

PROGRAMA NOVIAZGOS LIBRES DE VIOLENCIA

Guía para talleres

Herramientas metodológicas



Apoya



Ministerio
de Desarrollo Social

Instituto
Nacional de las
Mujeres

Ministro de Desarrollo Social
Gonzalo Civila

Directora del Instituto Nacional de las Mujeres
Mónica Xavier

Equipo responsable de la elaboración de la página web del Programa
Noviazgos libres de violencia.

Coordinación general: Gabriela Sarasúa.
Elaboración de contenidos: Natalia Maidana Brazeiro.
Diseño gráfico y página web: Mattias Banguese.

Colaboración en la revisión de contenidos:
Paola Campos (Instituto Nacional de las Mujeres)
Alicia Benítez (Ministerio de Educación y Cultura)
Patricia Píriz (Dirección de DDHH-ANEP)
Isabel Pérez de Sierra y Pía Bordín (INAU)

Los documentos fueron elaborados en el marco del grupo de trabajo
Cultura Igualitaria y Educación Inclusiva del Consejo Nacional de
Género, con apoyo del Banco Interamericano de Desarrollo.

*Todos los materiales pueden ser reproducidos total o parcialmente,
siempre que sea citada la fuente.
Diciembre de 2025.*

Recursos Educativos Noviazgos Libres de Violencia

Tomo 2: Herramientas metodológicas
para promover Noviazgos Libres de
Violencia



1. Herramientas metodológicas para promover NLV	3
2. Propuestas metodológicas para el trabajo educativo en NLV	4
2.1 Sugerencias para el desarrollo de las actividades	4
2.2 Talleres NLV dirigidos a adolescentes y jóvenes	7
3. Referencias	23
4. Anexos	24
4.1 Tarjetas NLV	24
4.2 Ilustraciones NLV N°14 y N°15 con chats vacíos	33

1. Herramientas metodológicas para promover NLV

Las herramientas metodológicas que se presentan a continuación tienen como finalidad aportar actividades concretas, recursos e ideas para educadoras/es, docentes y otras referencias adultas que trabajan la temática de noviazgos libres de violencia con adolescentes, jóvenes y comunidades.

Las actividades proponen la construcción de espacios, tiempos y encuentros educativos que permitan:

- **Reflexionar críticamente** sobre los aprendizajes de género adquiridos desde edades tempranas y a lo largo de toda la vida, que limitan las oportunidades de imaginar y construir relaciones afectivas y sexuales libres de mandatos y estereotipos.
- **Problematicar creencias y mensajes** sobre los aprendizajes de género adquiridos desde edades tempranas y a lo largo de toda la vida, que limitan las oportunidades de imaginar y construir relaciones afectivas y sexuales libres de mandatos y estereotipos.
- **Promover relaciones basadas en el respeto, la igualdad, la diversidad y el consentimiento** para identificar y transformar las formas de relacionamiento que generan malestar y daño, tanto a nivel personal como en las relaciones sexoafectivas y en los entornos de socialización.
- **Invitar a la acción** colectiva para la prevención de la violencia en el noviazgo, a través de espacios de diálogo y respeto que habiliten la creatividad y las propuestas alternativas de relacionamiento no violento.

2. Propuestas metodológicas para el trabajo educativo en NLV

2.1 Sugerencias para el desarrollo de las actividades

Se proponen cinco talleres dirigidos a adolescentes y jóvenes estructurados con: objetivos, materiales y equipamiento, duración, características del espacio, e ideas de actividades de inicio, desarrollo y cierre, así como preguntas para la reflexión. Los talleres no son propuestas cerradas, o recetas, sino ideas de actividades que, de acuerdo a las características de los grupos y contextos de trabajo, deberán ser adecuadas, recreadas y enriquecidas por quiénes las lleven adelante.

Como en toda propuesta educativa con adolescentes y jóvenes, es fundamental el rol de educador/a, docente, o adulto/responsable, en la construcción del espacio y la relación educativa, desde perspectivas no adultocéntricas, habilitadoras del diálogo y de la circulación de saberes.

Sugerencias:

- Que la persona o equipo responsable de coordinar las actividades con el grupo tenga conocimiento del marco teórico-conceptual y formación en temas vinculados a NLV (género, generaciones, violencias, diversidad sexogenérica, masculinidades, entre otros). El conocimiento y la preparación permiten:

- Desnaturalizar las ideas y acciones propias basadas en estereotipos y jerarquías de poder.
- Evitar miradas adultocéntricas¹, heteronormativas² y androcéntricas³, sobre las experiencias y pensamientos de las infancias y adolescencias respecto al amor, los vínculos sexo afectivos, las parejas y las violencias.
- Escuchar sin interrumpir ni expresar juicios sobre las participaciones o hacia las personas participantes.
- Identificar y problematizar mitos y prejuicios en torno a estos temas.
- Tener más herramientas para la planificación, el desarrollo, la evaluación del trabajo y el acompañamiento al grupo y las personas.
- Construir colectivamente espacios de encuentro seguros, amables, confiables y libres de violencia.

- Seleccionar y/o adecuar las actividades y el grado de complejidad de la temática a trabajar de acuerdo con las características y procesos del grupo. Los talleres tienen propuestas que pueden ser recreadas, adaptadas, simplificadas, o que pueden servir de inspiración para utilizar los recursos NLV de otras formas. Tener en cuenta aspectos como: edades, cantidad de participantes y personas a cargo de la actividad, espacio físico, tiempo y materiales disponibles, conocimientos previos sobre la temática, necesidades del grupo.
- Acompañar las acciones con reflexión estratégica sobre el proceso grupal y la metodología utilizada. “Sucedde con frecuencia que se realizan talleres, o determinada dinámica participativa, sin tener en claro con qué objetivos se realizan” (Cano, 2012:26). Se requiere una intervención estratégica, trascender los talleres aislados, definir resultados realistas y alcanzables, establecer los cambios a impulsar. Identificar las actividades para lograr cada uno de esos cambios y tener clara la relación lógica entre las actividades, los cambios buscados y los resultados deseados, evaluar el proceso y de ser necesario reorientarlo.

¹ El adultocentrismo es “la tendencia a considerar a los adultos como el centro de la sociedad, priorizando sus perspectivas, necesidades y derechos por encima de los de niños, niñas y adolescentes. Implica una visión jerárquica que subestima la capacidad de participación y autonomía de las personas jóvenes, perpetuando relaciones de poder desiguales” (Glosario NLV, 2025).

² La heteronorma es un “régimen social y político en donde el sexo anatómico, el deseo heterosexual y una identidad de género (acorde con el sexo asignado al nacer) son construidos socialmente como algo natural y necesario. Implica un criterio de clasificación de los cuerpos de forma binaria hombre/mujer y, por otro lado, refiere a la imposición de la heterosexualidad que invisibiliza otras posibilidades de vinculación sexo/afectiva. Esto genera distintas formas de exclusión y jerarquización entre aquellos cuerpos que responden a dicha heteronorma y aquellos que no (Butler, 1999)” (Glosario NLV, 2025).

³ El androcenismo es “la visión del mundo y de las cosas en la que los varones son el centro y la medida, oculta y torna invisible las aportaciones y contribuciones a la sociedad de las mujeres y de otras identidades subalternas. Una visión androcéntrica presupone que la experiencia masculina sería “universal”, la principal, la referencia o representación de la humanidad, obviando la experiencia femenina (Sau, 1981)” (Glosario NLV, 2025).

- Se sugiere que los talleres sean coordinados por al menos una dupla de referentes que trabajen en equipo para dar contención y acompañamiento al proceso del taller y a posibles emergentes. En el abordaje de estos temas, se despiertan sensibilidades y se movilizan recuerdos. En ocasiones niñas, niños adolescentes y jóvenes visualizan historias propias de violencia, no solo de sus vínculos sexo-afectivos, sino también de su familia o comunidad. Se sugiere tener preparación, conocer los recursos institucionales y locales para acompañar, y contener tanto durante como después del desarrollo de las actividades.
- Planificar, seleccionar actividades y revisar previamente los recursos educativos a utilizar desde una mirada crítica. Por ejemplo, si un audiovisual aborda la violencia y se centra en los cuidados que deben tener las personas para evitarla, se debe problematizar este enfoque integrando la responsabilidad que tienen las personas que ejercen la violencia. Por ejemplo, interrogando cómo una persona se siente con la autorización de violentar o abusar de otra, cómo la sociedad legitima ciertas violencias que se han naturalizado, y reflexionar sobre formas de resolver los problemas y conflictos sin ejercer la violencia.



En la web de NLV (Inmujeres, MIDES) encontrarás distintos recursos educativos para promover Noviazgos libres de violencia

2.2 Talleres NLV dirigidos a adolescentes y jóvenes

Taller 1 - ¿Hacemos match?

Objetivos:

- Reflexionar y desnaturalizar mensajes y experiencias sobre la violencia en la pareja y las relaciones sexo afectivas.
- Diferenciar entre situaciones conflictivas, tratos violentos y tratos no violentos en las relaciones sexo-afectivas, y específicamente en el noviazgo.

Duración: 90 minutos

Espacio que permita: trabajar en subgrupo, el movimiento de las personas, formar una ronda.

Materiales: Tarjetas NLV disponibles en el Anexo 4.1 de este documento.

Inicio

(10 minutos)

- Presentar el taller y la temática a trabajar.
- Poner las tarjetas NLV en una mesa dejando el texto hacia abajo.
- Se solicita a las personas:
 1. Elegir una tarjeta sin mirar su contenido.
 2. Mirar la tarjeta sin mostrarla a nadie y leer detenidamente el texto.
 3. Caminar por todo el espacio y a la señal (el referente elige un sonido, gesto y lo comunica) hay que detenerse y enfrentarse con la persona más cercana.
 4. En la dupla, compartir las frases, analizarlas por unos segundos y decidir si hacen “match” o no. Hacer “match” significa que esa pareja comparte valores, actitudes o formas de actuar o de vivir la relación de noviazgo. Aclarar que se trata de jugar y actuar como si fueran la persona que dice la frase que les tocó (no es lo que harían en su vida personal).
 5. Si hacen “match”, las personas forman un equipo y siguen juntas. Si no hacen “match”, deben seguir cada uno/a por su lado.

Nota:

Repetir la dinámica de encontrarse con otros/as varias veces. Los grupos van a crecer en número. Es importante que se mantengan juntos y no se separen.

Cuando todas las personas o casi todas están agrupadas, detener la dinámica y solicitar que cada equipo se siente en un lugar.

Si quedan personas solas, se pueden incorporar a cualquiera de los grupos conformados.

Desarrollo**A. Trabajo en subgrupos (30 minutos).**

Se solicita a los subgrupos:

1. Leer todas las frases que tienen.
2. Analizar e identificar qué tienen en común las frases.
3. Acordar qué tipo de relaciones les parece que representan esas frases. Ej. noviazgo saludable, feliz, tóxico, conflictivo, violento, peligroso, o de otra forma que consideren (es importante motivar a que usen palabras, expresiones y modismos que emplean habitualmente).
4. Elaborar un pequeño guión y representar (actuar) una escena, de como máximo 3 minutos de duración, de una pareja como la que seleccionaron (ejemplo: pareja feliz). Utilizar en el diálogo al menos 3 o 4 frases que tiene el equipo.

B. Presentaciones (20 minutos).

Se solicita a los subgrupos:

1. Presentar sus escenas sin decir el tipo de relación de noviazgo que definieron.
2. Al finalizar las representaciones, se invita a las demás personas a arriesgar formas de nombrar a ese tipo de pareja. Si algún subgrupo o persona acierta se invita a compartir por qué llegó/llegaron a esa conclusión. Si no hay aciertos, el grupo cuenta cómo nombró a ese tipo de relaciones y por qué.

Nota:

Si hay tiempo se pueden leer cuáles fueron las tarjetas que utilizaron y cuáles no.

C. Plenario (20 minutos).

Se invita a las personas a compartir comentarios, sensaciones, reflexiones a partir de las actividades realizadas previamente.

Algunas preguntas que puede hacer el/la referente para motivar el intercambio:

- ¿Conocen relaciones de noviazgo como las que vimos representadas?
- ¿Qué sentimientos genera cada tipo de relación?
- ¿Cuál les parece la relación más sana y cuál la más violenta? ¿Por qué?
- ¿Cómo podía haber actuado el personaje X de la escena Z para cambiar lo sucedido? (poner ejemplos de las escenas representadas, o ante determinadas frases cómo actuarían)
- ¿Creen que las relaciones violentas se pueden transformar? ¿Qué es necesario para que eso pase?
- ¿A quiénes puedes pedir ayuda ante una situación de violencia?
- ¿Cuáles situaciones les parecen más confusas? ¿Cómo te das cuenta?
- ¿Qué personaje marcó de forma más clara los límites ante su novio/a? ¿Por qué?

Cierre

(10 minutos)

Invitar a cada persona a decir una frase o palabra que exprese algo que aprendió o que se dio cuenta participando en el taller.

Taller 2 - Violencia basada en género: un problema con muchas formas

Objetivos:

- Conocer y analizar las formas y expresiones de violencia de género en el noviazgo.
- Reflexionar sobre sus efectos en las relaciones sexo afectivas y sobre las posibilidades de construir relaciones libres de violencia.

Duración: 60 minutos.

Espacio que permita: trabajar en subgrupo y formar una ronda; visualizar una pantalla o proyección.

Materiales: Computadora, pantalla o televisor, parlantes, internet. Pizarra o papelógrafo, marcadores. Muestra digital de VBG, Tarjetas NLV, Ilustraciones NLV.

Inicio

(10 minutos)

1. Presentar el taller y la temática a trabajar.
2. Hacer una lluvia de ideas en base a la pregunta: ¿qué tipos de violencia basada en género conocen? Anotar los aportes en un pizarrón/papel/o en una pantalla compartida (televisión, proyector).
3. Introducir la Muestra Digital VBG "Hay cosas del presente que deberían quedar en el pasado".

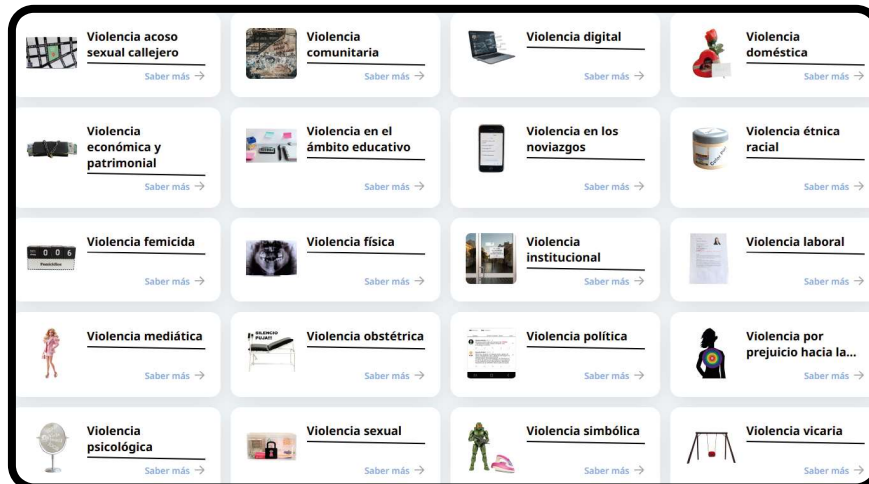
Nota conceptual:

La Muestra Digital VBG busca contribuir a que mujeres y varones de todas las edades puedan gozar de una vida libre de violencia de género y promover la toma de conciencia y la reflexión sobre las distintas formas de violencia basada en género que hoy siguen presentes e invisibles en nuestra cultura.

Desarrollo

A. Muestra digital NLV (20 minutos)

- Proyectar la Muestra Digital VBG en la pantalla y recorrer las distintas formas de violencia. Se puede comenzar por las formas de violencia que nombraron y continuar por las demás (no necesariamente se tienen que mirar todas).
- Fijar la pantalla de la Muestra que expone todas las formas de violencia juntas:



- Formar subgrupos de 4-6 personas

Consigna

1. Solicitar a cada grupo que seleccione 2 formas de violencia que vincule con las relaciones de noviazgo en la etapa de la adolescencia/juventud.
2. Leer las tarjetas NLV/mirar las ilustraciones NLV con detenimiento.
3. Seleccionar una tarjeta NLV y/o ilustración NLV.
4. Relacionar la o las ilustraciones con las formas de violencia de la Muestra Digital NLV que el subgrupo seleccionó y pensar por qué hicieron esas relaciones.

B. Plenario (20 minutos).

- Se invita a los subgrupos a compartir las formas de violencia que seleccionaron de la Muestra VBG, así como la frase y/o ilustración, y explicar cómo se relacionan entre sí.
- Abrir el intercambio grupal: compartir comentarios, sensaciones, reflexiones de los y las participantes a partir de las formas de violencia seleccionadas.

Algunas preguntas que puede hacer el/la referente para motivar el intercambio:

- ¿Qué les pareció la Muestra Digital VBG?
- ¿Qué formas de violencia les resultan desconocidas?
- ¿Cuáles les parece que son las más comunes? ¿Por qué?
- ¿Qué consecuencias pueden tener esas formas de violencia en la vida de las personas? ¿Por qué?
- ¿Por qué las mujeres sufren más este tipo de violencias? ¿Qué evidencias observan que fundamentan esta afirmación?
- ¿Existe relación entre el amor con la violencia? ¿Por qué?
- ¿Qué podemos hacer para transformar esas situaciones que representan las frases/ilustraciones que presentaron?
- ¿Qué podemos hacer desde nuestro centro educativo para evitar la violencia basada en género?

Cierre

(10 minutos)

- Proyectar la pantalla “Mi opinión” de la Muestra Digital VBG con la frase “Hay cosas del presente que deberían ser parte del pasado”.
- Reflexionar sobre qué quiere decir la frase. Preguntar: ¿ustedes, ¿qué dejarían en el pasado? Hacer una ronda de aportes sobre la pregunta.

Nota: se pueden escribir los aportes del grupo en la página web de la Muestra Digital VBG para participar activamente en la iniciativa.

MUESTRA Digital

SOBRE VIOLENCIA BASADA EN GÉNERO

HAY COSAS DEL PRESENTE QUE DEBERÍAN QUEDAR EN EL PASADO

Vos, ¿qué dejarías en el pasado?
Te invitamos a dejar tu comentario anónimo

E-mail o contacto

Opcional

Tu historia

mensaje

Enviar

Taller 3 - ¿Cuál es el mensaje?

Objetivos:

- Reflexionar sobre los mensajes que transmite la música acerca de las relaciones de amor, noviazgo, pareja y relaciones sexo afectivas.
- Problematicar y desnaturalizar estereotipos de género, modelos de feminidad y masculinidad, formas de violencia en el noviazgo.

Duración: 60 minutos.

Espacio que permita: trabajar en subgrupos, el movimiento de las personas y formar una ronda.

Materiales: Papel, lápiz/lapicera y dos marcadores de color por subgrupo. Computadora o teléfono celular con internet, un parlante. Pantalla o televisión para proyectar video de la Muestra Digital VBG.

Inicio

(10 minutos)

- Presentar el taller y la temática a trabajar.
- Formar subgrupos con similar cantidad de participantes.

Consigna: solicitar a cada subgrupo elegir una canción de amor que la mayoría de las personas conozcan, puede ser una canción de moda, en tendencia o de una/un artista famoso.

Desarrollo

A. Mensajes de amor y de violencia (10 minutos).

Consigna:

1. Escribir la letra de la canción en un papel.
2. Señalar con color verde aquellos mensajes que transmitan amor, ternura, cuidado, salud.

3. Señalar con color rojo mensajes violentos, discriminatorios, de acoso, insultos, groserías.

Nota:

Como variante se puede incorporar a la dinámica de subgrupos el análisis de los videos de las canciones (tipos de cuerpo, de contextos, de prácticas, formas de contacto y acercamiento, mensajes sexuales, desigualdades de poder, cosificación, etc.).

B. Plenario (30 minutos).

Consigna:

1. Pedir a los subgrupos que compartan la canción elegida, y las frases que marcaron en color verde y color rojo.
2. Preguntar: ¿qué opinan de los mensajes de amor de las canciones? ¿Qué les hace sentir?
3. Proyectar la Muestra digital VBG y recorrerla. Mostrar la pantalla que expone todas las formas de violencia juntas y preguntar: ¿qué tipos de violencia de género reconocen en los mensajes de las canciones?
4. Abrir la conversación sobre lo que el grupo plantea.

Algunas preguntas que puede hacer el/la referente para motivar el intercambio:

- ¿Qué características sobre lo femenino y masculino se mencionan en las canciones? ¿encuentran desigualdades de género en los mensajes de las canciones?
- ¿El/los personajes de la canción son hombres/mujeres/persona no binarias “exitosas” en el amor? ¿Por qué? ¿Cómo se dan cuenta?
- ¿Qué es ser un hombre “exitoso” en el amor? ¿Qué es ser una mujer “exitosa” en el amor?
- ¿Aparecen ideas sobre el consumo de bienes, sustancias o cosificación de personas asociadas al hecho de ser varón o mujer, o a la sexualidad?
- ¿Cómo se relacionan estas ideas de “éxito” con las relaciones sexo afectivas?
- ¿Y con el ejercicio de la violencia?

Cierre

(10 minutos)

- Invitar a pensar y armar colectivamente una lista de canciones que no tengan expresiones, tratos o imágenes violentas o cosificantes.
- Para finalizar escuchar una de las canciones, mirar el video, bailar, aplaudir, hacer trencito, hacer una coreografía, cantar u otra expresión

Taller 4 - Querer es cuidar

Objetivo:

- Promover relaciones sexo afectivas saludables y libres.

Duración: 90 minutos

Espacio que permita: trabajar en subgrupos, el movimiento de las personas y formar una ronda.

Materiales: ilustraciones NLV N°8 Pareja en la cama, N°13 Mirada de celular, N°15 Chat contraseña, N°18 Puño y flores, N°20 Amor en jaula, N°23 Abrazo de serpiente.

Inicio

(20 minutos)

- Lluvia de ideas corporal

Consigna (paso a paso):

1. Pedir a las personas participantes que se formen en una ronda de pie.
2. Se invita a intercambiar miradas para reconocer a los y las compañeras y referentes, respirar profundo y acomodar el cuerpo para empezar la actividad. Se invita a transitar el taller con cuidado y respeto hacia todas las personas del grupo.
3. Proponer a cada persona: hacer un gesto o movimiento que represente una acción realizada durante el día (ejemplos: cepillarse los dientes, tomar agua, cocinar, escribir, jugar a la pelota, caminar, andar en bicicleta, etc.).

Nota:

Se puede realizar el gesto/movimiento persona por persona siguiendo el orden de la ronda mientras el resto observa, o todo el grupo al mismo tiempo realizando el movimiento de forma reiterativa muchas veces. Invitar a observar a las demás personas y sus movimientos.

4. Invitar a cada persona a hacer un gesto o movimiento que represente cuidado, respeto, contención, empatía, cariño.

Nota: como variantes, se puede jugar a imitar el gesto de algunos compañeros/as, a exagerar el movimiento, hacerlo chiquito, lento, rápido, a combinar su acción con la de otra persona del grupo, etc. También se puede invitar a imaginar en qué situaciones se realizan o se podrían realizar esos gestos/movimientos.

5. Detenerse, relajar el cuerpo, sentir por algunos segundos las sensaciones corporales.
6. Preguntar al grupo: ¿cómo podemos relacionar estos gestos y movimientos con las relaciones afectivas? ¿Qué significa que una relación de noviazgo sea libre de violencia? Intercambiar sobre la pregunta.

Nota:

Estas preguntas pueden dar lugar a respuestas, o simplemente se pueden dejar planteadas de cara al siguiente ejercicio.

Desarrollo

(50 minutos)

A. Trabajo en grupos.

Formar subgrupos y entregar a cada uno una de las ilustraciones NLV sugeridas.

Consigna:

1. Observar y comentar la imagen, interpretar colectivamente la situación que se representa, analizar los personajes, los roles, las expresiones de los rostros, los gestos, las actitudes corporales y el contexto de la imagen (si lo tiene).
2. A partir de la ilustración NLV y la situación que representa, crear una pequeña escena en la que los personajes resuelven un conflicto o desacuerdo de pareja con respeto, buena comunicación (verbal o no) y cariño, sin acudir al maltrato o la violencia. Ensayar la escena algunas veces.

Nota:

Como variante, se puede entregar a cada subgrupo 2 o 3 imágenes para elegir una o dos para trabajar. Se pueden entregar imágenes diferentes o dar la misma a todos los subgrupos para socializar alternativas de acción ante una misma situación (por ejemplo, sobre el diálogo y acuerdos en las relaciones sexuales)

B. Plenario

- Disponer al grupo en el espacio para mirar las representaciones y solicitar concentración en las obras; prestar atención a todo lo que sucede y a lo que cada uno/a sienta al ver las escenas
- Por subgrupos representar las escenas.
- Aplausos.
- Intercambio.

Nota:

Se puede abrir el intercambio después de que cada grupo represente su escena o luego de que todos los grupos representen. Se observan las imágenes de punto de partida de cada escena para recordarlas y se abre el intercambio a partir de preguntas.

Preguntas que puede hacer el/la referente para motivar el intercambio:

- ¿Qué observaron en las situaciones?
- ¿Qué escena les impactó más y por qué?
- ¿Identificaron respeto, cuidado, ternura, cariño? ¿En qué momentos? ¿Cómo se dieron cuenta?
- ¿Qué les transmitieron las escenas, cómo se sentirían si ustedes recibieran esa forma de trato?
- ¿Cómo podría haber sido el comportamiento de los personajes si la escena fuera violenta?
- ¿Conocen parejas que se relacionan de estas formas?
- ¿Se puede cambiar la forma en la que nos relacionamos? ¿Qué se necesita para hacerlo?
- ¿Qué necesita una relación para poder vincularse de forma libre, respetuosa y con cuidado?
- ¿Qué podemos hacer todos los días de forma individual y como grupo para relacionarnos con respeto y empatía?

Cierre

(20 minutos)

- La persona referente escribe una frase de forma visible en un pizarrón o papelógrafo. Ejemplos: Para amar y cuidar es necesario... / Un noviazgo sin violencia es... / Cuido de mi pareja cuando... / Amar con libertad es..., entre otras posibles.

Consigna:

Invitar a cada persona a escribir una oración o palabra para completar la frase que se propuso.

Leer todas las palabras o frases.

- En forma colectiva elegir una de las frases.
- Para finalizar, se invita al todo el grupo a decir “a la cuenta de tres” la frase elegida. Ejemplo: “Amar con libertad es confiar”.

Nota:

Como variante, se pueden decir todas las palabras o frases. En vez de escribir, cada persona puede decir la oración o la palabra y/o acompañarla con un gesto o movimiento como en la actividad de inicio.

Taller 5 - No es NO

Objetivo:

- Conocer qué es el consentimiento, cuáles son las condiciones necesarias para consentir y relacionarlo con el entorno digital.

Duración: 90 minutos

Espacio que permita: trabajar en subgrupos, el movimiento de las personas y formar una ronda.

Materiales: Ilustraciones NLV N°14 Chat video y N°15 Chat contraseña (disponibles en la web NLV, acceder a “Guía para talleres” y descargar el PDF “Ilustraciones”). Copias de ilustraciones con chats vacíos disponibles en el Anexo 4.2. Lapiceras o lápices.

Nota conceptual:

Para preparar la introducción a la temática de consentimiento se recomienda leer los apartados 7 y 8 de la Guía Herramientas Conceptuales para promover NLV.

Inicio

(20 minutos)

- Armar una ronda

Consigna:

1. Invitar a cada persona a decir algo que le gusta y algo que no le gusta (pueden ser cosas cotidianas como sabores, tipos de músicas, series, actividades diarias, temas de conversación, climas, lugares, animales, actitudes, etc.).
2. Preguntar: ¿alguna vez se sintieron incómodos/as por un mensaje o foto que recibieron o que publicaron de ustedes? ¿Por qué?.
3. Preguntar: ¿qué entienden por consentimiento?.

Nota:

Se pueden registrar las ideas para retomar posteriormente.

- Introducir brevemente el concepto de consentimiento y su importancia de tenerlo en cuenta también en el entorno digital.

Desarrollo

(50 minutos)

- A. Mostrar a todo el grupo la Ilustración NLV N°14 (proyectar o tener varias copias impresas).

Consigna:

Realizar colectivamente una interpretación de la situación representada en la ilustración y registrar en el pizarrón o papelógrafo.

- B. Plenario. Espacio de intercambio y reflexión.

Algunas preguntas disparadoras:

Para asignar grupalmente un contexto a la ilustración

- ¿Quiénes son los personajes?
- ¿Qué relación tienen entre sí?
- ¿Cuánto hace que son pareja?
- ¿Qué edades tienen?

En base al contexto definido

- ¿Hay consentimiento en esta relación?
- ¿Por qué sí?
- ¿Por qué no?
- ¿Cómo se considera el deseo, la voluntad y los tiempos de la pareja?
- ¿Quién está abusando de una situación de poder? ¿por qué?
- ¿Qué puede estar pensando cada integrante de la pareja?
- ¿Qué puede estar sintiendo cada integrante de la pareja?
- ¿Cuáles pueden ser las consecuencias de mandar el video íntimo?
- ¿Cuáles pueden ser las consecuencias de no mandarlo?

C- Exponer las condiciones para que haya consentimiento en las prácticas sexuales (ítem 7.3 del documento Herramientas conceptuales NLV).

Nota conceptual:

El consentimiento debe ser una elección voluntaria y libre para todas las partes implicadas. Guardar silencio o no decir “no” no equivale a consentir. Una persona inconsciente e incapacitada debido al alcohol o las drogas no puede dar su consentimiento. Tener relaciones sexuales bajo coacción o intimidación de forma física o virtual no es consentido. Podría haber otras situaciones en las que una persona no pueda dar verdaderamente su consentimiento; por ejemplo, si tiene una discapacidad que se lo impida, o es menor de edad.

El consentimiento, además, debe ser informado. Mentir u ocultar deliberadamente ciertas intenciones, como mantener relaciones sexuales sin protección, no es sexo consentido. Forzar a una persona que está demasiado ebria para negarse a mantener relaciones sexuales o ciertas prácticas no es obtener su consentimiento. Intercambiar contenido sexual con alguien mayor de edad que utiliza un perfil falso y se hace pasar por adolescente para aprovecharse de adolescentes no es consentir. Consentir algo (por ejemplo, besarse) no significa consentir todo lo demás. Si hay dudas, detente. Acceder una vez a intercambiar fotos íntimas no implica que siempre haya que hacerlo. Una regla general sería: en caso de duda, detenerse y preguntar. Consentir una vez no significa haber consentido para siempre. Incluso durante un acto sexual, toda persona es libre de interrumpirlo o detenerse en cualquier momento y revocar su consentimiento. Luego de sacar una foto o realizar un video en pareja existe el derecho a eliminar el contenido. El consentimiento es activo. Solo “sí” significa “sí”. Un “no sé”, “no estoy segura/o” o un silencio no significan “sí”.

Cierre

(20 minutos)

- Formar subgrupos de 3 o 4 personas.
- Entregar a cada subgrupo una ilustración con el chat vacío.

Consigna:

1. Modificar el chat representando el diálogo de una pareja en la que el consentimiento sí es válido. Si es necesario, el grupo también puede modificar el contexto de la relación.
2. Exponer colectivamente el nuevo chat que cada grupo escribió y explicar por qué hay consentimiento.
3. Para finalizar invitar a expresar una reflexión sobre lo trabajado en el taller.

Nota:

Como variante para realizar las actividades de este taller se puede utilizar la ilustración NLV N°15, o ambas. Por ejemplo, realizar la actividad central de forma más breve en base a la ilustración NLV N°14 y en el trabajo de subgrupos hacer el mismo ejercicio con la ilustración NLV N°15.

Para finalizar cada equipo transforma el chat representando a una pareja en la que es posible el consentimiento.

Referencias

Dirección de Educación del Ministerio de Educación y Cultura. (2022). Guía de actividades Campaña NLV Uruguay. <https://www.gub.uy/ministeriodesarrollo-social/comunicacion/publicaciones/abordaje-tematicasviolencias-jovenes-adolescentes>

Inmujeres, Ministerio de Desarrollo Social (MIDES) (2016). Construcciones de la masculinidad hegemónica: una aproximación a su expresión en cifras. Cuadernos del Sistema de Información de Género Uruguay, N° 6. <https://www.gub.uy/ministerio-desarrollosocial/comunicacion/publicaciones/construcciones-masculinidadhegemonica-aproximacion-su-expresion-cifras>

Inmujeres, Ministerio de Desarrollo Social (MIDES); Oficina de Planeamiento y Presupuesto (OPP); Instituto Nacional de Estadística (INE) (2020). Encuesta de prevalencia de la violencia basada en género y generaciones en Uruguay. <https://www.gub.uy/ministerio-desarrollosocial/comunicacion/publicaciones/encuesta-nacional-prevalencia-sobreviolencia-basada-genero-generaciones>

Inmujeres, Ministerio de Desarrollo Social (MIDES). Mides (2025). Documento conceptual de la Campaña Noviazgos libres de violencia. 10 años. Uruguay.

4. Anexos

4.1 Tarjetas NLV

Las tarjetas NLV pueden emplearse para diversas actividades además de las que sugiere esta guía. Contienen frases que dicen personas que están en una relación sexo afectiva, noviazgo o pareja, y fueron pensadas desde una perspectiva de diversidad sexual. Algunas expresiones se pueden problematizar desde el punto de vista del control, la manipulación o la violencia, otras desde formas de relacionamiento respetuoso, y otras son más ambiguas dando lugar a múltiples interpretaciones según el contexto que se les asigne.

La idea es que cada persona o subgrupo interprete las frases libremente para luego analizar sus significados y abrir la reflexión. Dependiendo de las características del grupo se pueden seleccionar o crear frases más o menos complejas, o intencionar la actividad hacia alguna temática sobre la que haya interés en profundizar.

A partir de las frases se pueden realizar actividades de creación de guiones o distintos tipos de representaciones (estatuas, movimientos y gestos, actuación con diálogos, comics u otras) que permitan aplicarlas a situaciones concretas.

Hay tarjetas en blanco disponibles para crear y escribir otras frases que las personas referentes o los grupos quieran o necesiten.

Nos re peleamos y nos gritamos, pero en realidad está todo bien.



Casi nunca nos peleamos, pero una vez me empujó y me lastimé. Ya le dije que si me vuelve a maltratar se termina todo.



Me da miedo decirle que "no", porque puede pensar que ya no me gusta o no quiero estar con él.



A veces tengo relaciones sexuales aunque no tenga ganas porque no quiero que se ofenda.



Si no quiere tener relaciones sexuales, o me doy cuenta que no tiene ganas respeto su desición.



Mi novia y yo usamos la ubicación en tiempo real del celular para saber siempre dónde estamos.



Lo re quiero pero ya no quiero salir
con él porque ya no compartimos
tiempo, ni nos acompañamos
como antes.



Cuando estoy mal se me nota y prefiero
no hablar porque meto la pata. Para
hablar espero que se me pase.



Siempre critica mi cuerpo y las cosas
que me gusta hacer.



Me ceta porque me quiere. Me re cuida.



No tenemos una relación abierta, pero
vi que mi novio está activo en las
aplicaciones de citas.



Aunque me da pila de curiosidad,
nunca le reviso el celular.



**Siempre se alegra de mis logros
y eso me encanta.**



Me da para adelante.



**Me encanta estar con ella, pero a veces
me gusta estar solo y hacer la mía.**



**Él no se da cuenta de lo que necesito,
ni de lo que para mí es importante.**



**Al final siempre terminamos
haciendo lo que ella quiere.**



**Cuando no estoy bien me escucha, me
abrazo y me pregunta qué necesito.**



**Somos re diferentes
pero nos re queremos.**



**Si algo me molesta prefiero no decir
nada para evitar una pelea.**



**Si algo me molesta, lo puedo decir
y conversar sin miedo.**



**En nuestra relación compartimos todo,
no hay secretos, y siempre estamos
juntos.**



**Hasta que no publique una foto
conmigo no le voy a volver a hablar.**



**Si la relación va en serio dame
tus contraseñas.**



**Puedo mostrarme tal cual soy
y me siento libre.**



**Él no me manda ni una selfie...
¿será que no quiere o que no confía en mí?**



**En esta relación no me cuesta poner
límites porque me entiende y me respeta.**



**Siempre mira mis historias y le da like
a mis publicaciones.**



**Cuando alguien pone un límite en la
relación intentamos respetarlo.**



**Me encanta estar enamorada, pero
también hacer mis cosas y salir con
mis amigas.**



Siempre nos cuidamos en las relaciones sexuales.



Nunca me reclama cuando salgo con amigos. Nunca me cela y no sé qué pensar.



Es re tóxica, siempre me pregunta dónde estoy, me tiene cansada.



**Aunque no me da motivos, tengo miedo de que me engañe o me deje.
Me di cuenta que es un problema mío y pedí ayuda profesional.**



**Me trata mal porque está teniendo problemas en su casa.
Ya se le va a pasar.**



**Amo cuando salimos a pasear y cuando escuchamos música.
Nos re divertimos.**



Se preocupa por mi, me re cuida
y me respeta.



Todos dicen que hacemos buena pareja
pero yo igual me quiero separar porque
ya no la amo.



Si de verdad me quiere que lo demuestre
mandándome un video o una foto jugada.



Le pedí a mi novia que borre a sus ex
y amigos varones de sus contactos y
redes



