario a los cuidadores:

[Se necesita **CONTEXTUALIZACIÓN**: *Cambie detalles como los nombres para que sea más afín a su contexto.*]

- Eric iba de camino a un pueblo situado a 10 km de su cita con las autoridades para entregar determinada documentación, cuando su moto chocó contra un objeto punzante y el neumático reventó.
- Empujó la moto 5 km para llegar finalmente a la oficina a mediodía. Eric acudió directamente a las autoridades para entregar sus papeles. Cuando llegó, la puerta estaba cerrada. Un policía que se encontraba cerca le dijo a Eric que la oficina ya había cerrado.
- Después, Eric fue a un taller de reparación para arreglar el neumático. Tuvo que esperar una hora mientras el hombre que realizaba las reparaciones se tomaba un descanso para comer. Cuando por fin repararon el neumático, el hombre le pidió 5 \$ (o el equivalente en moneda nacional). Eric no tenía más dinero para comer o beber antes de volver a su pueblo.
- Mientras conducía su moto de vuelta a casa, le sorprendió la lluvia. Cuando Eric llegó a casa, le ordenó a su esposa Beatrice que le trajera comida.
- Esta le dijo que hoy había vuelto tarde del mercado por culpa de la lluvia, por lo que la comida aún no estaba preparada. Eric se puso a gritar y llamó a su esposa inútil y estúpida. Le dijo que preparase la comida inmediatamente.
- Su hija llegó a casa y Eric le preguntó por qué llegaba tarde y no estaba en casa para ayudar a su madre a cocinar. Le explicó que tuvo que quedarse hasta tarde en la escuela para terminar un trabajo. Eric la abofeteó y le ordenó que saliera de la habitación. La amenazó con desescolarizarla si volvía a llegar tarde.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Cómo se sintió Eric durante el día?
- ¿Cómo gestionó esos sentimientos? (Vuelva a leer la historia si es necesario y haga una pausa después de cada segmento para obtener las respuestas a esta pregunta).
- ¿Por qué Eric optó por actuar de manera violenta contra su esposa y su hija?
- ¿Se debió a que estaba enfadado? De ser así, ¿por qué no actuó de manera violenta contra el policía o el reparador de neumáticos?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- La violencia de Eric hacia su esposa y su hija no se debió a que perdiera el control o estuviera enfadado, sino que tomó la decisión de expresar sus emociones y demostrar su poder sobre su familia.
- Eric también sabe que lo más probable es que no haya consecuencias por su elección, mientras que sí las habría si se comportase de manera violenta con las autoridades o con el reparador de neumáticos.
- La ira y la violencia son DISCRIMINATORIAS contra su esposa y su hija. La violencia contra las mujeres y las niñas es una opción y no el resultado de impulsos emocionales incontrolables.
- El Cuadro de Género enseña a los hombres a no ser sensibles, pues esto es una característica reservada para las mujeres. Se enseña a los hombres que la ira es una de las pocas emociones que pueden expresar y seguir siendo respetados. Por lo tanto, los hombres no suelen saber cómo expresar sus emociones de forma sana, y su dolor a menudo se descarga sobre las mujeres y las niñas.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿De qué otra forma podría haber expresado sus emociones a su esposa y su hija?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Todos nosotros experimentaremos sentimientos de ira, impotencia y frustración a lo largo del día. Para ayudar a evitar la violencia contra las mujeres y las niñas y tener relaciones sanas y respetuosas, debemos:

- Reconocer cuándo experimentamos estos sentimientos.
- Identificar de dónde provienen (Cuadro de Género, diferencias en cuanto a poder, etc.).
- Gestionar estas emociones de forma que no perjudiquen ni intimiden a los demás.
- Encontrar formas alternativas de gestionar nuestras emociones, por ejemplo, hablar con otras personas sobre nuestros sentimientos, dar un paseo, respirar profundamente o ayudar a otra persona.



HAGA LO SIGUIENTE: Pregunte si hay algún voluntario que pueda representar el papel del hombre del escenario, para que demuestre cómo podría haber gestionado mejor la situación. ¿Cómo podría haber hablado con su esposa y tratado con su hija de mejor manera? Si hay tiempo, puede ordenar a algunas personas que lo representen ante el grupo.

Mensaje clave



DIGA LO SIGUIENTE: Tanto las mujeres como las niñas, los niños y los hombres pueden sufrir daños, peligros, amenazas o riesgos, pero existen algunos problemas de seguridad que afectan principalmente a las mujeres y las niñas. Estos problemas de seguridad son tipos de violencia a los que se enfrentan las mujeres y las niñas debido a su género. Las personas que ejercen violencia son responsables de sus acciones; nunca es culpa de la persona superviviente, pues la violencia siempre es una opción.

Comprobación (5 minutos)

PREGUNTE a los cuidadores qué les ha parecido la sesión y si quieren que se realice algún cambio para la siguiente. (Es importante que reaccione ante los cambios sugeridos por los cuidadores, así como que explique las razones por las que no son posibles).

RECUERDE a los cuidadores que pueden dejar valoraciones en la caja de comentarios y que usted estará disponible al final de la sesión para hablar con ellos si es necesario.

Conclusión (5 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Hable con sus esposas o parejas y sus hijas sobre seguridad en el hogar y en la comunidad. Pregúntenles cuáles son sus pensamientos e ideas sobre cómo se les puede ayudar para que se sientan más seguras. Prepárense para compartir esta experiencia con el grupo la próxima semana.



NOTA PARA LOS FACILITADORES PARA LA PRÓXIMA SESIÓN:

- ☐ Familiarícese con los recursos del apartado de preparación antes de la sesión.

SESIÓN 12:

EL APOYO DE LAS NIÑAS QUE SUFREN VIOLENCIA

Objetivos de la sesión:

Al final de la sesión, los cuidadores:

1. Tendrán un mayor conocimiento sobre los tipos de violencia a los que se enfrentan las adolescentes.
2. Analizarán el concepto de culpa en relación con la violencia que sufren las adolescentes.

Materiales:

- ☐ papel de rotafolio
- ☐ rotuladores (de al menos cuatro colores diferentes)
- ☐ pódits
- ☐ bolígrafos

Preparación: Familiarícese con los siguientes recursos:

- Recurso 1
- **Apéndice 1:** Respuestas reticentes habituales
- **Apéndice 2:** Pasos para hacer frente a los daños del programa de formación para cuidadores Las Niñas Brillan

Nota para el facilitador:

- Durante este debate, puede surgir la culpabilización de la víctima. Si los hombres expresan opiniones como esta: "A veces las mujeres o las niñas buscan la violencia porque se portan mal"- asegúrese de preguntar qué opinan otros cuidadores, para obtener varias perspectivas. Describir actos de violencia que se dan fuera de nuestros propios hogares es normalmente mucho más sencillo que opinar o compartir ideas sobre la violencia dentro del hogar. Hablar sobre la violencia que hemos cometido es todavía más difícil. Si los cuidadores hablan sobre la violencia que ellos han cometido, a menudo buscarán justificar sus acciones o culpar a otras personas. Es importante prestar una atención especial a los comportamientos como la banalización, la justificación o la culpabilización de la persona superviviente.
- Preste atención también a cualquier acto de violencia que se revele, especialmente contra las adolescentes. Es posible que deba consultarlo con su supervisor, especialmente si cree que una niña está en peligro inminente.

Duración: 2 horas

Momento: Después de la sesión 12 para cuidadoras

Bienvenida y examen (10 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Han hablado con sus esposas o parejas y sus hijas sobre seguridad en el hogar y en la comunidad? ¿Cuáles fueron sus pensamientos e ideas?



DIGA LO SIGUIENTE: Hoy vamos a hablar sobre un tema importante: el apoyo de las niñas que sufren violencia.

Análisis (15 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Pueden pensar en alguna forma de violencia que sufran las niñas en mayor medida que los hombres, los niños y las mujeres? (Seleccione las que resulten pertinentes para su contexto, por ejemplo, el matrimonio temprano, la mutilación genital femenina (MGF), la privación de la educación, etc.)
- ¿Por qué creen que las adolescentes sufren estos tipos de violencia más que otros grupos?



DIGA LO SIGUIENTE: Las adolescentes tienen un riesgo mayor de sufrir violencia que otros grupos por su edad y su género. Las niñas pueden estar en riesgo de violencia tanto dentro como fuera del hogar. A veces, la reacción de los cuidadores al riesgo de violencia puede consistir en limitar los movimientos de las niñas, restringir su acceso a la educación u otras actividades, y culpar a las niñas de la violencia que pueden llegar a sufrir.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Creen que se debe culpar a las niñas de la violencia que sufren? (La violencia es una elección que toman aquellas personas que la ejercen: nunca se debe culpar a las niñas de la violencia que sufren).



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Quién ejerce normalmente violencia contra las niñas? (¿Otras niñas, otras mujeres, otros niños u otros hombres?)



DIGA LO SIGUIENTE: Normalmente, las personas que tienen poder sobre las niñas son las que ejercen violencia contra ellas. Como hemos dicho antes, muchos hombres tienen poder sobre las mujeres y las niñas. Los niños también pueden tener poder sobre las niñas y, debido a su edad, las mujeres también.

Actividades (1 hora y 20 minutos)

Actividad 1: Fomento de la seguridad de las niñas (30 minutos)



HAGA LO SIGUIENTE: Recuerde a los cuidadores los diferentes tipos de violencia mencionados en la sesión anterior.



DIGA LO SIGUIENTE: Para poder evitar la violencia contra las mujeres, debemos comprender los tipos de violencia que sufren y la repercusión que esta tiene para ellas.



HAGA LO SIGUIENTE: Divida a los cuidadores en dos grupos y asigne a cada grupo un estudio de caso. Lea el estudio de caso al grupo y pídeles que reflexionen sobre las preguntas que figuran en cada uno de ellos. Tendrán que presentar un resumen al grupo en general.

Cuidadores de niñas solteras	Cuidadores de niñas casadas o divorciadas
Estudio de caso 1: Peter es un profesor que trata de manera diferente a sus alumnos y alumnas. En el recreo, deja que todos los niños jueguen fuera y obliga a las niñas a quedarse dentro para limpiar. Durante las clases, solo escucha lo que dicen los niños, y siempre les pide que respondan a las preguntas. Un día, una de sus alumnas intenta salir a jugar con los niños. Cuando Peter le dice que debe quedarse dentro, ella se niega. Peter se enfada y la golpea, diciéndole que respete a su profesor.  PREGUNTE LO SIGUIENTE: • ¿La forma en que se comportó Peter con sus alumnas es un tipo de violencia? <i>(Sí, porque Peter está discriminando a la niña y siendo violento con ella por el hecho de ser una niña).</i> • ¿Fueron las alumnas las culpables del comportamiento de Peter? • <i>(No. Peter no tiene que recurrir a la violencia contra los alumnos en ningún caso. Además, Peter no trata a las niñas y los niños de la misma forma).</i> • ¿Cuáles son los posibles efectos físicos y emocionales del comportamiento de Peter con respecto a sus alumnas?	Estudio de caso 1: Sophie tiene 16 años y se acaba de casar con Robert. Ella cocina y cuida de la casa, y Robert le dice que está muy feliz de haberse casado con ella. Sin embargo, cuando Sophie no hace exactamente lo que Robert quiere, por ejemplo, si quiere hacer algo para sí misma, como quedar con sus amigos, Robert le grita y a veces amenaza con golpearla.  PREGUNTE LO SIGUIENTE: • ¿Es este un tipo de violencia de género? ¿Por qué? <i>(Sí, Robert está empleando la violencia para amenazarla, atemorizarla y limitar sus movimientos).</i> • ¿Cuáles son los posibles efectos físicos y emocionales de lo que le está ocurriendo a Sophie? • ¿Lo que ha pasado es culpa de Sophie? <i>(No debemos culpar a Sophie por el trato que ha recibido. Existen muchas maneras en las que el Robert puede expresarse que no implican ejercer violencia contra Sophie ni controlarla.)</i>

Estudio de caso 2 (véase a continuación el estudio de caso alternativo para contextos delicados):

Robert es un joven que mantiene una relación en secreto con Sophie. Sophie tiene 16 años. Robert le dice cosas horribles a Sophie, la abofetea y la obliga a hacer cosas que ella no quiere. Cuando Sophie dice que dejará a Robert, él la amenaza con contarle a su familia que tienen una relación. Sophie tiene miedo de que su padre se entere de que tiene novio, pues esto supondría una “deshonra” para la familia. Así que Sophie no tiene otra opción que seguir con Robert.

 **NOTA:** Los cuidadores pueden decir que las niñas no deben tener novios y que esta es la solución. Es importante que hablen sobre las formas en las que pueden ayudar a las niñas que sufren violencia sin obligarlas a ser reservadas.

 PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Lo que está experimentando Sophie es un tipo de violencia? (Sí.)
- ¿Cuáles son los posibles efectos físicos, emocionales y sociales de lo que le está ocurriendo a Sophie?
- ¿Qué puede hacer el padre de Sophie para apoyarla en esta situación?
(El padre de Sophie puede intentar asegurarse de que Sophie se siente apoyada para acudir a alguien de su familia en quien confíe para compartir lo que está viviendo. Es importante ayudar a Sophie a salir de manera segura de esta situación para que no sufra más daños).

Estudio de caso 2:

Lina está casada y es la persona que más ingresos aporta en su hogar. Además de trabajar, se espera que cuide del hogar. Su esposo no trabaja, pero todos los ingresos de Lina van destinados a su marido, que controla las finanzas domésticas. Él no le cuenta a Lina en lo que gasta el dinero y a veces no queda dinero para comida, de modo que Lina tiene que trabajar para aportar más ingresos. Además, no tiene acceso al dinero que ella gana.

 PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Es este un tipo de violencia de género?
¿Por qué?
(Sí, es un tipo de violencia económica que el esposo de Lina utiliza para controlar de manera desigual el acceso al dinero del hogar).
- ¿Cuáles son los posibles efectos físicos y emocionales de lo que le está ocurriendo a Lina?
¿Lo que le ha pasado a Lina es su culpa? (El esposo de Lina es responsable de su propio comportamiento.)
- ¿Qué pueden hacer las personas cercanas a Lina (cuidadores, suegra, etc.) para apoyarla?

Estudio de caso 2 para contextos delicados:

Robert es un joven que está comprometido con Sophie. Sophie tiene 16 años. Robert le dice cosas horribles a Sophie, la abofetea y la obliga a hacer cosas que ella no quiere. La familia de Sophie no sabe que Robert amenaza a Sophie de esta forma. Cuando Sophie anuncia que romperá el compromiso, él le dice que su familia nunca aceptaría y que esto supondría una “deshonra” para la familia. Sophie cree que no tiene otra opción que seguir con Robert.



NOTA: Es importante que piensen en las formas en las que pueden ayudar a las niñas que sufren violencia sin poner fin a la conversación ni obligarlas a ser reservadas.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Lo que está experimentando Sophie es un tipo de violencia? (Sí.)
- ¿Cuáles son los posibles efectos físicos, emocionales y sociales de lo que le está ocurriendo a Sophie?
- ¿Qué pueden hacer los cuidadores de Sophie para apoyarla en esta situación? *(Los cuidadores de Sophie deberían intentar asegurarse de que Sophie se siente apoyada para acudir a alguien de su familia en quien confíe para compartir lo que está viviendo. Es importante ayudar a Sophie a salir de manera segura de esta situación para que no sufra más daños).*



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- En ambos escenarios, las niñas sufren violencia.
- Es posible que también experimenten estrés, lesiones, sentimientos de desesperación, aislamiento, trauma, culpa y rechazo.
- Como hemos dicho en la sesión sobre el desarrollo de las adolescentes, la investigación revela que los niños que sufren violencia pueden sufrir consecuencias perjudiciales para el desarrollo, y los niños que son testigos de violencia pueden sufrir las mismas consecuencias negativas.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Qué podemos hacer para crear un entorno más seguro para las niñas que pueden sufrir los diferentes tipos de violencia de los que hemos hablado?

AÑADA lo siguiente si los participantes no lo mencionan:

- No culpar a las niñas de la violencia que se ejerce sobre ellas.
- Crear un espacio abierto y no sentencioso para que las niñas se sientan cómodas hablando de la violencia que pueden haber sufrido. Esto es especialmente importante para las niñas que pueden estar sufriendo violencia por parte de sus novios, sus parejas o sus esposos.
- Respetar los derechos de las niñas a una vida libre de violencia, el derecho a ser niños, a recibir una educación y a no verse obligadas a contraer matrimonio. Esto se aplica a todas las niñas, solteras, casadas, con discapacidad, divorciadas, viudas, etc.

- Elogiar a las niñas por ser audaces y seguras, y por defenderse y decir que no a las personas que pueden querer hacerles daño.
- Animar a las niñas a que ejerzan su derecho a decir que no con firmeza. En el caso de las niñas con discapacidad que quizás no puedan expresarse verbalmente, encuentre formas para ayudarlas a ejercer este derecho.
- Utilizar estrategias no violentas para lidiar con las disputas y los desacuerdos familiares con las mujeres, las niñas y los niños.

Actividad 2: Debate sobre la historia de Sophie y Robert (25 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: Retomemos la historia de Sophie de la última actividad. (En el caso de los cuidadores de niñas solteras, utilice el estudio de caso 2, el estudio de caso normal o el dirigido a contextos delicados; en el caso de los cuidadores de niñas casadas, utilice el estudio de caso 1).



NOTA: Puede que los hombres no estén dispuestos a apoyar a una niña que esté en una relación si esto es poco habitual o se oculta en el contexto. Es importante que los participantes se centren en el peligro que puede correr la niña y en por qué es importante garantizar su seguridad.



HAGA LO SIGUIENTE: Recuerde a los participantes la historia de Robert y Sophie.



DIGA LO SIGUIENTE: Me gustaría que una persona voluntaria imaginase que es el padre de Sophie. ¿Cómo puede hablar con Sophie sobre lo que está experimentando?



HAGA LO SIGUIENTE: Pídeles que hagan una demostración al grupo mediante una escenificación. Si hay tiempo, puede pedir a una o dos personas más que hagan una demostración.



DIGA LO SIGUIENTE:

- El/La cuidador/a de Sophie no debería culparla de lo ocurrido. Debería hacer que ella se sintiese cómoda y segura para expresar lo que le ha ocurrido si así lo desea.
- Si el/la cuidador/a de Sophie no se siente cómodo/a para hablar con Sophie directamente sobre esto, también podría pedirle a la madre u otra mujer adulta de confianza de Sophie que compruebe que esta está bien.
- El/La cuidador/a de Sophie debe dejarle claro que, si sufre algún daño, puede acudir y contárselo a su familia, y que ellos la apoyarán, no le harán daño ni la castigarán.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Por qué es importante que el cuidador de Sophie responda de esta manera?



DIGA LO SIGUIENTE: Es importante comprender plenamente cuáles son los riesgos y ayudar a Sophie a estar a salvo de estos riesgos y amenazas. Es importante ayudar a Sophie a salir de manera segura de esta situación para que no sufra más.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Alguien puede recordar la sesión que celebramos sobre nuestras relaciones con las adolescentes? En ella hablamos sobre empatía. ¿Alguien puede recordar lo que significa empatía?



DIGA LO SIGUIENTE: Dicho en pocas palabras, la empatía es la capacidad para comprender y tratar con cariño a nuestras hijas.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Por qué es importante la empatía, especialmente al hablar con las niñas sobre violencia?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- Ser empático ayuda a garantizar que las niñas se sientan seguras.
- Tener empatía permite a las niñas (o a cualquier persona que sufra violencia) compartir sus problemas y hablar de manera abierta sobre ellos y sobre los riesgos a los que se enfrentan sin miedo a ser culpadas.

Actividad 3: La culpa: levántense, siéntense (25 minutos)



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Como ya hemos hablado, a veces, las personas pueden culpar total o parcialmente a las niñas de la violencia que se ejerce sobre ellas. Puede que digan a las niñas que es su culpa que hayan sufrido violencia, que podían haber hecho algo para detenerla o impedirla de alguna manera.



DIGA LO SIGUIENTE: Voy a leer algunos escenarios y decidiremos de quién es la culpa. Sigán las instrucciones.



NOTA: Si los cuidadores tienen dificultades para levantarse y sentarse, también pueden levantar las manos en lugar de levantarse.

Escenarios (se necesita CONTEXTUALIZACIÓN)

Escenario 1

Un hombre y una mujer están hablando amistosamente en el mercado. Cuando se acerca a él después, él intenta besarla, pero ella no quiere; él sigue intentándolo, así que ella lo aparta. Levántense o levanten las manos si creen que la culpa es del hombre.

(La culpa es del hombre, porque, aunque puede que le haya dado la impresión de que a la mujer le gusta, no puede intentar besarla sin su consentimiento.)

Escenario 2

Un esposo y una esposa están discutiendo porque la esposa se ha negado a hacer lo que el esposo le ha pedido. El esposo empuja a la esposa y le hace daño en el brazo. Levántense o levanten las manos si creen que la culpa es del esposo.



NOTA: Puede que digan que la esposa está siendo desobediente y debería hacer lo que el esposo ordena. Es importante explicarles que en ningún caso se debería culpar a la esposa por haber sufrido una agresión física por parte de su esposo. Existen diferentes maneras de solucionar los problemas, y debería existir un poder de toma de decisiones igualitario.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Se debe culpar a la mujer o la niña que sufre violencia de lo que les ocurra?



DIGA LO SIGUIENTE: En muchas legislaciones internacionales y nacionales (compruebe si esto se aplica en su contexto) se establece que la violencia contra las mujeres y las niñas supone una violación de sus derechos y nadie debería estar expuesto a la violencia. La culpa reside en la persona que es violenta y viola los derechos de las niñas y las mujeres.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Qué podemos hacer para apoyar más a las niñas (y las mujeres) que quieran revelar casos de violencia?

Si no se menciona, AÑADA LO SIGUIENTE: Podemos creerlas, escucharlas, no juzgarlas y ayudarlas a acceder a los servicios.

Mensaje clave

Nunca se debe culpar a la persona superviviente de la violencia que sufre. Aunque algunas personas piensen que la persona superviviente podría hacer algo para evitar que se produzca la violencia, es importante entender que el autor tiene la opción de no abusar, y la responsabilidad siempre recae en él.

Comprobación (5 minutos)

PREGUNTE a los cuidadores qué les ha parecido la sesión y si quieren que se realice algún cambio para la siguiente. (Es importante que reaccione ante los cambios sugeridos por los cuidadores, así como que explique las razones por las que no son posibles).

RECUERDE a los cuidadores que pueden dejar valoraciones en la caja de comentarios y que usted estará disponible al final de la sesión para hablar con ellos si es necesario.

Conclusión (5 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Hablen con sus hijas sobre cómo pueden mantenerse a salvo. Expliquen cómo planean aumentar su seguridad utilizando las ideas que se les ocurrieron en la actividad 1 (crear un entorno más seguro para las niñas) y recaben sus opiniones o reacciones al respecto.

SESIÓN 13:

NUESTRA VISIÓN CON RESPECTO A LA FAMILIA⁵⁵

Objetivos de la sesión:

Al final de la sesión, los cuidadores:

1. Pensarán en cómo puede afectar la reputación familiar a sus decisiones.
2. Reflexionarán sobre su visión con respecto a su familia.

Materiales:

- ☐ kit de material artístico
- ☐ caja de comentarios
- ☐ papel
- ☐ bolígrafos
- ☐ bolígrafos de colores

Preparación: Infórmese sobre la terminología local que se emplea para los términos “reputación” u “honor”. Entienda cómo funciona en la comunidad y contextualice las historias de la manera correspondiente.

Nota para el facilitador:

- Hablar sobre reputación puede ser un tema delicado y puede que los cuidadores no estén dispuestos a compartir sus experiencias personales. Sea consciente del ambiente de la sala y cambie la conversación de lo personal a lo general si es necesario.
- Puede que algunos cuidadores sean reticentes a las ideas y conversaciones en torno a la reputación y el honor. Tenga presente la reticencia y compruebe las directrices sobre estrategias comunes frente a la reticencia.
- Una contextualización exhaustiva ayudará a estar mejor preparados para esta sesión.

Duración: 2 horas

Momento: Después de la sesión 13 para cuidadoras

Bienvenida y examen (10 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Han hablado con sus hijas sobre cómo pueden mantenerse a salvo? ¿Cómo se ha desarrollado la conversación? ¿Qué opiniones ofrecieron con respecto a su plan de fomentar su seguridad?

Análisis (20 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Alguien ha oído la expresión “¿Qué dirán los demás?” o “¿Qué pensarán los demás?”

- ¿Qué significan?
- ¿Cuándo se utilizan?



DIGA LO SIGUIENTE: Esta frase (o frases similares) es algo con lo que muchos de nosotros estamos familiarizados; está relacionada con nuestra “reputación”.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿A qué nos referimos con el término “reputación”? (Anote algunas respuestas).

⁵⁵ Adaptado del programa de formación sobre seguridad en el hogar del IRC.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: La reputación de una persona se basa en las creencias u opiniones generales sobre ellos y en la percepción que los demás tienen sobre ellos. Existen muchos aspectos que influyen en nuestra “reputación”. Normalmente, se basa en un conjunto de expectativas o normas establecidas por la comunidad en general sobre cómo deberían comportarse las personas. En ocasiones, lo que las personas piensan de nosotros puede determinar nuestro comportamiento o nuestra interacción con los demás. Como personas, intentamos mantener una buena reputación para nosotros y para nuestra familia.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Pueden pensar en las características de una familia con buena reputación?



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Pueden pensar en las características de una familia con mala reputación?

ANOTE ejemplos de respuestas (se necesita **CONTEXTUALIZACIÓN**):

Buena reputación	Mala reputación
• El padre aporta dinero al hogar • Los niños aportan dinero al hogar • El padre toma buenas decisiones • La esposa y los niños son obedientes • La esposa es fiel • Los niños son educados • Las niñas no salen con niños • Los niños estudian mucho y tienen buenas notas	• El padre es vago • El padre bebe o fuma mucho • La esposa es vaga • La esposa y los niños salen y hacen lo que quieren • Se ve a las niñas con niños • Los niños se portan mal y son una mala influencia para sus amigos



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Por qué la reputación es tan importante para nuestras familias y las comunidades de las que venimos?
- ¿Qué pasará si nuestra familia tiene mala reputación?
- ¿Cómo creen que afectan el honor o la reputación familiares al matrimonio de las hijas?



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Sabemos que la reputación familiar es muy importante en nuestra comunidad. La reputación familiar afecta a nuestras relaciones sociales en todos los niveles y puede suponer un gran orgullo o una gran vergüenza. Además, puede llevarnos a tomar decisiones que creemos que no son las mejores para nosotros o para nuestra familia, pero que tomamos porque es lo que creemos que otras personas esperan de nosotros.

Actividades (1 hora y 20 minutos)

Actividad 1: La reputación y la comunidad (50 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Ahora tendremos la oportunidad de ver cómo puede afectar la reputación familiar a las decisiones que las personas toman con respecto a sus hijas.



HAGA LO SIGUIENTE: Divida a los participantes en dos grupos y proporcione a cada grupo un escenario. En los grupos con bajas cifras de alfabetización, puede leerles los escenarios. Cada grupo hablará sobre el escenario que se les ha asignado y responderá a las siguientes preguntas:

- ¿Cuáles son los riesgos para la reputación en la historia?
- ¿Cómo afectó esto a la hija de la historia?
- ¿Qué podrían haber hecho de un modo diferente los cuidadores de la historia (sugerencias realistas)?

ESCRIBA las respuestas a la última pregunta en un rotafolio cuando los participantes hayan hecho la puesta en común.

 **NOTA:** Conceda a los participantes 20 minutos en sus grupos para hablar sobre el escenario. Cada uno debe dedicar 5 minutos a presentar su escenario y las respuestas a las preguntas. Pueden realizar la presentación mediante un debate o una escenificación.

CONTEXTUALIZACIÓN

Escenario 1: Historia de Linda

Linda quiere mudarse a la ciudad para ir a la universidad cuando termine la escuela. Sus padres la apoyan, pero hace poco que la gente está diciendo a los padres de Linda que deberían casarla antes de que se mude. Dicen que las niñas que se van de casa se corrompen y no se casan. Un día, el padre de Linda le dice que quizás debería pensar en ello. Dice que mientras Linda se va a la ciudad, son los padres los que se quedan y tienen que escuchar las opiniones de la gente. Linda no quiere casarse, pero se pregunta si debería hacerlo por sus padres.

Escenario 2 Historia de Maya

Maya se casó cuando tenía 15 años con un niño que la dejó embarazada. No quería casarse, pero sus padres le dijeron que debía hacerlo, ya que si no lo hacía avergonzaría a la familia. Ahora tiene 17 años y ha vuelto a casa con sus padres porque su matrimonio se ha terminado. Su padre la culpa por avergonzar a la familia. Maya quiere volver a la escuela para finalizar su educación. El padre de Maya le dice que esta no es una opción para una niña divorciada y que debe casarse con alguien que la acepte a ella y a su hijo. Maya se siente frustrada por no poder determinar su futuro.

Escenario 2: Historia de Maya (contextos delicados)

Maya se casó cuando tenía 15 años. No quería casarse, pero sus padres la convencieron. Ahora tiene 17 años y un hijo pequeño y está viviendo de nuevo en casa de sus padres porque su matrimonio se ha terminado. Su padre la culpa por avergonzar a la familia. Maya quiere volver a la escuela para finalizar su educación. El padre de Maya le dice que esta no es una opción para una niña divorciada y que debe casarse con alguien que la acepte a ella y a su hijo. Maya se siente frustrada por no poder determinar su futuro.

 **HAGA LO SIGUIENTE:** Resuma todas las respuestas a la última pregunta: “¿Qué podrían hacer de un modo diferente los cuidadores?”

 **PREGUNTE LO SIGUIENTE:** ¿Qué hemos aprendido de estas historias?

 **EXPLIQUE LO SIGUIENTE:**

- Estas historias nos demuestran que los riesgos para la reputación pueden influir en las decisiones que toman las personas. Además, nos demuestra que esto puede afectar a las niñas y a las familias de las historias. Pero, lo que es más importante, nos demuestra que podría haber existido un final alternativo para estas historias.
- A veces, las personas pueden dar prioridad a la reputación familiar frente al bienestar de sus familiares; cuando esto ocurre, sus familiares pueden enfrentarse a dificultades para tener un futuro feliz y saludable.
- Como hombres, podemos ser ejemplo para otros hombres de la comunidad. Podemos demostrar a nuestros iguales que valoramos y queremos a nuestras hijas y a toda nuestra familia lo suficiente como para apoyarlas para que se mantengan a salvo, adquieran empoderamiento y se aseguren un futuro saludable pase lo que pase. Cuando lo hacemos, empezamos a eliminar estigmas y poco a poco podemos introducir cambios en nuestros hogares y nuestras comunidades en general.

Actividad 2: Nuestra visión con respecto a nuestra familia (30 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: En nuestra primera sesión juntos, hablamos sobre nuestros deseos y sueños para nuestras hijas. Hablamos sobre lo que queríamos que aprendiesen y alcanzasen y sobre los sueños y deseos que teníamos para ellas.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Alguien recuerda cuáles eran sus deseos y sueños para sus hijas? (Anote algunas respuestas).



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: En esta actividad, revisaremos esas ideas y nos basaremos en ellas. Empezaremos con algunas preguntas orientadas y cerraremos nuestros ojos, para que empiecen a sentirse muy relajados y quizás incluso adormilados. Intente mantener su imaginación activa.

Cuando todos estén cómodos,



DIGA LO SIGUIENTE:

- Cierren los ojos o miren hacia abajo durante los próximos minutos.
- Si quieren que repita algo, pueden levantar la mano en cualquier momento y repetiré las instrucciones.



NOTA: Conceda unos segundos para que los participantes tengan tiempo para reflexionar sobre las preguntas realizadas antes de continuar con la siguiente instrucción.



DIGA LO SIGUIENTE:

- Quiero que piensen en sus familias. Tómense un momento para pensar en los aspectos que aprecia de su familia. Piensen primero en sus esposas (si no están casados, piensen en una mujer significativa de su entorno), ¿qué les gusta y aprecian de ella?
- Pensemos ahora en sus hijas. Párense a pensar en cada niña, incluidas las que están casadas y ya no viven con ustedes. ¿Qué les gusta y aprecian de cada una de ellas?
- Pensemos ahora en otras mujeres, niñas, niños y hombres de su entorno. ¿Qué les gusta y aprecian de cada una de ellas?
- Pensemos ahora en ustedes como esposos, padres o cuidadores. ¿Qué significa ser un buen esposo y un buen padre o cuidador?
- Si miran al futuro, dentro de dos años, ¿cómo quieren que sea su relación con cada una de sus hijas (casadas o solteras)? ¿Ha cambiado algo con respecto al presente?
- ¿Qué cambiará para ustedes como esposos? ¿Qué cambiará para sus esposas como parejas y madres? ¿Cómo cambiará la vida de cada uno de sus hijos?
- Poco a poco y cuando estén cómodos, pueden empezar a abrir los ojos y a estirarse.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿A alguien le gustaría compartir sus pensamientos o ideas hasta ahora?
- ¿Cómo pueden hacer realidad estos pensamientos e ideas? ¿Cuáles podrían ser algunos de los retos a los que se enfrentan en la comunidad en el camino?
- ¿Cómo podemos superar estos retos? Piensen en dos o tres medidas concretas que puedan tomar. La idea de los pasos concretos implica intentar pensar en metas que realmente puedan conseguir, incluso aunque sean pasos pequeños.



HAGA LO SIGUIENTE: Pida a los participantes que compartan algunas de las medidas en las que han pensado y escríbalas en el rotafolio.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cómo pueden hablar sobre su visión con sus hijas, sus esposas u otros familiares e incluir sus ideas en su propia visión para tener una visión colectiva para la familia? Piensen en dos o tres medidas concretas que puedan tomar.

✓ **HAGA LO SIGUIENTE:** Pida a los participantes que compartan algunas de las medidas en las que han pensado y escríbalas en el rotafolio.

☰ **DIGA LO SIGUIENTE:** Ahora que tienen claro cuál es su visión y sus pasos, anotémoslos en un papel o en su mente. Les pediremos que los compartan con su familia, de modo que asegúrense de incluir los aspectos que les gustaría compartir con ellos.

✓ **HAGA LO SIGUIENTE:** Reparta bolígrafos de colores y papel al grupo si van a escribir. En el caso de las personas que no pueden escribir, pueden hablarlo unos minutos con su pareja.

❓ **PREGUNTE LO SIGUIENTE:**

- ¿En qué se diferencian sus sueños de ahora para las niñas de los que tenían la primera vez que pensamos en esto?
- ¿Cómo van a compartir esto con su familia y cómo los involucrarán en el proceso de visualización? Estas son algunas ideas:
- Pedir a las niñas (u otros familiares) su opinión sobre la visión.
- Preguntar a las niñas (u otros familiares) qué les gustaría cambiar sobre esta visión— qué quieren añadir o eliminar.
- Preguntar si la visión refleja la visión propia de la niña.

✳ **NOTA:** Asegúrese de orientar a los hombres hacia medidas que impliquen colaboración y debate con los diferentes familiares, especialmente las niñas, y que se haga de forma que no se les imponga la visión].

Mensaje clave

☰ **DIGA LO SIGUIENTE:** La reputación familiar y personal influye mucho en todos nosotros. A veces, esto puede ser positivo y otras, puede hacernos tomar decisiones que no tomaríamos si no tuviésemos esta presión por parte de los demás. Durante esta sesión, hemos elaborado sugerencias y alternativas prácticas y que podríamos considerar cuando nosotros mismos experimentamos presiones sobre nuestra familia. Antes de tomar una decisión, siempre podemos pensarlo dos veces, tener en cuenta los riesgos y beneficios de nuestras decisiones y consultarlo con nuestra familia para ver qué alternativas puede haber.

Comprobación (5 minutos)

PREGUNTE a los cuidadores qué les ha parecido la sesión y si quieren que se realice algún cambio para la siguiente. (Es importante que reaccione ante los cambios sugeridos por los cuidadores, así como que explique las razones por las que no son posibles).

RECUERDE a los cuidadores que pueden dejar valoraciones en la caja de comentarios y que usted estará disponible al final de la sesión para hablar con ellos si es necesario.

Conclusión (5 minutos)

☰ **DIGA LO SIGUIENTE:** Compartan sus medidas concretas para obtener una visión familiar conjunta con los miembros de su familia, incluidas sus hijas. Pregúnteles cuál es su opinión o si tienen otras sugerencias y actualice su visión según lo que sugiera la familia.

✳ **NOTA PARA LOS FACILITADORES PARA LA PRÓXIMA SESIÓN:**

- ☐ Consulte el apartado de preparación y prepare los recursos con antelación.

SESIÓN 14:

EL CAMBIO EMPIEZA POR NOSOTROS

Objetivos de la sesión:

Al final de la sesión, los cuidadores:

1. Comprenderán el control que tienen y cómo crear un cambio para las niñas
2. Identificarán los ámbitos en los que tienen influencia y quiénes son sus aliados para lograr un cambio en favor de las niñas

Materiales:

- ☐ kit de material artístico
- ☐ caja de comentarios
- ☐ papel
- ☐ bolígrafos
- ☐ bolígrafos de colores
- ☐ papel o libretas personales
- ☐ papel de rotafolio
- ☐ rotuladores
- ☐ pósits

Preparación:

- Prepare los recursos 14.1 y 14.2
- Prepare el rotafolio de la actividad 1: Casos de violencia contra una mujer o una niña

Terminología: Aliado, discriminación, influencia

Duración: Esta sesión podría durar hasta 2,5 horas y puede dividirse en dos sesiones si no hay tiempo suficiente para terminarla.

Momento: Después de la sesión 14 para cuidadoras

Bienvenida y examen (10 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Han compartido sus pasos concretos para obtener una visión familiar conjunta con los miembros de su familia? ¿Con quién han hablado? ¿Qué reacciones o sugerencias les han dado?

Análisis (20 minutos)



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Nos estamos acercando al final del programa. Gracias a todos por su interés, su entusiasmo y su participación continuos.



DIGA LO SIGUIENTE:

- Para dar comienzo a la sesión de hoy, queremos tomarnos un tiempo para reflexionar sobre lo que hemos conseguido y aprendido hasta ahora.
- Pónganse cómodos, elijan una parte de la sala en la que tengan espacio para sentarse o estar de pie cómodamente. Deberán cerrar los ojos y yo formularé una serie de enunciados. Si están de acuerdo con los enunciados, levanten la mano. Si no están de acuerdo con el enunciado, no la levanten.
- Cierren los ojos para que nadie más pueda saber cuál es su opinión, solo yo (y los cofacilitadores o voluntarios presentes).

 **NOTA:** Si los cuidadores no se sienten cómodos con los ojos cerrados, pídeles que miren hacia el suelo. Además, recuérdelos los “acuerdos grupales” de la primera sesión y la importancia de mantener la confidencialidad.

 HAGA LO SIGUIENTE:

- Compruebe que las instrucciones sean claras e informe a los participantes de que pueden pedirle que repita o reformule los enunciados que no queden claros.
- Cuando todos estén listos, lea los enunciados que figuran a continuación. Después de cada enunciado, recuerde a los participantes que deben levantar la mano si están de acuerdo y dejarla abajo si no lo están.

Enunciados:

1. La educación de las niñas debe valorarse tanto como la de los niños.
2. Las niñas y los niños deben ayudar por igual con las tareas domésticas.
3. Nunca se debe culpar a las niñas si sufren violencia.
4. Las niñas tienen derecho a socializar con amigos y a construir sus propias redes de apoyo.
5. Las niñas tienen derecho a tomar decisiones sobre su propia salud sexual y reproductiva.
6. Las niñas tienen derecho a tomar sus propias decisiones en cuanto a la persona con la que se casarán y el momento en que lo harán.
7. Las niñas deben participar en las decisiones que les afectan.
8. El matrimonio antes de que una niña esté completamente desarrollada (18 años o más) es perjudicial para la niña.
9. Las niñas con discapacidad deben tener las mismas oportunidades que sus iguales.
10. Las niñas casadas y divorciadas deben tener las mismas oportunidades (por ejemplo, educación, creación de redes sociales, etc.) que las solteras.

 **HAGA LO SIGUIENTE:** Cuando hayan terminado, pregúnteles qué han aprendido con este proceso sobre sus propios pensamientos y opiniones.

 **NOTA:** Esta actividad proporcionará a los facilitadores una idea del punto de su trayectoria en el que se encuentran los participantes. Si los participantes siguen teniendo actitudes perjudiciales con las niñas, puede ser importante tener esto en cuenta en la planificación de las actividades de futuras sesiones. Hable con su supervisor si tiene alguna duda.

Si descubre que sigue habiendo muchas actitudes perjudiciales en el grupo, puede



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Puede que no todos estemos de acuerdo con estos enunciados. Quizás nos cueste aceptar algunos porque son muy diferentes a nuestras propias creencias. A medida que avanzamos a través de las sesiones restantes y empezamos a planificar actividades en la comunidad, debemos apoyarnos mutuamente y apoyar a las mujeres y las niñas. A medida que avancemos, piensen en sus reacciones ante algunas de las actividades e ideas compartidas y reflexionen en lo cómodos que se sienten. En la próxima sesión, hablaremos sobre nuestros límites y podemos aprovechar la ocasión para reevaluar cómo nos involucramos en las actividades de cara al futuro.

 **NOTA:** Si es posible, aproveche esta oportunidad para abordar las actitudes perjudiciales inmediatamente, explicando cuáles son perjudiciales y por qué.

Actividades (1 hora y 30 minutos)

Actividad 1: Poner fin a la violencia y el daño contra las mujeres y las niñas (40 minutos)



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- En nuestras vidas cotidianas, podemos ser testigos de situaciones que se pueden identificar fácilmente como violencia o daño y, otras veces, puede que no sea tan fácil identificarlas.
- Esto podría englobar desde ser testigo de la violencia de una persona contra otra hasta escuchar comentarios discriminatorios sobre alguien. Por ejemplo, podría englobar ver a alguien gritar a una mujer en la calle, pegar a una mujer o una niña o burlarse de alguien por su discapacidad.
- Como grupo formado por hombres, nos centraremos en las medidas que debemos (y no debemos) tomar si somos testigos de violencia o daño contra las mujeres y las niñas.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Alguien puede explicar por qué nos centramos concretamente en la violencia y el daño que los hombres ejercen sobre las mujeres y las niñas y no en la violencia contra otros grupos? Anote algunas respuestas.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Nos centramos en las mujeres y las niñas porque existe una diferencia de poder entre los hombres y mujeres en relación con la violencia. Como hombres, podemos emplear el poder que tenemos con el fin de trabajar para poner fin a la violencia contra las mujeres y las niñas. Esto no quiere decir que no podamos trabajar para poner fin a otras formas de violencia, sino que desempeñamos el papel como hombres de asegurarnos de que las mujeres y las niñas no sufran violencia por parte de los hombres.



NOTA: Compruebe que los hombres entienden este aspecto. Si percibe reticencia, puede que no sea posible avanzar con las actividades de manera significativa, de modo que es importante dejar tiempo para la explicación y el debate.



DIGA LO SIGUIENTE: Leeré una serie de escenarios y, después de cada uno, hablaremos sobre cómo responderían si fuesen testigos de este escenario en la vida real. Si un voluntario quiere mostrar su respuesta mediante una escenificación, será bienvenido.

Escenarios (se necesita **CONTEXTUALIZACIÓN**)

Escenario 1: Su amigo les cuenta que va a casar a su hija cuando reciba la primera proposición, porque cree que “las niñas no son más que una carga para la familia”.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cómo responderían ante esta situación?



HAGA LO SIGUIENTE: Anote un par de respuestas o pida a alguien que realice una escenificación.

Escenario 2: Están reunidos con sus amigos, bebiendo té y conversando sobre finanzas. Víctor dice que su esposa es quien gestiona las decisiones financieras. El grupo se burla de Víctor por dejar que su esposa tome estas decisiones tan importantes.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cómo responderían ante esta situación?



HAGA LO SIGUIENTE: Anote un par de respuestas o pida a alguien que realice una escenificación.

Escenario 3: Están en una tienda pagando sus artículos cuando entra una mujer. El dependiente empieza a hacer comentarios sobre el aspecto de la mujer.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cómo responderían ante esta situación?



HAGA LO SIGUIENTE: Anote un par de respuestas o pida a alguien que realice una escenificación.



NOTA: Si los miembros del grupo sugieren pasos perjudiciales, pregunte cuáles podrían ser los pros y los contras (por ejemplo, los riesgos o beneficios asociados con los pasos perjudiciales sugeridos por los miembros del grupo).

Cuando todos los grupos terminen;



DIGA LO SIGUIENTE: En algunos de los escenarios, se puede decir o hacer algo, mientras que puede que en otros no. Estos son algunos de los aspectos que se deben tener en cuenta.



HAGA LO SIGUIENTE: Presente el rotafolio; debe contener los consejos que aparecen a continuación (puntos en negrita). Después de leer el consejo, pregunte al grupo qué cree que significa. Anote una o dos respuestas para cada uno y proporcione la explicación (en cursiva).

Casos de violencia contra una mujer o una niña:

1. **Den prioridad a la seguridad.**
No se pongan en riesgo ni hagan nada que ponga a la mujer o la niña en riesgo. Si sus acciones pueden exponer involuntariamente a la mujer o la niña a un mayor riesgo de violencia, busquen ayuda para encontrar una forma de responder que sea segura para ustedes y para la mujer o la niña.
2. **Utilicen interrupciones creativas.**
Existen muchas formas de detener la violencia sin tener que recurrir directamente al autor. Por ejemplo, puede que accidentalmente golpeen el balón hasta su jardín; pueden causar ruido fuera. A veces, acciones como golpear ollas o sartenes bastan para detener la violencia.
3. **Mantengan la confidencialidad.**
No cotilleen ni compartan las historias de otras personas.
4. **No juzguen ni culpen a las personas.**
No culpen a las mujeres y las niñas que han sufrido violencia.
5. **Céntrense en los beneficios de la no violencia.**
No recomendamos que se enfrenten a los autores de la violencia, pero si esta situación no se puede evitar y hablan con personas que ejercen violencia de pareja o contra las niñas, no se centren ÚNICAMENTE en las consecuencias del comportamiento negativo. Esto puede hacer que se pongan a la defensiva y pongan fin a la conversación. Ayúdenlos a pensar en los beneficios de la no violencia. Podrían decir algo como “¿Sabías que los niños tienen mejores resultados en la escuela cuando no sufren disciplina física en el hogar?” o “Las mujeres pueden cuidar y orientar con más cariño a la familia cuando viven libres de violencia”.
6. **Infórmense sobre la manera de describir los servicios disponibles y de acceder a ellos.**
Asegúrense de conocer cuáles están disponibles en su zona para ayudar a las mujeres y las niñas que han sufrido violencia para que, si estas solicitan su ayuda, tengan información sobre la manera de acceder a los servicios.



DIGA LO SIGUIENTE: El mejor modo de proceder siempre es apoyar el acceso a los servicios. Dejar esto en manos de profesionales garantiza la seguridad de todas las personas.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

Al responder a actitudes y creencias perjudiciales, microagresiones o expresiones verbales:

- A veces, puede parecer complicado decir algo cuando somos testigos de que alguien de nuestro entorno muestra actitudes perjudiciales. En ocasiones, puede parecer más sencillo “dejarlo pasar”, pero esto también puede crear una cultura de aceptabilidad. Si nos enfrentamos a situaciones como las de los escenarios, podemos informar a las personas de que no estamos de acuerdo con sus comentarios.
- Podemos decir cosas como “No estoy de acuerdo con esa creencia” o “No creo que sea adecuado hablar de esa manera sobre las mujeres”. El uso de enunciados en primera persona es una forma de expresar una opinión sin hacer que nadie se sienta a la defensiva. Puede que esto no cambie de manera automática la mentalidad de alguien, pero rompe el silencio y la aceptabilidad de algunos de estos comportamientos.



HAGA LO SIGUIENTE:

- Muestre a los participantes la Pirámide de la Discriminación (recurso 14.1) y explique cada nivel (según se describe en las notas).
- Después de explicar los niveles, pregúnteles en cuál creen que encajan sus escenarios.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE [si los participantes no lo mencionan]: El escenario 1 se corresponde con las actitudes y creencias; el escenario 2, con la microagresión; y el escenario 3, con la expresión verbal.



DIGA LO SIGUIENTE: Los niveles de la Pirámide en los que se pueden conseguir cambios reales son los tres inferiores (indicados en el punto 1 de la Pirámide). Como aliado, este es el nivel en el que las mujeres y las niñas necesitan un mayor apoyo.

Actividad 2: El Círculo del Cambio⁵⁶ (50 minutos)



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- En la última sesión, trabajamos en nuestra visión sobre nuestras propias familias y, en esta sesión, nos centraremos en el cambio que podemos conseguir en la comunidad. En la última actividad, hablamos sobre la manera en la que podemos utilizar nuestro poder para ponernos en pie y denunciar el daño o la violencia que pueden ser habituales en nuestra comunidad; no obstante, también reconocimos que puede que no siempre sintamos que tenemos el poder para conseguir un cambio.
- En la última sesión, hablamos sobre la reputación y los riesgos. Aunque hablamos sobre sus pros y contras, también sabemos que es algo que no podemos cambiar de un día para otro. Por eso, cuando pensamos en los tipos de medidas que podemos tomar en la comunidad, también es importante comprender que pueden existir algunas limitaciones que nos autoimponemos o que la comunidad o las personas de nuestro entorno nos imponen. Además, pueden existir algunos riesgos o reacciones violentas asociadas con la toma de medidas.
- En esta actividad, analizaremos los cambios que desean las niñas en la comunidad, qué aspectos están bajo nuestro control cambiar y cuáles no.



HAGA LO SIGUIENTE: Comparta con los cuidadores los ámbitos en los que las niñas desean ver cambios, basándose en su conversación con el facilitador de las sesiones para adolescentes.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Qué opinan de lo que las niñas quieren que se haga en la comunidad? ¿Están dispuestos a apoyarlas?

► Parte 1



HAGA LO SIGUIENTE: En un rotafolio, muestre a los participantes su diagrama elaborado previamente del Círculo de Influencia (véase el recurso 14.2).



DIGA LO SIGUIENTE: Tomemos el círculo más exterior de este diagrama. A esto lo llamamos el Círculo del Cambio. Aquí podemos enumerar los cambios que las niñas desean en nuestra comunidad.

56 <https://www.thensomehow.com/wp-content/uploads/2019/06/TS-Circle-of-Influence-Worksheet-2.0.pdf>

► Parte 2



PREGUNTE LO SIGUIENTE: Pensando en los temas que han mencionado las niñas, ¿les gustaría añadir algo más?



NOTA: Los participantes pueden hablar en voz alta y el facilitador puede añadirlos al Círculo del Cambio, o los participantes pueden tomarse un tiempo para hablar durante unos minutos en parejas antes de compartir sus ideas con todo el grupo.

► Parte 3



DIGA LO SIGUIENTE: Ahora pasaremos al círculo más interior. A esto lo llamamos el Círculo de Control. Con ello, nos referimos a los aspectos sobre los que nosotros, personalmente o como grupo, tenemos control. Observando el Círculo del Cambio, pensaremos en lo que podemos hacer personalmente o como grupo para que se produzca ese cambio.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: Observando los ejemplos del Círculo del Cambio, ¿alguien puede pensar en lo que podemos hacer, personalmente o como grupo, para que se produzca ese cambio?



HAGA LO SIGUIENTE: En grupo, revise cada tema o idea de la lista y pida a los participantes que compartan sus ideas sobre lo que está bajo su control. Si hay aspectos que no están bajo su control, no hay problema. ESCRIBA lo que está bajo su control en el círculo interior y anote lo que está fuera de su control.



NOTA: Si le preocupan las sugerencias arriesgadas, pregunte a los participantes cuáles podrían ser los pros y los contras de utilizar esa técnica e intente ofrecer una alternativa segura o explíqueles que dejaremos este tema a un lado. Si los participantes sugieren temas que no se refieren a las cuestiones que las niñas piden, recuérdelas los cambios que las niñas desean que se realicen y pregúnteles si sus sugerencias ayudarán a conseguir ese cambio.

► Parte 4



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Ahora nos centraremos en el círculo intermedio. Este círculo se llama nuestro Círculo de Influencia. Es un círculo muy importante, pues este círculo se centra en los aspectos que no están bajo nuestro control directo, pero en los que podemos influir.



NOTA: Explique lo que significa “influencia” si las personas no lo comprenden, por ejemplo, para poder cambiar algo de forma indirecta, pero normalmente importante.



DIGA LO SIGUIENTE: Volviendo a nuestro Círculo del Cambio, estos son los aspectos que ustedes mencionaron como fuera de su control.



HAGA LO SIGUIENTE: Léales la lista de aspectos fuera de su control.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Qué podemos hacer para ejercer una influencia sobre estos aspectos?



NOTA: Podría resultar útil empezar con una idea de la lista del Círculo del Cambio para utilizar como ejemplo. (Por ejemplo, si uno de los aspectos de nuestro Círculo del Cambio es que las niñas tengan más poder de toma de decisiones en la comunidad, pero esto está fuera de nuestro control, podemos definir quién tiene poder para realizar este cambio o cómo podemos ejercer nuestra influencia sobre esa persona o esas personas para que se produzca este cambio. Por ejemplo, podemos incluir “Hablar con el líder comunitario sobre el valor que tiene que las niñas participen en la toma de decisiones” en el Círculo de Influencia.))



HAGA LO SIGUIENTE: Compruebe que las sugerencias sean realistas y evalúelas para comprobar si pueden suponer un riesgo. Si le preocupan los posibles riesgos, pregunte a los participantes cuáles son los pros y los contras de su idea e intente ofrecer una alternativa segura o explicar que dejaremos este tema a un lado.

► Parte 5

✓ **HAGA LO SIGUIENTE:** Resuma sus ámbitos de cambio, su Círculo de Control y su Círculo de Influencia.

= **DIGA LO SIGUIENTE:** Han identificado 1) el cambio que quieren que se produzca, 2) los cambios que están bajo su control, 3) cómo pueden influir en los aspectos que no están bajo su control y 4) con quién deben colaborar para conseguirlo (estos son sus aliados).

? **PREGUNTE LO SIGUIENTE:**

- ¿Qué opinan de este plan?
- ¿Qué creen que opinarán las niñas sobre el apoyo que les pueden ofrecer?
- ¿Qué quieren que sepan los cuidadores masculinos sobre cómo pueden prestarles apoyo, especialmente en las cuestiones que escapan a su control?

Mensaje clave

= **DIGA LO SIGUIENTE:** Cada uno de nosotros tiene poder para provocar un cambio en nuestra comunidad. Aunque es posible que no podamos cambiar las cosas de un día para otro y que haya aspectos que se escapen a nuestro control, podemos empezar realizando un cambio en los aspectos sobre los que sí tenemos control, así como identificando a las personas en las que podemos ejercer una influencia. Estos pequeños pasos concretos son elementos constitutivos que nos ayudan a conseguir nuestra visión general de protección y empoderamiento de las niñas en el hogar y en la comunidad.

Comprobación (5 minutos)

PREGUNTE a los cuidadores qué les ha parecido la sesión y si quieren que se realice algún cambio para la siguiente. (Es importante que reaccione ante los cambios sugeridos por los cuidadores, así como que explique las razones por las que no son posibles).

RECUERDE a los cuidadores que pueden dejar valoraciones en la caja de comentarios y que usted estará disponible al final de la sesión para hablar con ellos si es necesario.

Conclusión (5 minutos)

= **DIGA LO SIGUIENTE:** Ahora hemos empezado a hablar sobre los ámbitos en los que podemos ejercer nuestra influencia. Nos gustaría que compartiesen las ideas de la última actividad con las mujeres y las niñas que participan en el programa Las Niñas Brillan y les preguntasen si les gustaría cambiar o añadir algo.



NOTA: Las mujeres y las niñas deberían haber trabajado en una actividad similar y se encargarán de compartir ideas con los hombres como parte de su conclusión.



NOTA PARA LOS FACILITADORES PARA LA PRÓXIMA SESIÓN:

- ☐ Dado que las mujeres y las niñas realizarán una actividad similar, es importante coordinar los grupos para que las actividades sean complementarias, se apoyen mutuamente y no se dupliquen. Se recomienda reunirse con el facilitador de los grupos de mujeres y niñas para hablar sobre los planes y optimizarlos.
- ☐ Dado que esta es la penúltima sesión, compruebe qué quieren hacer los participantes para la graduación y empiece a poner en marcha algunos planes.

SESIÓN 15:

EL APOYO DE LAS NIÑAS DE LA COMUNIDAD 57

Objetivos de la sesión:

Al final de la sesión, los cuidadores:

1. Empezarán a planificar las actividades comunitarias.
2. Identificarán cuáles son sus límites y cómo encontrar formas para ayudar a las niñas y las mujeres de la comunidad.

Materiales:

- ☐ papel
- ☐ bolígrafos
- ☐ bolígrafos de colores
- ☐ papel o libretas personales
- ☐ pósts de distintos colores a los utilizados en la última sesión
- ☐ Actividad del Círculo de Influencia de la última sesión

Preparación: Prepárese con la actividad del Círculo del Cambio de la última sesión.

Nota para el facilitador:

- Puede que al grupo se le ocurran diferentes ideas. Es bueno comprobar que las ideas sean prácticas y se basen en la realidad y también evaluar el riesgo que suponen. Si no está seguro de alguna de sus sugerencias, puede preguntarles cuáles son los riesgos o los pros y los contras de esa sugerencia concreta. También puede preguntarles si han hablado directamente con las mujeres y las niñas sobre la idea.
- Si cree que la actividad o la sugerencia no son factibles, puede pedirles que sugieran una alternativa. Si les cuesta pensar en una, puede proponer usted una o pedirles que pregunten a otras mujeres y niñas como parte de sus deberes. Esto también le dará tiempo para hablar con su supervisor y llegar a una propuesta en la próxima sesión.

Duración: 2 horas

Momento: Después de la sesión 15 para cuidadoras

Bienvenida y examen (10 minutos)



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Han compartido sus ideas de la actividad del Círculo de Influencia con las mujeres y las niñas? ¿Cómo ha ido? ¿Las mujeres y las niñas se sentían cómodas al compartir su opinión con ustedes?



NOTA: En este caso, solo buscamos obtener información sobre su opinión acerca de la actividad; no tienen que enumerar todo lo que las mujeres y las niñas les han contado, ya que habrá tiempo para hablar sobre ello en la primera actividad.



HAGA LO SIGUIENTE: Comparta algunas de las ideas que ha aprendido del facilitador del grupo de niñas.

Análisis (20 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Ahora que han participado en el programa Las Niñas Brillan, los miembros de la comunidad considerarán que son personas con mucho conocimiento.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- Desde que empezaron a participar en el programa, ¿alguien les ha pedido consejos sobre su vida familiar o sobre otro tema? No compartan información como los nombres de las personas que acuden a usted.
- ¿Cuál fue su respuesta?



HAGA LO SIGUIENTE: A medida que los participantes respondan a las preguntas anteriores, anote en un rotafolio los tipos de preguntas o consejos que otras personas de la comunidad les plantean.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Es probable que se sientan orgullosos de su compromiso con este grupo y de lo que han aprendido unos de otros. Estos son sentimientos positivos, pero también es importante que tengamos en cuenta los riesgos de ofrecer consejos en este tipo de situaciones.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Cuáles creen que son los riesgos de ofrecer consejos a otras personas? (Anote algunas respuestas).



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- En ocasiones, puede que ofrezcamos consejos cuando no disponemos de toda la información sobre la situación, y esto puede causar un mayor daño a las niñas. Puede que una persona que esté involucrada en la situación se entere de que le han ofrecido consejo y empiece a enfrentarse a usted si no le gusta el resultado. Las situaciones que implican un matrimonio temprano o violencia contra las mujeres y las niñas son delicadas; es muy complicado involucrarse en ellas e incluso puede resultar perjudicial para ustedes o sus seres queridos. Deben pensar en cómo y con quién compartir esta información para garantizar su propia seguridad.
- Sin embargo, podemos tomar ciertas medidas que no implican que tengamos que involucrarnos directamente en las situaciones personales de las personas. Estoy seguro de que las mujeres y las niñas compartieron ideas con ustedes. Reflexionaremos sobre ello en las actividades de hoy.

Actividades (1 hora)

Actividad 1: Visión de las mujeres y las niñas (30 minutos)



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Cada uno de ustedes ha hablado con mujeres y niñas de su entorno sobre la actividad del Círculo de Influencia y ha recabado su opinión.



PREGUNTE LO SIGUIENTE:

- ¿Cómo fue?
- ¿Cuál fue la opinión de las niñas? ¿Hubo algo que quisieran hacer de manera diferente?



HAGA LO SIGUIENTE:

- Recuerde la actividad del Círculo del Cambio que realizaron en la sesión anterior.
- Añada temas nuevos al cartel según las opiniones de las niñas.
- Añada las opiniones proporcionadas por el facilitador de las sesiones para niñas.

Actividad 2: Comprender nuestros límites y riesgos (30 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Han resaltado algunas grandes ideas sobre las medidas que se pueden adoptar y cómo.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: De las ideas que acabamos de añadir, ¿se les ocurre algún otro riesgo o límite que puedan generar?



NOTA: Los facilitadores pueden ofrecer el siguiente ejemplo: Si los cuidadores proponen intervenir en un caso de matrimonio temprano, los riesgos podrían ser que alguien se enfadase con la persona que interviene o las repercusiones para la niña implicada.



HAGA LO SIGUIENTE: Pídales que revisen todas las sugerencias que se anotaron una por una, y que señalen los riesgos o límites de cada una. Recuerde a los participantes que puede haber algunas que no tengan riesgos ni límites, pero no hay problema; la idea es evaluar el riesgo.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿A alguien se le ocurre qué podemos hacer para sustituir las actividades arriesgadas?



HAGA LO SIGUIENTE: Pídales que recuerden algunos de los consejos anteriores.



DIGA LO SIGUIENTE: Existen medidas generales que podemos tomar y que se encuentran dentro de nuestro Círculo de Control o Influencia. AÑADA los puntos que figuran a continuación si no se han incluido ya:

- Podemos ofrecer a las personas información sobre los servicios que existen para las mujeres y las niñas; lugares a los que pueden recurrir para obtener apoyo especializado.
- Podemos animar a las personas a recabar las opiniones y necesidades de las niñas en estas situaciones y a escucharlas.
- Además, podemos informar a las personas de nuestra comunidad de que nunca se culpará a las niñas de la violencia que sufren. Podemos hacerlo cuando escuchemos a alguien realizar comentarios acusativos.
- Podemos denunciar la violencia y el matrimonio temprano y concienciar sobre los efectos perjudiciales trabajando con los grupos de mujeres y niñas como aliados.
- También podemos dar nuestra opinión y compartir información sobre las oportunidades que merecen las niñas.
- Podemos denunciar la discriminación que sufren las niñas con discapacidad o divorciadas.
- Cuando sintamos que tenemos límites, podemos empezar por nosotros mismos y nuestros círculos de influencia, lo que tendrá un efecto dominó.



HAGA LO SIGUIENTE: Pida a los participantes que seleccionen las ideas finales que desean poner en marcha. Puede hacerlo votando todas las ideas, haciendo que los participantes levanten la mano o dando pegatinas a los participantes para que las pongan junto a la idea que prefieran, etc.

Actividad 3: Crear un entorno favorable para las niñas (15 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Dado que estas sesiones están llegando a su fin, queremos examinar las ideas que tienen sobre cómo seguir creando un entorno favorable para las niñas, de manera que puedan continuar poniendo en práctica las habilidades y los conocimientos que han adquirido en las sesiones.



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Alguien tiene alguna idea sobre cómo podemos continuar creando un entorno favorable?

AÑADA LO SIGUIENTE (si no se menciona):

- Pónganse en contacto con las niñas con regularidad para preguntarles cómo se está desarrollando su plan y qué apoyo continuo necesitan para ponerlo en marcha.
- Tómense tiempo para hablar con las niñas, ver cómo están y preguntarles si hay algo que quieran compartir con ustedes.
- Ponga a las niñas en contacto con personas de la comunidad que puedan ayudarlas a llevar a cabo sus ideas, por ejemplo, las líderes comunitarias u otras personas influyentes a las que tengan acceso.
- Proporcionen a las niñas oportunidades para que compartan sus conocimientos con otras niñas de la familia o la comunidad.

Mensaje clave



DIGA LO SIGUIENTE: Todos desempeñamos un papel a la hora de mejorar la situación de las niñas de nuestra comunidad y de poner fin a la violencia contra las mujeres y las niñas. Debemos estudiar si las medidas que tomamos causarán más daño a las mujeres y las niñas y si supondrán un riesgo para nosotros mismos. Podemos pedir a las mujeres y las niñas sus opiniones, pues están en buenas condiciones para hablarnos sobre los riesgos potenciales que puede que nosotros no hayamos tenido en cuenta. Además, están en mejores condiciones de expresar cómo podemos apoyarlas.

Comprobación (5 minutos)

PREGUNTE a los cuidadores qué les ha parecido la sesión y si quieren que se realice algún cambio para la siguiente. (Es importante que reaccione ante los cambios sugeridos por los cuidadores, así como que explique las razones por las que no son posibles).

RECUERDE a los cuidadores que pueden dejar valoraciones en la caja de comentarios y que usted estará disponible al final de la sesión para hablar con ellos si es necesario.

Conclusión (5 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Informen a las niñas y a las mujeres en qué punto de su plan se encuentran y pregúntenles si existe alguna otra forma en la que puedan apoyarlas.



NOTA PARA LOS FACILITADORES PARA LA PRÓXIMA SESIÓN:

- ☐ Lea el apartado de preparación de esta sesión con antelación.
- ☐ Si la graduación se celebra el mismo día, tendrá que poner en marcha la planificación correspondiente.

SESIÓN 16:

RUMBO AL CAMBIO

Objetivos de la sesión:

Al final de la sesión, los cuidadores:

1. Finalizarán sus planes de acción en función de las opiniones de las niñas y las mujeres.
2. Escogerán la fecha, el lugar y el horario de la siguiente reunión.
3. Celebrarán que han finalizado las sesiones.

Materiales:

- ☐ kit de material artístico
- ☐ caja de comentarios
- ☐ papel
- ☐ bolígrafos
- ☐ bolígrafos de colores
- ☐ papel o libretas personales
- ☐ Si la graduación se celebra el mismo día, consiga certificados de terminación y camisetas con mensajes (si el presupuesto lo permite).
- ☐ Si la graduación se celebra el mismo día, consiga tentempiés y bebidas para la celebración.

Preparación:

- Lea el apartado “Análisis” antes de la sesión para disponer de toda la información pertinente.
- Prepare una actividad de conclusión para celebrar que el grupo ha terminado el programa de formación. Pregunte al grupo cómo le gustaría celebrarlo y planifíquese según corresponda. Si los hombres quieren participar en la planificación, se les anima a hacerlo para que se sientan responsables del grupo y de su finalización.
- Si les gustaría tener una ceremonia pública, asegúrese de que hayan invitado a las personas que quieren que acudan. Como la ceremonia se añade al final de la sesión, si es pública, es posible que tenga que celebrarse a una hora o en una fecha diferentes al resto de la sesión.

Duración: Duración: 2,5 horas (deje tiempo para la celebración y los certificados al final de la sesión)

Momento: Después de la sesión 16 para cuidadoras o en conjunto con las mujeres, si las mujeres están de acuerdo.

Nota: Si se celebra de forma conjunta, las actividades deberán ajustarse a ello. Utilice la sesión para cuidadoras si se realizan en conjunto.

Bienvenida y examen (10 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Hoy la actividad de apertura será un poco diferente, pues es la última sesión. Me gustaría empezar diciendo que ha sido un gran logro para nosotros estar aquí juntos terminando nuestra última sesión.

Hoy me siento _____ (comparta con el grupo cómo se siente por haber llegado a este punto).



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿A alguien le gustaría compartir sus sentimientos?



DIGA LO SIGUIENTE: Todos deberíamos sentirnos orgullosos de nosotros mismos por haber dado cabida a este grupo, por estar abiertos a los debates y dispuestos a aprender unos de otros.

Análisis (20 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Esta es nuestra última sesión juntos. En esta parte de la sesión, en lugar de descubrir nuevas ideas, examinaremos cierta información importante.



HAGA LO SIGUIENTE:

- Compruebe qué planes tienen para seguir trabajando en su plan de acción.
- Repita los datos sobre las reuniones grupales si van a continuar en el mismo espacio, como el horario, la fecha, el punto focal, la manera de solicitar recursos, etc.
- Presente los protocolos específicos aplicados que deben conocer o con los que deben familiarizarse.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- Su plan de acción debería complementar los planes de las mujeres y las niñas.
- Su función es actuar como aliados de las mujeres y las niñas y apoyar su plan de acción al estar en el Círculo de Influencia de estas.
- Deben decidir cómo garantizar el mantenimiento de la comunicación y la recepción continua de las opiniones de las mujeres y las niñas a medida que sus planes evolucionan.



HAGA LO SIGUIENTE: Responda a las preguntas que el grupo pueda tener y compruebe si creen que tienen toda la información que necesitan antes de continuar con las actividades.

Actividades

Actividad 1: Plan de acción (60 minutos)



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Disponemos de planes individuales para lograr un cambio en nuestra familia y ahora tenemos un plan conjunto para nuestra comunidad. Esperamos que en sus planes individuales sigan hablando y trabajando con sus familias sobre esto, especialmente las mujeres y las niñas. Hoy nos centraremos en los próximos pasos para nuestro plan comunitario.



HAGA LO SIGUIENTE: Muéstreles el cartel del Círculo de Influencia. Compruebe si están contentos con el plan final.

Cuando se haya finalizado la lista,



DIGA LO SIGUIENTE: Ahora tenemos nuestros elementos de acción. Debemos decidir cómo conseguir estos elementos de acción y quién será el punto focal. Como hablamos en la última sesión, debemos nombrar mujeres para que desempeñen roles y responsabilidades particulares con el fin de que este plan avance. En esta fase, no debe realizar un plan detallado de todas las acciones, pero puede hacer lo siguiente:

- Escoger a una o varias personas para que organicen las reuniones y recuerden las reuniones al grupo.
- Escoger a alguien para que examine el progreso del grupo con respecto al plan de acción; se trata de una persona que puede recordar al grupo los objetivos y mantenerlo en el buen camino.
- Escoger a alguien que pueda encargarse del control de horarios de las reuniones.
- Escoger a alguien para que compruebe que los miembros del grupo se comunican con las mujeres y las niñas e incorporan sus ideas y sugerencias.



DIGA LO SIGUIENTE: Además, debemos decidir cómo tomar decisiones. Como somos muchas personas, puede que no siempre estemos de acuerdo. ¿Cómo tomaremos las decisiones sobre cómo avanzar con las acciones de una forma que sea igualitaria? ¿Qué haremos cuando no todos los miembros estén presentes en la reunión grupal y tengamos que tomar una decisión? ¿Cómo garantizamos que nuestras decisiones incluyan las voces de las mujeres y las niñas? Queremos ser inclusivos, pero también queremos avanzar en nuestras acciones.

Actividad 2: Defensor o protector⁵⁸ (30 minutos)



DIGA LO SIGUIENTE: Mientras seguimos ayudando a que las niñas tengan espacio y voz en la comunidad, también podemos pensar si nuestras propias acciones son las de un defensor de las niñas o un protector.



HAGA LO SIGUIENTE: Explique al grupo que va a leerles enunciados y que, después de cada uno, preguntará si la acción consiste en defender o en proteger.

- **Enunciado 1:** “Si me doy cuenta de que las personas no están escuchando a una niña de la comunidad, interrumpo para defender su punto de vista”.
(Esta es una actitud protectora, ya que el hombre o la mujer está interrumpiendo a la niña para hablar en su nombre, en lugar de tratar el problema mayor que supone que las personas la están ignorando).
- **Enunciado 2:** “Animo a mi hija a vestirse de forma conservadora para que no sufra violencia”.
(Esta es una actuación protectora porque se enfoca en las acciones de la niña en lugar de en ayudar a que los hombres y los niños aprendan a respetar a las mujeres y las niñas independientemente de cómo se vistan).
- **Enunciado 3:** “Si escucho a un niño decir algo grosero sobre una niña, le hago saber que el comentario me ha parecido ofensivo”.
(Esto implica ser un defensor. Se trata de fortalecer el poder de las niñas haciendo saber a los hombres y los niños que no es adecuado hablar sobre ellas de forma grosera).



PREGUNTE LO SIGUIENTE: ¿Por qué actuar como “protector” de las niñas puede suponer un problema?



DIGA LO SIGUIENTE:

- Cuando se actúa como protector, el enfoque se centra en las acciones o los comportamientos de la niña, en lugar de en el entorno general que genera el problema. Además, ejerce poder sobre ellas para que se comporten como ustedes creen que deben comportarse, actuar o vestir. Esto también implica que la responsabilidad del problema (por ejemplo, abuso, violencia o matrimonio temprano) es de las niñas y no de la persona que lo ha creado. No se debe culpar a las niñas de la violencia, el abuso o la injusticia que sufren; es responsabilidad de los autores.
- Actuar como protector, incluso aunque sea con buenas intenciones, puede perpetuar los desequilibrios de poder perjudiciales.
- Esto reduce el poder, la voz y la capacidad de actuación de las niñas, en lugar de aumentarlo.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Estas son algunas cuestiones clave que los cuidadores deben tener en cuenta en su labor de defensores:

- ¿Ayuda lo que estoy haciendo ahora a fortalecer la voz y el poder de las mujeres? ¿O sirve para fortalecer mi propia voz y mi propia condición?
- ¿Ayuda lo que estoy haciendo a aumentar o disminuir la seguridad de las niñas?
- ¿Mi acción aborda el contexto más amplio que crea la situación (es decir, hombres que ignoran a las mujeres, hombres que tocan el cuerpo de las mujeres sin su permiso, mujeres que culpan a las niñas de la violencia que sufren, etc.)?
- ¿Cómo sé que esto es lo que las niñas quieren o necesitan? ¿Cómo puedo saber si esto es útil para las niñas y no perjudicial?

58 Adaptado de CARE: “Tipping Point Facilitator’s Manual for Boys and Parents Activists” https://www.care.org/wp-content/uploads/2020/11/FM_Boys_Parents_Activists_with-citation.pdf



DIGA LO SIGUIENTE: La mejor manera de saber si lo que están haciendo es útil o perjudicial es preguntar directamente a las niñas y, después, tomarse sus respuestas en serio; no intenten convencerlas de su punto de vista.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE:

- Las niñas han definido sus problemas y están desarrollando planes para atacar estos problemas por sí mismas.
- Nuestro apoyo es una importante fuente para fomentar su liderazgo.

Actividad 3: Reflexiones (30 minutos)



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Dado que hoy es la última sesión, queremos reflexionar sobre los cambios que hemos experimentado desde que empezamos a participar en estas sesiones.



DIGA LO SIGUIENTE: Vamos a hacer algo divertido y creativo que nos ayude a resumir nuestras experiencias en las sesiones.



HAGA LO SIGUIENTE: Divida a los participantes en tres grupos.



DIGA LO SIGUIENTE: Pueden resumir sus experiencias de la forma que quieran. Puede ser a través de una canción, una representación teatral, el dibujo de una bonita obra de arte, un poema, etc.; lo que se acuerde con el grupo. Algunos de los aspectos que realmente nos interesa saber son los siguientes:

- ¿Han cambiado sus relaciones en la familia?
- ¿Ha cambiado su relación con su hija?
- ¿Han cambiado su opinión con respecto al matrimonio temprano?
- ¿Qué opinan sobre el rol de los hombres a la hora de apoyar mujeres y niñas?



HAGA LO SIGUIENTE: Deje a los participantes tiempo para pensar y prepararse. Cuando hayan terminado, pídeles que realicen una presentación al grupo.



HAGA LO SIGUIENTE: Cuando hayan terminado, investigue más a fondo las preguntas enumeradas anteriormente para recoger más información de los participantes sobre sus experiencias y sobre cualquier otra cosa que quieran compartir.



EXPLIQUE LO SIGUIENTE: Cuando compartan los beneficios positivos que ha experimentado con sus amigos, los miembros de su comunidad o incluso los líderes comunitarios, estos ejemplos positivos pueden fomentar el cambio y es probable que también inspiren a otras personas a ayudar a las mujeres y las niñas.

Ceremonia de entrega de certificados



NOTA: Para esta actividad, puede que haya organizado una ceremonia pública o cerrada dependiendo de los deseos de los cuidadores. Es posible que los hombres hayan invitado a mujeres y niñas que participen en las sesiones a la ceremonia. Aproveche este espacio como oportunidad para reconocer la participación de los hombres.



HAGA LO SIGUIENTE: Asegúrese de que hay tentempiés y bebidas disponibles. Deberían imprimirse y entregarse certificados para los hombres. Deje un espacio abierto para que celebren sus logros. Puede que quieran preparar algunos mensajes, si se trata de una ceremonia pública, o compartir reflexiones de la actividad en la ceremonia.

RECURSOS



Recurso I.I: Lista de activos

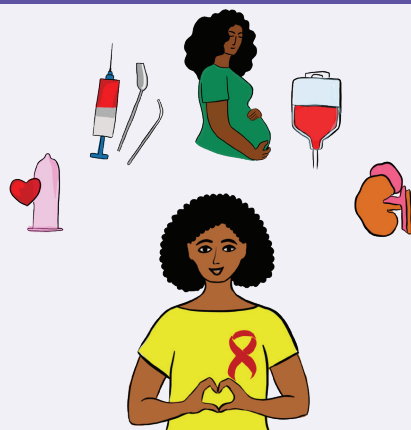
LISTA DE ACTIVOS



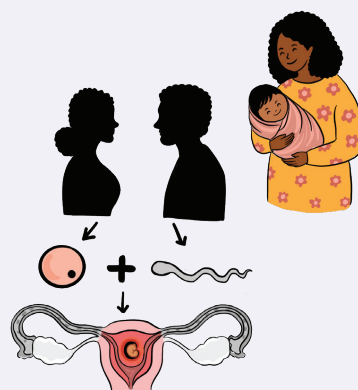
Saber pedir ayuda si se siente incómoda en compañía de un hombre o un niño.



Conocer las señales de peligro durante el embarazo y el parto.



Saber cómo se transmite el VIH, cómo prevenirlo y que existen opciones de tratamiento.



Comprender los fundamentos biológicos de la sexualidad y la reproducción.



Saber a dónde acudir para obtener ayuda si presenta signos de peligro durante el embarazo.



Saber que el matrimonio temprano está asociado con la mala salud, la pobreza y el divorcio.

Recurso I.I: Lista de activos

LISTA DE ACTIVOS



Saber a quién pedir ayuda o dónde pedirla si ella o alguien que conoce sufre violencia.



Ser capaz de tomar decisiones seguras y saludables con respecto al matrimonio de forma asertiva y respetuosa.



Conocer su derecho para determinar y comunicar el número de hijos que quiere tener y el momento.



Conocer los nombres de las personas capacitadas de la comunidad en las que se puede confiar para favorecer la seguridad de las niñas.

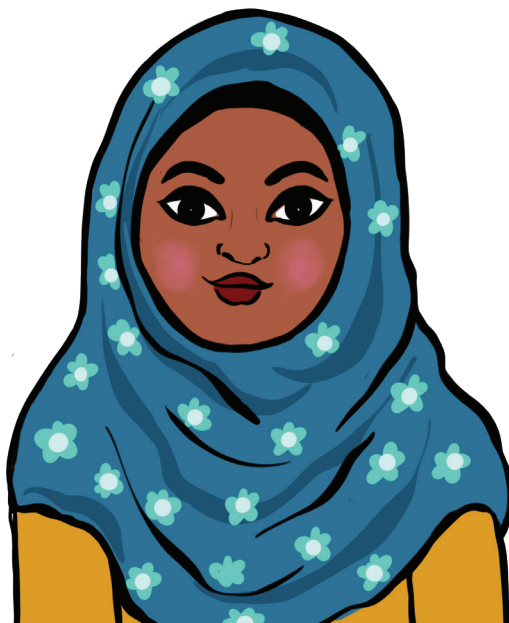


Saber que ella tiene los mismos derechos que su hermano.



Conocer los lugares en los que se pueden someter a las pruebas del VIH.

Recurso I.2: Las etapas de la adolescencia





Recurso 2.1: La historia de los Rafiki

LA HISTORIA DE LOS RAFIKI



Mariam y Sayed, de la familia Rafiki, tienen cinco hijos (Yasmine - 11 años, Asma - 14 años, Adam - 18 años, Selina - 19 años y Osman - 22 años). También viven con Amma (la madre de Mariam) y su nuera.



Adam, de 18 años, tiene una discapacidad visual que le obliga a recibir apoyo adicional, pero tanto su trabajo como su centro de formación han mejorado sus espacios para que sean más accesibles para él, y Adam está rindiendo muy bien.



Selina tiene 19 años y está divorciada. Se casó a los 16 años, lo que dio lugar a un matrimonio difícil y a una tensa relación con la familia de su esposo. Ahora está de vuelta en casa e intenta comprender qué hacer a continuación.



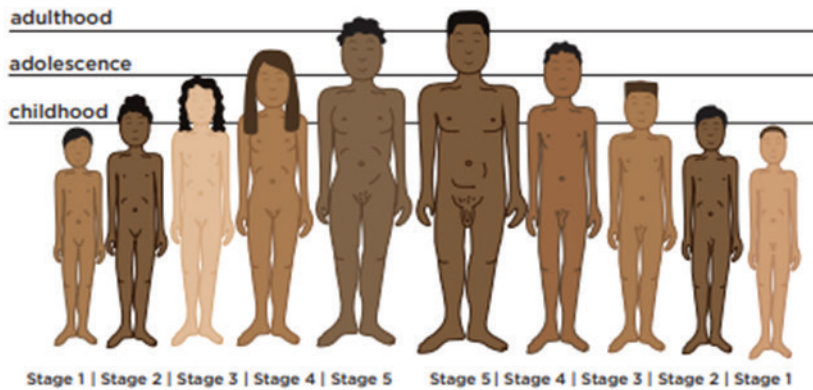
Osman tiene 22 años y se ha casado recientemente con Dina, de 21 años. Dina completó su educación tenía mucha información sobre las consecuencias de casarse a una edad temprana y decidió esperar el momento adecuado. Sus padres apoyaron su decisión de esperar. Cuando Dina se unió a la familia, sintieron que ganaban una hija, no solo una nuera.

Recurso 4.1 : La escala de Tanner

Puberty Tanner Stages Visual – Teacher Resource

The Tanner Scale was created by doctors to show the progressive stages of body development for boys and girls. Everyone progresses from childhood to adulthood at his or her own pace.

THE TANNER SCALE



CHANGES FOR GIRLS

STAGE 1 (USUALLY AGES 8-11)

Hormone production begins; ovaries enlarge.

STAGE 2 (AVERAGE AGES 11-12)

Breast buds grow.
Height and weight increases.
Fine pubic hair appears.

STAGE 3 (AVERAGE AGES 12-13)

Breasts grow.
Pubic hair darkens.
Vagina enlarges and begins to produce discharge.
First menstrual period may occur.

STAGE 4 (AVERAGE AGES 13-14)

Underarm hair appears.
First menstrual period is likely; ovulation begins in some girls, but is irregular.

STAGE 5 (AVERAGE AGE 15)

Growth is complete.
Menstruation and ovulation are well established.

CHANGES FOR BOYS

STAGE 1 (USUALLY AGES 9-12)

Male hormone production becomes active.

STAGE 2 (AVERAGE AGES 12-13)

Testicles and scrotum begin to enlarge.
Height increases.

STAGE 3 (AVERAGE AGES 13-14)

Penis begins to grow.
Pubic hair darkens.
Voice begins to deepen.
Facial hair and pimples may develop.

STAGE 4 (AVERAGE AGES 14-15)

Penis and testicles continue to grow.
Underarm hair appears and facial hair grows.
Most boys have first ejaculations.

STAGE 5 (AVERAGE AGE 16)

Near-full adult height and physique attained.
Shaving may begin.

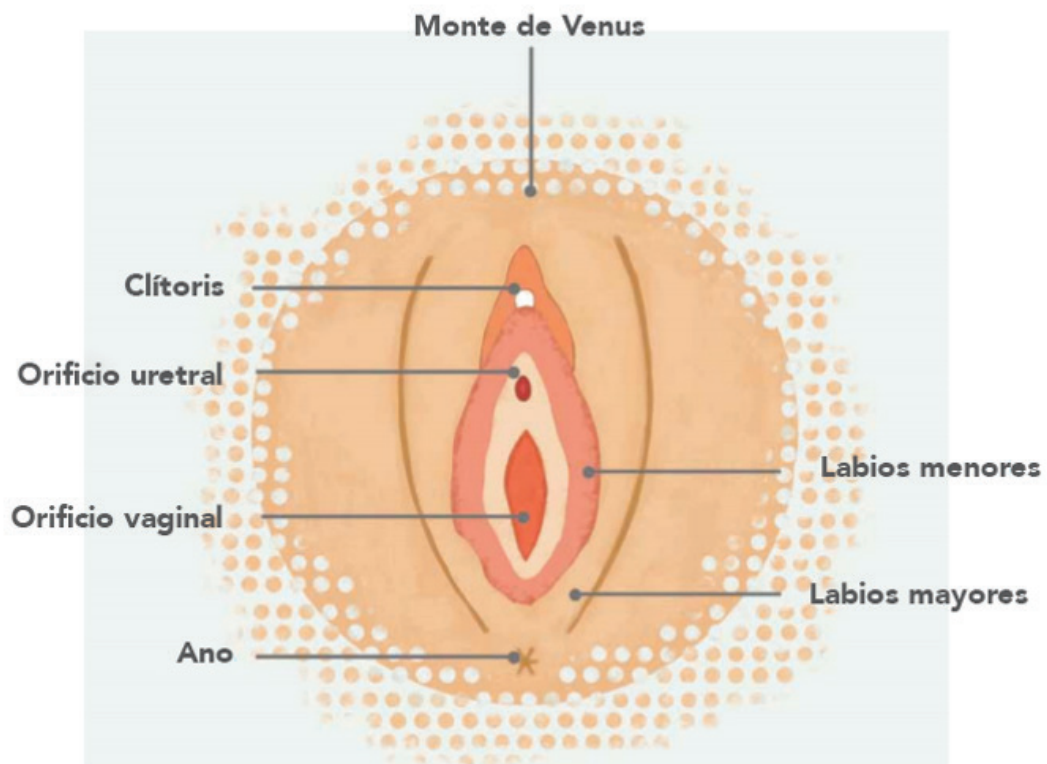
HUMAN RELATIONS MEDIA

THE PUBERTY WORKSHOP AND CURRICULUM



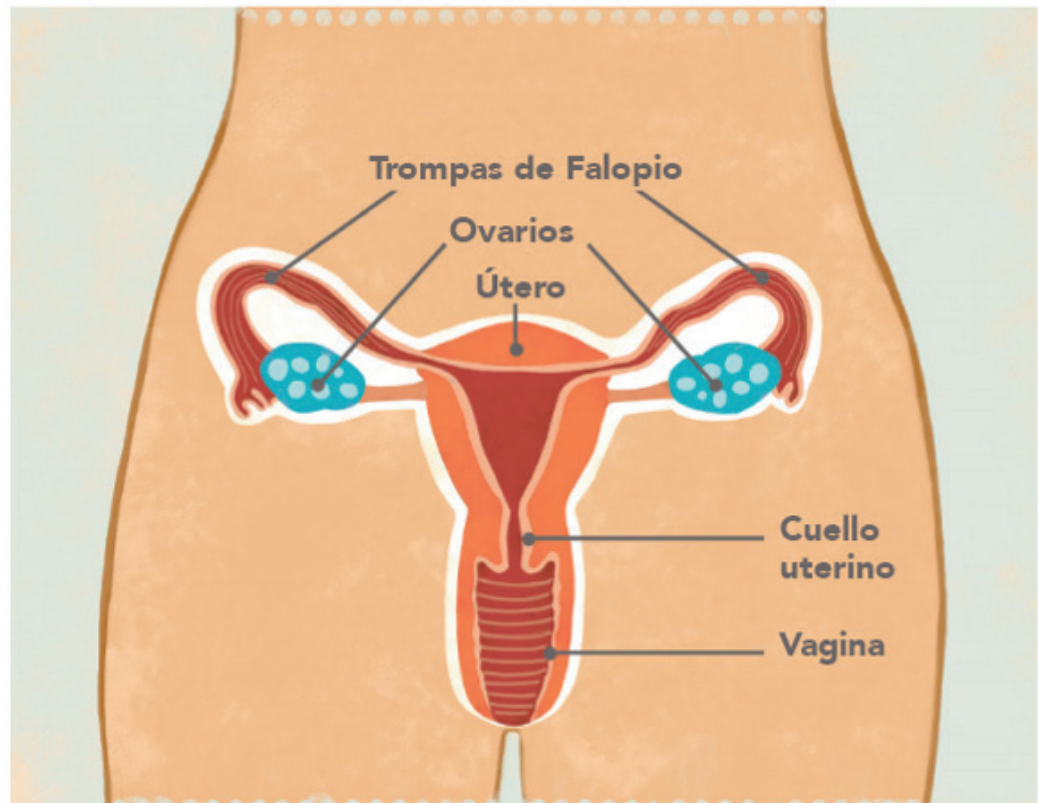
Recurso 4.2: Órganos reproductores externos de una mujer

Órganos reproductores externos de una mujer



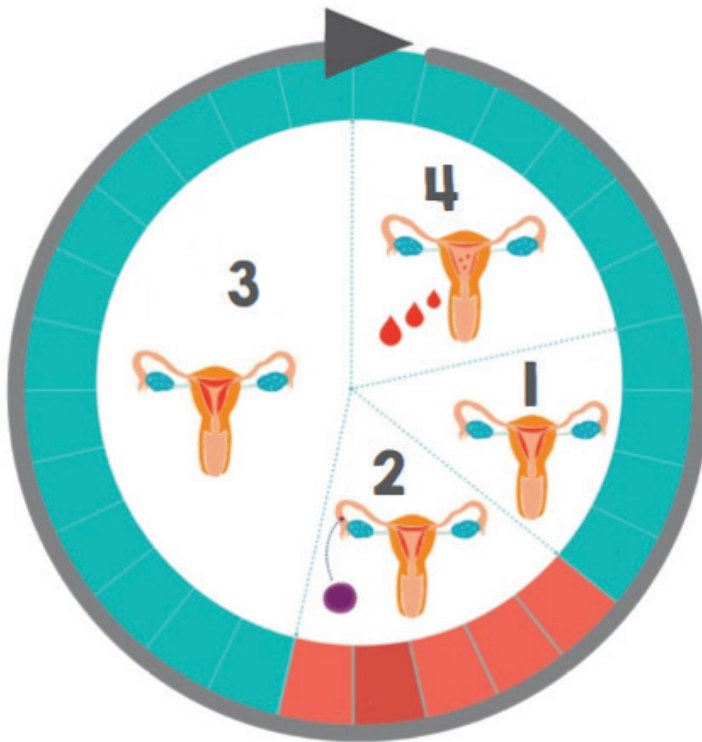
Recurso 4.3 : Órganos reproductores internos de una mujer

Órganos reproductores internos de una mujer



Recurso 4.4: Ciclo ovulatorio

RECURSO Ciclo ovulatorio



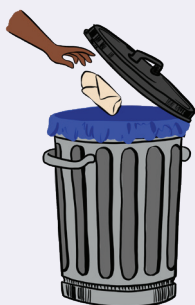
1. El útero está conectado a los ovarios mediante las trompas de Falopio. Normalmente, madura un óvulo en cada ciclo.
2. Una vez maduro, el óvulo se libera del ovario y pasa a través de la trompa de Falopio. A medida que el óvulo atraviesa la trompa, el revestimiento del útero se hace más grueso.
3. Si el óvulo es fecundado, este revestimiento del útero proporciona un hogar para que el bebé crezca.
4. Si no se produce la fecundación, el cuerpo elimina el revestimiento del útero en forma de sangre. Las hemorragias regulares forman parte del proceso natural de las mujeres y las niñas.

Recurso 4.5: Demostración de gestión de la higiene menstrual

DEMOSTRACIÓN DE GESTIÓN DE LA HIGIENE MENSTRUAL



DEMOSTRACIÓN DE GESTIÓN DE LA HIGIENE MENSTRUAL



Recurso 5.I: Anticoncepción

Anticoncepción

¿Qué son los anticonceptivos?

Los anticonceptivos se utilizan para prevenir el embarazo. Si una mujer mantiene relaciones sexuales, siempre corre riesgo de quedarse embarazada. Se puede utilizar un anticonceptivo para disminuir la probabilidad de que una mujer se quede embarazada. No obstante, la única forma 100 % eficaz de no quedarse embarazada es no mantener relaciones sexuales. A esto se le denomina abstinencia.

¿Qué es un preservativo?

Los preservativos son el único anticonceptivo que previene el embarazo y las infecciones de transmisión sexual. El preservativo masculino es una pieza delgada de látex, un tipo de goma que se coloca en el pene. El preservativo masculino se utiliza mucho más habitualmente que el femenino. El preservativo femenino es una funda con un anillo flexible en cada extremo. Un extremo está cerrado y se introduce en la vagina; el otro extremo está abierto y el anillo se coloca fuera del orificio vaginal.

¿Cómo funcionan los preservativos?

Los preservativos funcionan impidiendo que el semen (líquido que contiene espermatozoides) se introduzca en la vagina. El preservativo masculino se coloca en el pene del hombre cuando está erecto, antes del contacto sexual. Se desenrolla hasta la base del pene mientras se mantiene la punta del preservativo para dejar un espacio adicional en el extremo. Esto deja espacio para el semen después de la eyaculación y hace que sea menos probable que el preservativo se rompa.

Cuando el hombre eyacula, debe aguantar el preservativo en la base del pene al retirarlo de la vagina. Debe llevar a cabo este paso cuando el pene sigue erecto para prevenir que el preservativo se resbale y se salga. Si esto ocurre, el espermatozoide podría introducirse en la vagina y la mujer podría quedarse embarazada.

Medidas que se deben tomar y que no se deben tomar a la hora de utilizar preservativos

- Utilice un preservativo siempre que mantenga relaciones sexuales.
- Utilice lubricantes a base de agua o silicona.
- NO utilice un preservativo más de una vez.
- NO utilice dos preservativos al mismo tiempo. La fricción entre los preservativos puede hacer que se rompan.
- Compruebe la fecha de caducidad.
- NO utilice lubricantes a base de aceites (como la vaselina o el aceite para bebés), ya que pueden hacer que el preservativo se rompa.
- NO utilice un preservativo si el paquete individual en el que viene está rasgado.

¿Qué otros anticonceptivos existen?

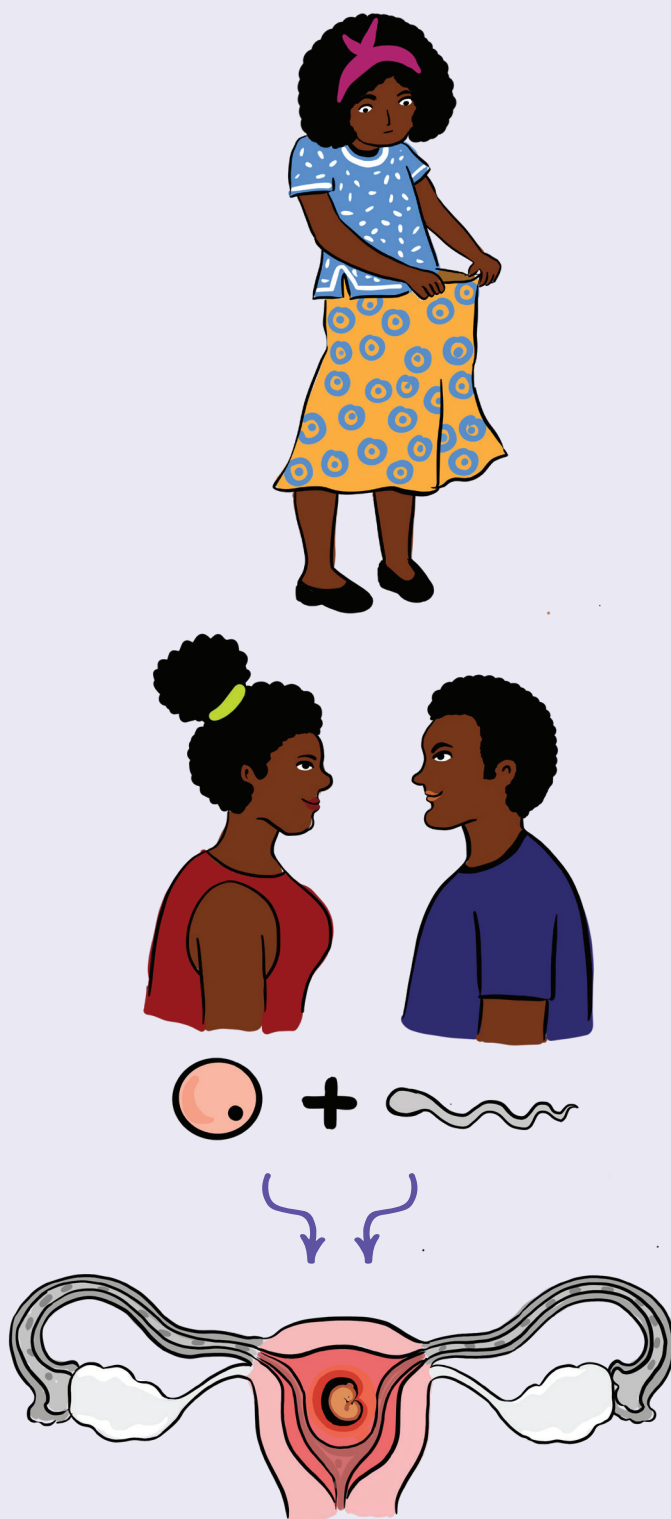
- Otros anticonceptivos incluyen las píldoras anticonceptivas, las inyecciones, los implantes y los DIU.
- Las píldoras anticonceptivas son píldoras que las mujeres toman todos los días para evitar quedarse embarazadas. Por ejemplo, Microgynon y Microlut son marcas de píldoras anticonceptivas.
- Las mujeres también pueden acudir a un médico para que les administre una inyección cada pocos meses para prevenir el embarazo. Una marca conocida es Depo-Provera o „Depot“.
- Otra opción es un implante diminuto o un objeto pequeño que se introduce debajo de la piel de la mujer para prevenir el embarazo. Una marca de implantes es Jadelle.
- Un DIU es un dispositivo pequeño en forma de T que se introduce en el útero de la mujer para prevenir el embarazo. Lo debe introducir y retirar un profesional sanitario. Dependiendo del tipo de DIU, puede permanecer dentro del útero entre cinco y diez años.

Cómo elegir el método anticonceptivo adecuado

Para todas estas opciones, la mujer debe acudir primero al médico para saber cuál es la mejor para ella. No todas estas opciones son fáciles de conseguir. El preservativo es uno de los métodos anticonceptivos más extendidos, por lo que se suele hacer hincapié en él.

Recurso 5.2: El proceso para tener hijos

EL PROCESO PARA TENER HIJOS



Recurso 7.I: Consejos de comunicación

CONSEJOS DE COMUNICACIÓN



Anima a las niñas a expresar sus opiniones.



No juzgues duramente a las chicas, ya que esto puede cerrar la comunicación y las oportunidades de acercarse a ellas.



Explorar formas de ayudar a las niñas a expresarse, especialmente a las que puedan tener alguna discapacidad y no puedan comunicar sus opiniones verbalmente.



Si te preocupa que las chicas vayan a ciertos sitios y hagan ciertas cosas, en lugar de decir "no", intenta dar razones de por qué piensas eso o qué es lo que te preocupa para poder llegar a un entendimiento.



Dedicales tu tiempo y atención, aunque tu propia vida esté muy ajetreada.



Anime a las niñas a encontrar soluciones por sí mismas, haciéndoles preguntas y animándolas a pensar en las posibles consecuencias positivas y negativas de cualquier situación.



Anima a las niñas y dales la oportunidad de ser útiles. Los elogios nos hacen sentir bien a todos, tanto a quien los da como a quien los recibe.



Poneos en su lugar e intentad comprender lo que siente y lo que piensa.

Recurso 7.2: Escenarios: culpa o empatía

CUIDADORES DE NIÑAS NO CASADAS



Jane tiene 11 años y últimamente ha estado gritando a sus hermanos

y se niega a hablar con su madre, Leila, y su padre, Hassan.



Un día llega a casa y tira sus cosas al suelo. Su padre le pregunta qué le pasa.



Jane le dice a su padre que ya no quiere ir a la escuela. Dice que algunas chicas de la clase se burlan de ella.



¿CÓMO CREES QUE SE SIENTE JANE?



Hassan dijo: "Puedo ver/comprender que estés disgustada. Siento mucho que te haya pasado esto; no es culpa tuya. La escuela es muy importante, así que ¿qué podemos hacer para intentar resolver este problema?"



Hassan dijo: "Debes haber hecho algo para provocar a estas chicas. No puedo entender por qué alguien te haría esto".

Recurso 7.2: Escenarios: culpa o empatía

CUIDADORES DE NIÑAS CASADAS/DIVORCIADAS



Jane se ha casado recientemente y está visitando a su madre, Leila, y a su padre, Hassan.



Es la primera vez que está en casa desde que se casó.



Cuando Hassan le pregunta a Jane cómo le va la vida de casado,

Jane responde diciéndole a Hassan que es muy difícil y que su marido le ha gritado.

¿CÓMO CREES QUE SE SIENTE JANE?



Hassan dijo: "Puedo ver/comprender que estés disgustada. Siento mucho que te haya pasado esto; no es culpa tuya. ¿Qué podemos hacer para intentar resolver este problema?"



Hassan dijo: "Algo habrás hecho para provocar a tu marido. No entiendo por qué te grita".

Recurso 7.3: Pasos de empatía

PASOS DE LA COMUNICACIÓN EMPÁTICA



Paso 1- Identificar el sentimiento:
Intenta identificar o etiquetar lo que siente alguien. Por ejemplo: "Mariam, parece que estás preocupada ahora mismo, ¿lo estás?".



Paso 2- Determine el motivo:
Comprenda por qué se sienten así. "¿Quieres decirme por qué estás preocupada?". Mariam puede decírtelo, o puede elegir no hacerlo en este momento. Puedes decirle a Mariam: "No dudes en venir a hablar conmigo cuando estés preparada".



Paso 3- Honra el sentimiento:
Mariam puede haber tenido un desacuerdo con un amigo o haber sido rechazada por sus compañeros en la escuela. No descartes ese motivo. Si haces creer a tu hija que sus sentimientos no son importantes, es posible que no vuelva a hablarte de las cosas que le molestan. "Entiendo que esto te haga sentir triste/molesta/cansada".



Paso 4- Pasa a la acción:
Trata esos sentimientos con tu hija. Puedes hacer una lluvia de ideas con ella sobre lo que hay que hacer, si es que hay que hacer algo. A veces la situación puede requerir que el cuidador y la niña ideen posibles acciones que ayuden a remediar la situación. A veces, la situación no requiere otra acción que consolar a tu hija o compartir su alegría. "Sentémonos juntas y discutamos cómo abordar este problema".

Recurso 8.I: Respuestas reticentes habituales

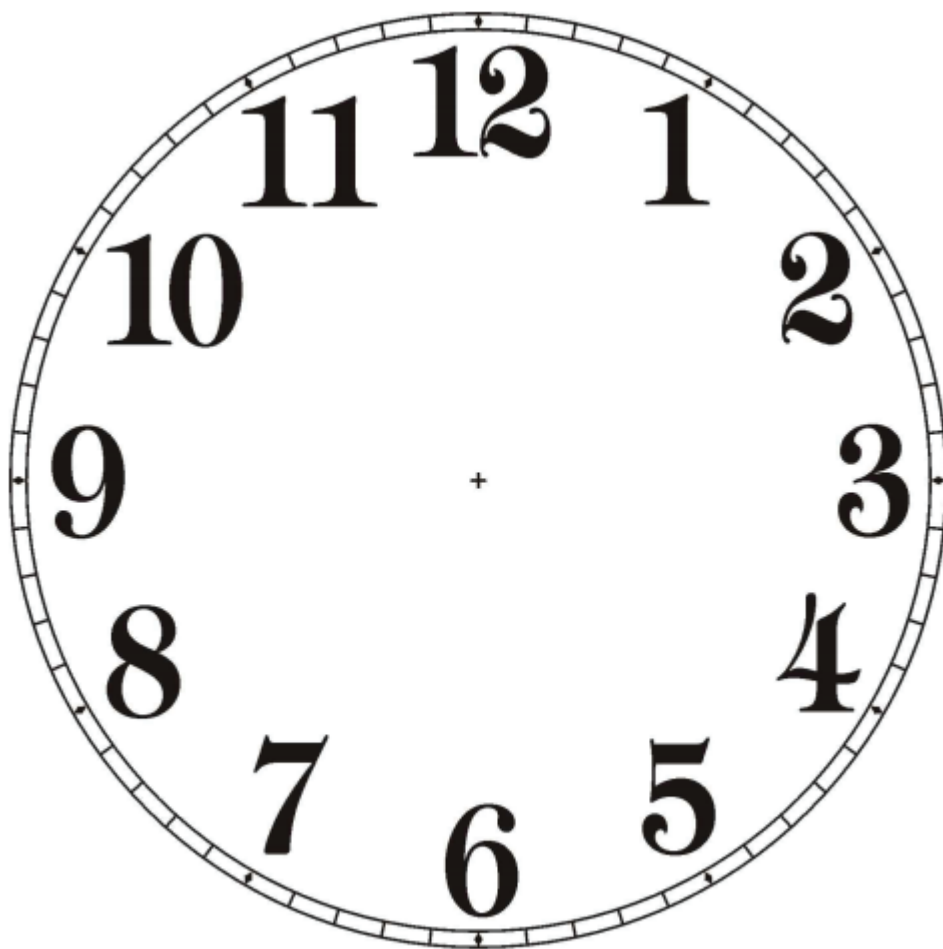
Definiciones y ejemplos relativos a las respuestas reticentes habituales

A continuación, se presentan algunos ejemplos de respuestas reticentes habituales que los facilitadores deben estar preparados para identificar (en sí mismos y en los demás) y a las que deben responder a lo largo de la intervención.

Todas estas reacciones:

- Se aprenden. Vienen impartidas por nuestra sociedad para reforzar normas tradicionales y perjudiciales.
 - Impiden que los hombres tengan que responsabilizarse de sus acciones o las de otros hombres.
 - Permiten que las mujeres se distancien de las víctimas de violencia.
 - Implican la banalización, la negación y la justificación.
 - No son adecuadas y perpetúan la violencia y el daño contra las mujeres y las adolescentes.
 - **SON FUNDAMENTALES PARA QUE LOS FACILITADORES DE LAS NIÑAS BRILLAN TRATEN ESTOS TEMAS:**
1. **Negación:** afirmar que algo no es verdad o que no es un problema "Eso no es un problema". "La violencia es una parte normal de las relaciones; deja de darle importancia". "No sé dónde se hizo esos moratones en la cara, debe haberse caído". "No hay ningún problema; no ha pasado nada".
 2. **Banalización:** restar importancia a algo o hacer que parezca menos grave de lo que es. "No sé por qué las niñas (y las mujeres) dan tanta importancia a esto". "En nuestra época de desarrollo, nos pegaban; es una parte normal de la disciplina". "Solo ha sido una bofetada". Bromear acerca de la violencia contra las adolescentes y las mujeres es también una respuesta banalizadora.
 3. **Justificación:** afirmar que algo es adecuado o razonable. "En la Biblia, se establece que las niñas y las mujeres deben servir a los hombres; es algo natural". "Las mujeres deben aprender a acatar las normas y escuchar a sus esposos". "Se lo merecía".
 4. **Culpabilización de las mujeres o las niñas:** afirmar o implicar que la superviviente es culpable de la violencia que ha sufrido. "Bueno, si hubiera escuchado a su padre, esto no habría ocurrido". "Se lo ha buscado por (su comportamiento)". "Me ha provocado; no tenía otra opción".
 5. **Comparación de las víctimas:** cambiar el enfoque del debate o la situación afirmando que otro grupo también sufre el mismo problema. "Los hombres también sufren violencia". "Tanto los niños como las niñas son víctimas de violencia: ¿por qué siempre se habla de las niñas?". "Las mujeres también pueden abusar de los hombres".
 6. **Silencio:** optar por callar o no manifestarse ante una injusticia o acto problemático y, con ello, normalizar estos actos. No hablar cuando se produce un acto de violencia o una falta de respeto, ignorar algo o fingir no darse cuenta.
 7. **Refuerzo de las normas:** adoptar comportamientos que favorecen la desigualdad de poder y las creencias y actitudes perjudiciales. Tomar el control de la labor de las mujeres en la comunidad en torno a la violencia contra las adolescentes y las mujeres. Perpetuar la violencia o la discriminación.
 8. **Conspiración:** apoyo por parte de los participantes de las creencias y actitudes perjudiciales de otros participantes. Estar de acuerdo con cualquiera de las respuestas anteriores (mediante la expresión verbal o el silencio). Creerse o respaldar las excusas y justificaciones de la violencia. Reírse de las actitudes y creencias perjudiciales que tienen otros participantes.

Recurso 9.I: Reloj de actividad



Recurso 9.2⁵⁹: Derechos de las niñas

DERECHOS DE LAS NIÑAS



Las niñas y los niños tienen derecho a conocer sus derechos, y los cuidadores deben hablar con ellos sobre estos.



Las mujeres y las niñas tienen los mismos derechos personales y las esposas, incluido el derecho a elegir apellido, profesión y ocupación.



Deberían tomarse todas las medidas necesarias para garantizar que las niñas y los niños con discapacidad pueden tener el mismo acceso a los derechos que las niñas y los niños sin discapacidad.



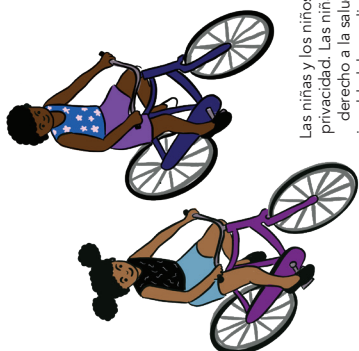
Las niñas y los niños tienen derecho a jugar y descansar, incluidas las mujeres casadas.



Las niñas y los niños que pertenecen a una minoría étnica, religiosa o lingüística deberían tener acceso a los mismos derechos que todos los demás niños y niñas. Deberían poder disfrutar de su propia cultura, utilizar su lengua y practicar su religión.



Las niñas tienen derecho a una protección y una ayuda especiales si son refugiadas (si se han visto obligadas a abandonar su hogar y vivir en otro país), así como a todos los demás derechos que tenemos y sobre los que hablaremos.



Las niñas y los niños tienen derecho a la privacidad. Las niñas y los niños tienen derecho a la salud, la educación, la igualdad, la no discriminación y la vida libre de violencia y explotación (incluido el matrimonio infantil). Las niñas y los niños tienen derecho a estar protegidos contra el daño y el maltrato, en el cuerpo o en la mente.



Las niñas y los niños tienen derecho a una educación de alta calidad. Los cuidadores deben animarlos a ir a la escuela hasta el nivel más alto que puedan; esto también incluye a las niñas casadas.



Las niñas y los niños tienen derecho a protegerse del trabajo que los perjudica (incluido el trabajo que es perjudicial para su salud o su educación). Si trabajan, tienen derecho a estar a salvo y a recibir un salario justo.



Los cuidadores y las cuidadoras son responsables de la crianza y el desarrollo de sus hijos, y deben hacer lo que es mejor para ellos en todo momento (tanto para las niñas como para los niños). Por ejemplo, no deben causar daño a un niño. Aquí también se incluyen los niños menores de 18 años y que están a su cuidado, por ejemplo, las nueras.



Las mujeres y las niñas tienen los mismos derechos a decidir de forma libre y responsable el número de hijos y el espaciamiento entre ellos y a tener acceso a la información, la educación y los medios que les permitan ejercer esos derechos.

59 [1] Extraído de la Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer <https://www.unicef.org/lac/media/6291/file/CEDAW-para-adolescentes.pdf>

Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos del Niño https://www.unicef.org.uk/wp-content/uploads/2010/05/UNCRC_summary-1.pdf, Declaración Universal de Derechos Humanos <https://www.un.org/es/about-us/universal-declaration-of-human-rights>, Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad https://www.ihrec.ie/download/pdf/report_easy_read_summary_final.pdf

Recurso 10.I: La historia de Zeina



PARTE I

Zeina tiene 15 años y sus padres quieren que se case. Les preocupa que se esté haciendo mayor y pase mucho tiempo fuera de casa. Los padres de Zeina también tienen problemas económicos y, desde que se mudaron al lugar actual, no han podido trabajar.

Creen que Zeina se está haciendo demasiado mayor para compartir el espacio con sus hermanos, sobre todo ahora que está menstruando. El matrimonio les ayudará a gestionar mejor las finanzas y también evitará que la gente hable de Zeina por no estar ya casada.



LA HISTORIA DE ZEINA



PARTE II

Los padres de Zeina le plantean la idea del matrimonio. Zeina está confusa. Es feliz yendo a la escuela. Pero ha visto a algunas de sus amigas casarse y le gusta la idea de tener su propia habitación y no tener que compartirla con sus hermanos. Y le preocupa que, si no se casa pronto, no consiga un buen marido.



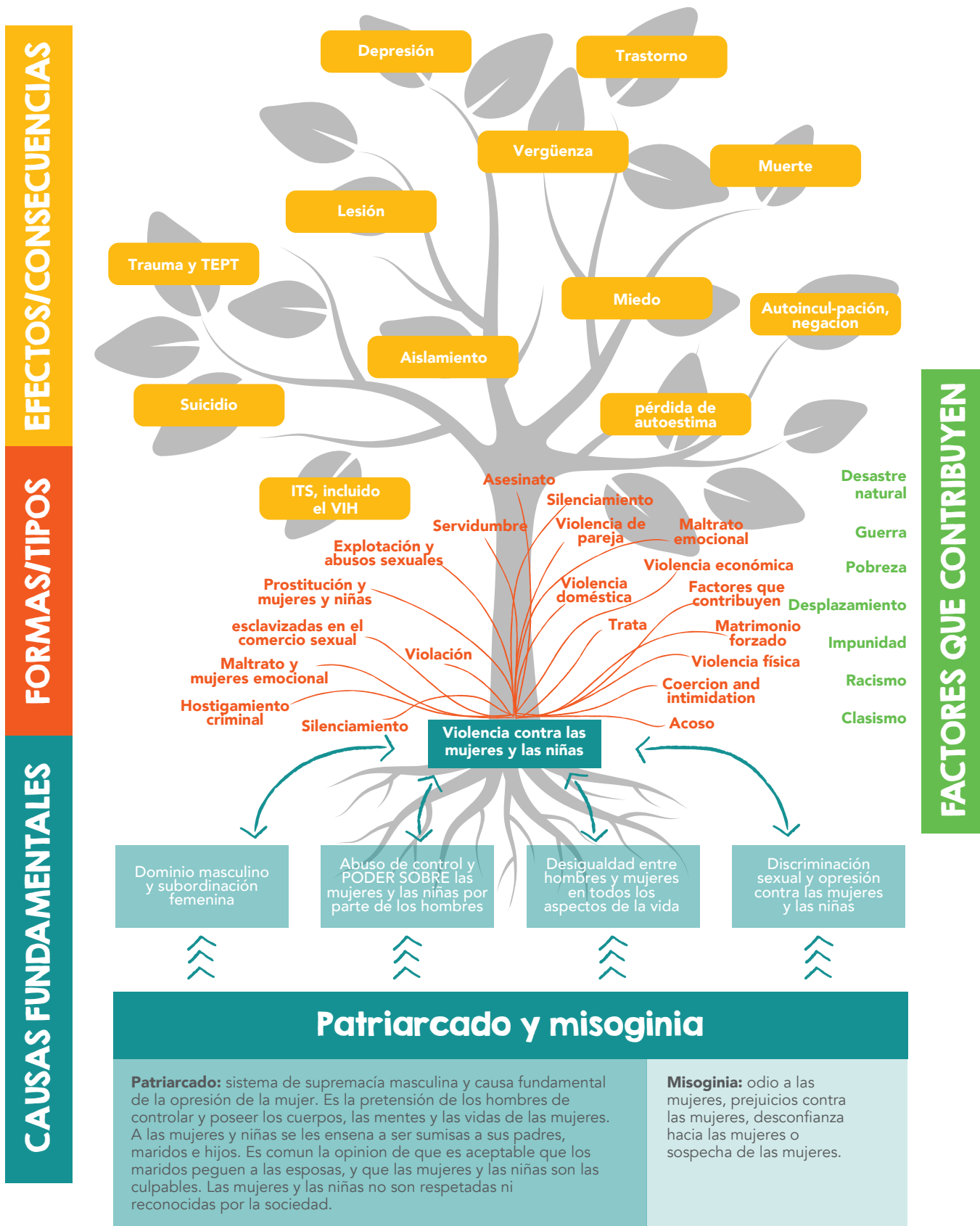
PARTE III

Zeina se casa y la vida de casada no es exactamente como se la imaginaba. Dejó los estudios y su nueva familia le impone nuevas presiones, como tener hijos o hacerse cargo de todas las tareas domésticas. Zeina no siente que tenga poder para pedir las cosas que quiere o necesita.



Recurso II.I: Árbol de violencia de género

Violencia contra las mujeres y las niñas



Recurso II.2: Tipos de violencia

Algunos tipos de violencia pueden incluirse en diferentes categorías. Por ejemplo, descuidar a alguien físicamente también puede desembocar en violencia emocional por cómo le hace sentir. La lista es indicativa, y también puede abrir un debate sobre el hecho de que algunos tipos de violencia se incluyan en diferentes categorías.

Física (afecta al cuerpo)	
• pegar • golpear • abofetear • tirarle objetos tirar del pelo • tirarla al suelo • hacerle daño con objetos • castigarla por “avergonzar” a la familia (delitos por motivos de honor)	• encerrarla en casa • descuidarla • negarle la atención médica • realizarle intervenciones médicas sin su consentimiento • no permitirle que se lave ni que lave su ropa
Emocional (afecta a los sentimientos y la autoestima)	
• decirle que es estúpida, fea o inútil • amenazarla con abandonarla • amenazarla con buscar otra esposa • obligarla a pedir cosas esenciales • obligarla a pedir dinero • obligarla a comer con animales o del suelo • no dejar que vea a sus amigos y su familia • infundirle miedo continuamente • decirle que la violencia es su culpa	• decirle que nadie se preocupa por ella • decirle que nadie la cree • obligarla a guardar secretos perjudiciales • humillarla • decirle que es una mala madre • amenazarla con matarla o hacerle daño a ella u a otras personas (hijos, familiares o personas que la ayuden) • amenazarla con negarle la comida • ignorar su intimidad y dignidad • emplear un lenguaje abusivo
Económica (controla el acceso al dinero, la propiedad y los recursos)	
• asumir el control de su dinero • no apoyarla a ella o a sus hijos de manera intencionada • negarle oportunidades de obtener educación o de realizar actividades que generen ingresos • no decirle cuánto dinero hay en el hogar • excluirla de las decisiones sobre el uso de los recursos • negarle los derechos de sucesión • negarle los derechos de propiedad • retener el dinero y otros recursos • denegar a los hijos nacidos fuera del matrimonio	• responsabilizarla por las deudas de otras personas • abusar de sus recursos • sacar provecho de su trabajo sin su permiso • dar preferencia a otras mujeres e hijos • responsabilizarla de los hijos sin tener medios para ello (por ejemplo, diciéndole que debe pagar sus gastos escolares cuando tiene pocas o ninguna oportunidad de generar ingresos)

Sexual (controla la sexualidad)

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • La violencia sexual puede incluir cualquier forma de contacto sexual no deseado, como: • el hostigamiento criminal • realizar comentarios sobre su cuerpo y su sexualidad • humillarla sexualmente diciendo cosas a los demás que crean una “mala” reputación • insultos sexualizados • forzar a alguien a ver pornografía • acoso sexual de menores • incesto • forzar a una viuda a casarse con su cuñado • transmitir conscientemente una ITS • negarse a permitir que utilice anticonceptivos • abusar de las mujeres mediante el trabajo sexual | <ul style="list-style-type: none"> • desnudez forzada • procreación forzada • sexo forzado delante de otras personas • permitir que otras personas abusen de ella sexualmente • vender o comprar mujeres y niñas a otras personas o para otras personas con fines de explotación sexual • matrimonio temprano • matrimonio infantil • matrimonio forzado • cualquier actividad sexual con niños • negarse a permitir que las mujeres escojan a sus propias parejas • explotación y abusos sexuales • También incluye la violación o el intento de violación. La violación se da cuando una niña o una mujer se ve forzada a mantener relaciones sexuales contra su voluntad, incluida la penetración de cualquier parte del cuerpo (boca, vagina o ano) con una parte del cuerpo o un objeto. |
|---|---|

Recurso I3.I: Las historias de Linda y Maya

Escenario I: La historia de Linda

LA HISTORIA DE LINDA



Linda quiere mudarse a la ciudad para ir a la universidad cuando acabe los estudios.



Sus padres la apoyan, pero últimamente la gente les dice que quizá debería considerar casarse. Dicen que las chicas que se van de casa se corrompen y no se casan.



Un día, el padre de Linda le dice a ésta que quizá debería plantearse. Dice que mientras Linda se va a la ciudad, son los padres los que se quedarán y tendrán que escuchar las opiniones de la gente.



Linda no quiere casarse, pero se pregunta si debería hacerlo por sus padres.

Escenario 2: La historia de Maya

LA HISTORIA DE MAYA



Maya se casó a los 15 años con el chico que la dejó embarazada. Ella no quería casarse, pero sus padres le dijeron que debía hacerlo, ya que si no lo hacía avergonzaría a la familia.



Ahora tiene 17 años y ha vuelto a casa de sus padres porque el matrimonio se acabó. Su padre la culpa de avergonzar a la familia.



Maya quiere volver a la escuela para completar su educación. El padre de Maya le dice que eso no es una opción para una chica divorciada y que debería casarse con alguien que la acepte a ella y a su hijo.



Maya se siente frustrada por no poder determinar su futuro.

Escenario 3: La historia de Maya (para contextos sensibles)

LA HISTORIA DE MAYA



Maya se casó a los 15 años. No quería casarse, pero sus padres la convencieron.



Ahora tiene 17 años y un niño pequeño está de vuelta a casa con sus padres al terminar el matrimonio.



Su relación con su padre la culpa de avergonzar a la familia. Maya quiere volver a la escuela para completar su educación. El padre de Maya le dice que eso no es una opción para una chica divorciada y que debería casarse con alguien que la acepte a ella y a su hijo.



Maya se siente frustrada por no poder determinar su futuro.

Recurso I4.I: La pirámide de discriminación



Notas sobre la Pirámide de Discriminación⁶⁰:

► Fase 1: Creencias y actitudes.

Normalmente, la violencia no es algo que un autor elija ejercer de manera impulsiva, de forma inesperada. La violencia contra una persona por razón de identidad (por ejemplo, por ser mujer) empieza con actitudes y creencias establecidas sobre otras personas (por ejemplo, la idea de que las niñas deben estar en casa), independientemente de si estas actitudes o creencias son lógicas o no. Se incluyen prejuicios como el racismo, el sexismo y el capacitismo. Este tipo de creencias pueden estar muy consolidadas en las comunidades; para aquellas personas que se unen a ellas o no se oponen, puede llegar a ser muy impactante y difícil poner fin a estas actitudes y creencias. Esto nos lleva al siguiente nivel de la pirámide.

► Fase 2: Microagresiones.

Las microagresiones se encuentran en nuestro entorno y están normalizadas como parte de nuestra cultura; representan las humillaciones cotidianas que sufren las personas que tienen menos poder en la sociedad. Pueden parecer inofensivas según quienes las utilizan y, a veces, las personas ni siquiera se dan cuenta de que las están cometiendo. Por ejemplo, expresar conmoción o sorpresa cuando ven a un hombre realizando tareas domésticas o a una niña practicando deporte. Esto nos lleva al siguiente nivel de la pirámide.

► Fase 3: Expresión verbal.

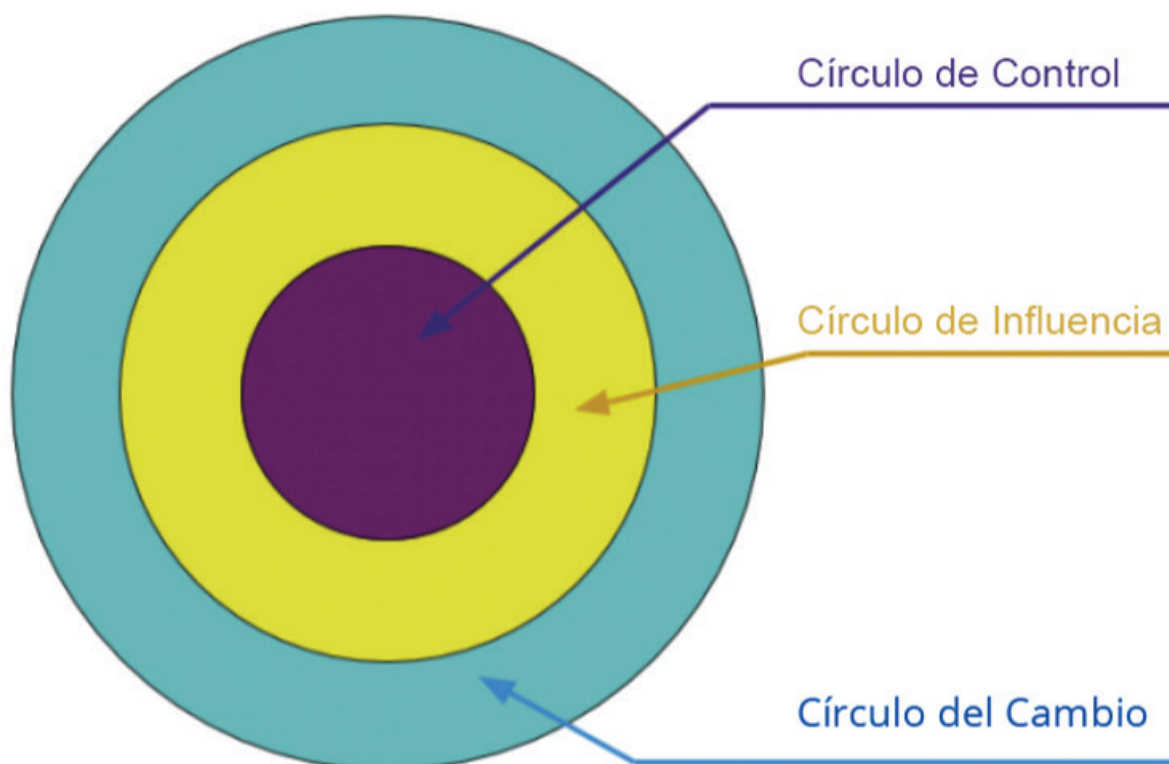
Pronto, las personas con actitudes prejuiciosas empiezan a expresar verbalmente estos sentimientos de diferencia y superioridad, tanteando el terreno con chistes o enunciados estereotipados sobre los demás; incluso empiezan a acosar a otras personas o a jactarse de las veces que han marginado verbal o físicamente a otros. Cuando empieza este tipo de comportamiento, puede que se mantenga en este nivel o que los autores empiecen a normalizar la percepción del valor inferior de otras personas; de hecho, empiezan a tratar a los demás como si fueran menos que ellos mismos. Esto nos lleva al siguiente nivel de la pirámide.

► Fase 4: Expresión física.

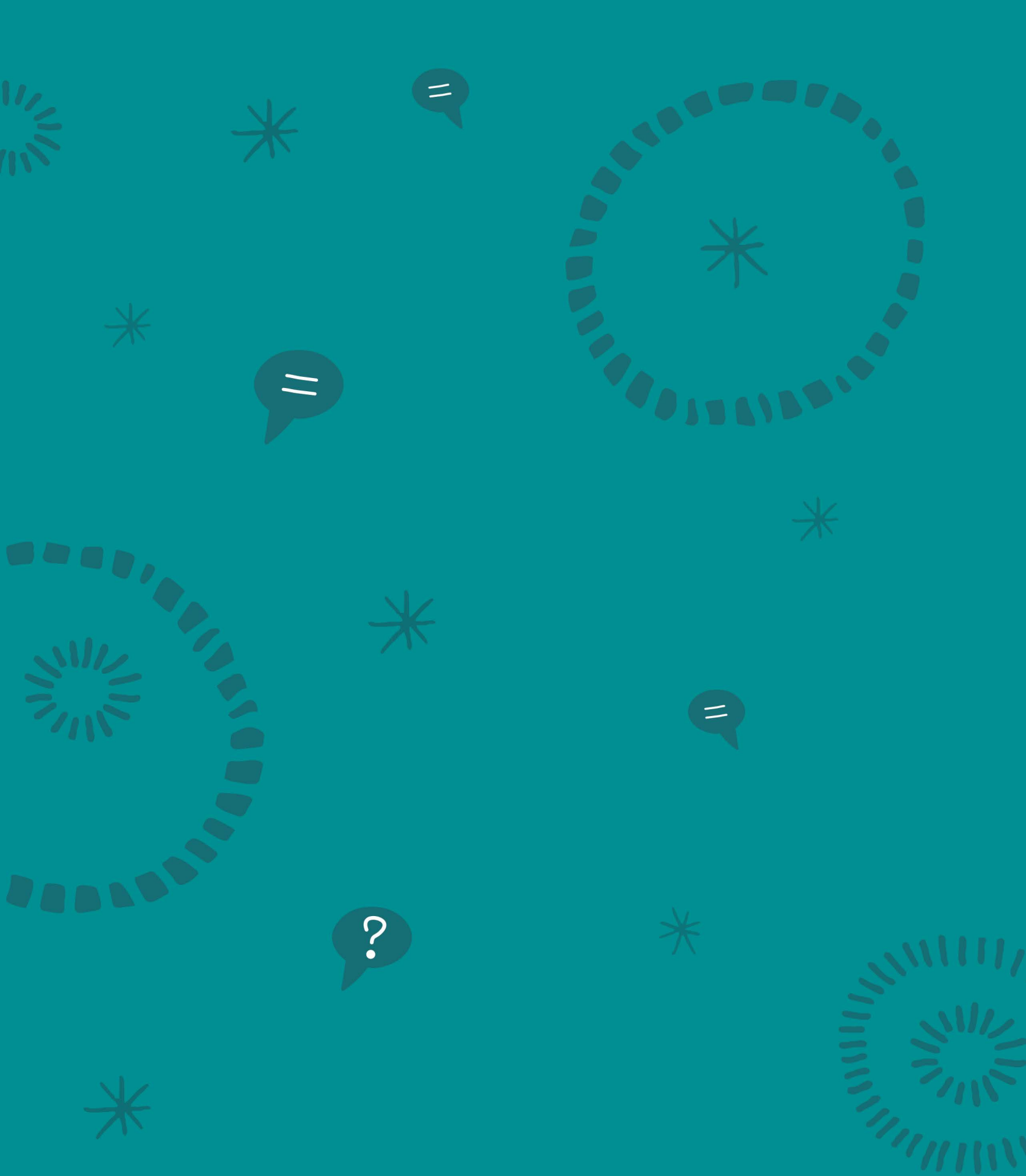
En este nivel es en el que se produce la violencia física y sexual. A medida que los autores ascienden en la pirámide, empiezan a creer que tienen derecho a ejercer violencia. A menudo, justifican el dolor que infligen a otras personas porque creen que la víctima o la persona superviviente ha hecho algo para merecer la agresión. No se sienten responsables del delito que han cometido y culpan a la víctima o a la persona superviviente de "provocar que esto ocurra".

⁶⁰ Adaptado de: <https://socialsciences.exeter.ac.uk/media/universityofexeter/collegeofsocialsciencesandinternationalstudies/research/interventioninitiative/resources/PyrmaidDiscriminationViolence.pdf>

Recurso I4.2: Diagrama del Círculo de Influencia⁶¹



61 <https://www.thensomehow.com/circles-of-influence/>



PARTE 3A
Las Niñas Brillan
Plan de estudios sobre el matrimonio temprano para
madres, padres y personas a cargo de chicas adolescentes