



PARA | PIENSA | CONÉCTATE®



# Conéctate contra la violencia de género en la red (Primaria)

ORGANIZA

**CIBER**  
VOLUNTARIOS.org

CON EL APOYO DE



POR SOLIDARIDAD  
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL

[www.parapiensaconectate.es](http://www.parapiensaconectate.es)



## ¿Qué vamos a ver?

En esta guía vamos a tratar de explicar a los alumnos de Primaria en qué consiste la violencia de género, por qué se produce y qué podemos hacer para tratar de prevenir que se produzcan situaciones de violencia.

Los contenidos a tratar serán los siguientes:

- Qué es la violencia de género
- Cómo se ejerce la violencia de género en la red: ciberviolencia de género
- Cómo podemos protegernos: Reflexionar sobre los datos que comparten en las redes sociales y los peligros que entraña.
- Cómo podemos relacionarnos en los medios digitales para crear un buen clima.
- Qué hacer si nos encontramos en una situación de ciberviolencia.
- Conclusiones

## ¿QUÉ ES LA VIOLENCIA DE GÉNERO?

Antes de pasar a explicar en qué consiste la violencia de género vamos a tratar de definir lo que se considera violencia.

**LA VIOLENCIA ES CUALQUIER COMPORTAMIENTO DELIBERADO QUE PUEDE PROVOCAR DATOS FÍSICOS O PSÍQUICOS A OTRA PERSONA.**

Aunque es cierto que cualquier persona podemos ser víctima de violencia, la ONU empleó el concepto de violencia de género para referirse específicamente a la violencia que se ejerce contra el género femenino debido a la situación de desigualdad existente en la sociedad.

La VIOLENCIA DE GÉNERO se define como:

**TODO ACTO DE VIOLENCIA FÍSICA Y PSICOLÓGICA BASADO EN EL GÉNERO, INCLUIDAS LAS AGRESIONES A LA LIBERTAD SEXUAL, LAS AMENAZAS, LAS COACCIONES O LA PRIVACIÓN ARBITRARIA DE LIBERTAD.**

Es importante tener en cuenta que la violencia de género no se refiere sólo a la violencia física, sino que incluye otras conductas que en muchas ocasiones son difíciles de identificar:

- Amenazar, chantajear
- Faltar al respeto
- Insultar, humillar, descalificar
- Gritar
- Acosar
- Romper objetos
- Empujar, pegar
- Etc.

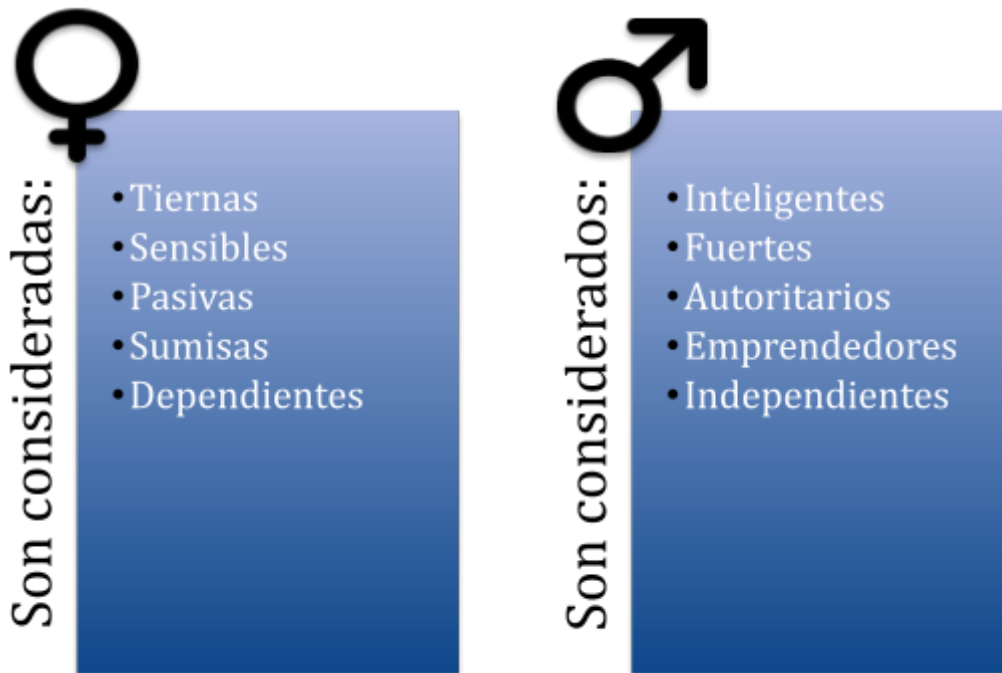
No obstante, a lo largo de esta guía vamos a tratar no sólo la violencia de género sino la violencia entendida como una forma de control y dominio por parte de cualquier miembro de la pareja.

En la adolescencia es bastante frecuente que se produzca este tipo de violencia ya que los medios digitales permiten hacer un seguimiento continuo de todo lo que hace la pareja. Lo veremos más adelante cuando hablemos de la ciberviolencia.

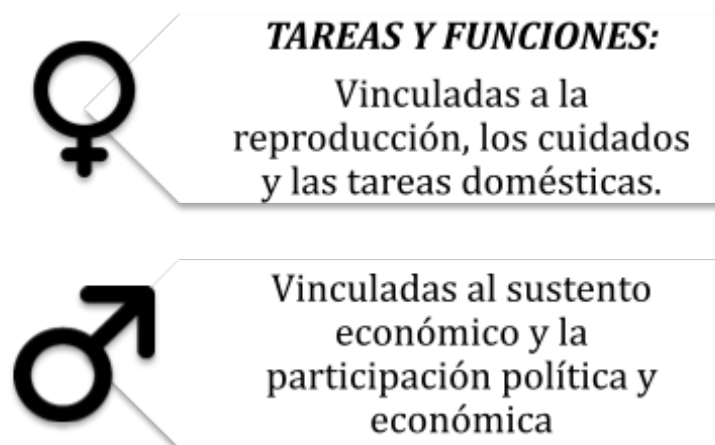
### **¿POR QUÉ SE PRODUCE LA VIOLENCIA DE GÉNERO?**

La violencia de género tiene su origen en la *desigualdad* que se produce debido a los estereotipos y los roles de género que se nos transmiten a través del proceso de socialización.

Según los estereotipos de género tradicionales se ha considerado que las chicas y los chicos poseemos características y cualidades psicológicas y físicas diferentes.



Al poseer cualidades y características diferentes se espera que nos comportemos de manera diferente asignándonos un rol o papel en la sociedad distinto.



La desigualdad no se produce por el hecho de ser diferentes en sí mismo, sino porque socialmente las características y funciones asignadas al género masculino están mejor valoradas.

Hay que hacerles entender que los estereotipos de género son generalizaciones que no se corresponden con la realidad ya que no todas las mujeres son tiernas, sensibles, pasivas, etc., ni todos los hombres son inteligentes, fuertes, autoritarios...



Es necesario romper con los estereotipos y roles de género para conseguir una sociedad más igualitaria en donde cada uno sea aceptado tal y como es sin tener que ajustarse al rol establecido y pueda desarrollar las actividades y funciones conforme a sus intereses.

El hecho de pertenecer a uno u otro género no determina nuestra manera de ser ni puede condicionarnos a la hora de desempeñar una profesión o realizar cualquier actividad ya que ambos estamos igualmente capacitados y podemos elegir libremente qué tareas y funciones queremos realizar.

Acabar con la desigualdad es fundamental para eliminar la violencia de género porque hace que se establezcan relaciones en las que un miembro de la pareja domina sobre el otro. Si queremos relaciones libres de violencia hay que concienciar de que en la pareja ambos miembros han de ser valorados y tenidos en cuenta por igual (sus necesidades, sus gustos, sus opiniones, sus deseos).



## **CÓMO SE EJERCE LA VIOLENCIA DE GÉNERO EN LA RED: CIBERVIOLENCIA**

Entre jóvenes es muy frecuente que la violencia de género se produzca mediante el control y el acoso a través de las redes sociales, internet, el teléfono móvil, videojuegos en línea, etc. Es lo que llamamos ciberviolencia de género.

### **¿QUÉ CONDUCTAS NOS INDICAN QUE ESTAMOS EN UNA SITUACIÓN DE VIOLENCIA DE GÉNERO?**

- Revisar el móvil de la pareja.
- Decirle a la pareja con quién puede hablar en internet.
- Controlar lo que hace a través de las redes sociales, móvil, etc.
- Controlar con quién está o dónde está.
- Vigilar si se ha conectado o no o si ha leído los mensajes.
- Impedir que vea a sus amigas.
- Grabarle o hacerle fotos sin su permiso.
- Obligar a tu pareja a que te envíe fotos íntimas.
- Difundir SMS o imágenes sin su consentimiento.
- Pedirle a la pareja que te facilite sus claves personales para controlar el contenido de sus publicaciones.
- Obligar a la pareja a que le enseñe el contenido de mensajes que mantiene con otras personas.
- Tener que responder de manera inmediata cuando recibe un mensaje.
- Insultar a través de mensajes

### **¿POR QUÉ NO SE PUEDEN REALIZAR ESTAS CONDUCTAS DE CONTROL?**

Porque en una relación igualitaria y libre de violencia la opinión de un miembro de la pareja es tan importante como la opinión del otro.

En una relación sana no quiere decir que los dos tengan que opinar lo mismo, pero sí existe un clima de confianza donde se puede hablar de cualquier tema, con respeto y escuchando lo que quiere decir el otro.

Llevar a cabo conductas como las mencionadas antes, no solamente suponen un acoso y control sobre la pareja y una muestra de desconfianza, sino que lleva a la persona que está sufriendo esa situación a afrontar los conflictos con temor y a evitar por todos los medios que surjan las diferencias.

Por el contrario, cuando hay una relación en donde no hay miedo la persona tiene que sentirse libre para hacer y decir lo que quiera y para compartir cosas con l@s amig@s y la familia. La pareja no es la única persona importante en su vida, no lo es todo.

Es tan importante el tiempo que se pasa con la pareja como el que se pasa con otras personas.

Cada uno debe hacer siempre lo que quiera, nadie puede obligarte a hacer nada que no quieras hacer.

## **¿CUÁLES SON LAS PRINCIPALES FORMAS DE ACOSO EN CIBERVIOLENCIA DE GÉNERO?**

Cuando se produce entre la pareja existen dos formas principales de acoso que se llevan a cabo a través de las conductas mencionadas con anterioridad, el cyberbullying y el sexting.

**EL CIBERBULLYING ES UNA FORMA DE ACOSO QUE CONSISTE EN INVADIR LA VIDA COTIDIANA DE LA VÍCTIMA A TRAVÉS DE LOS MEDIOS DIGITALES, ESPECIALMENTE EL MÓVIL, LAS REDES SOCIALES E INTERNET. LO QUE SE PERSIGUE ES CONTROLAR EN TODO MOMENTO LO QUE HACE LA PAREJA, CON QUIÉN ESTÁ Y DÓNDE SE ENCUENTRA.**

Se realiza una vigilancia continua del uso que hace la pareja de las nuevas tecnologías (si está conectada, a quién tiene en su grupo de contactos, si cambia su estado, etc.), limitando sus relaciones sociales casi exclusivamente a su pareja.

Además, se realizan llamadas y se envían mensajes continuamente al móvil con insultos o burlas para hacer sentir mal a la persona. Se amenaza con publicar fotos u otros contenidos que podrían dañar su imagen si la pareja no hace lo que él quiere o incluso se llegan a publicar.

En el caso del sexting, el agresor pide fotos íntimas a su pareja como muestra de amor o de confianza. Estas fotos después se utilizan para obligar a la otra persona a hacer cosas que no quiere y en caso de negarse, se acaban difundiendo a un gran número de personas. Tanto una como otra forma de acoso se emplea sobre todo cuando se intenta poner fin a una relación de violencia.

## **CÓMO PODEMOS PROTEGERNOS: REFLEXIONAR SOBRE LOS DATOS QUE COMPARTEN EN LAS REDES SOCIALES Y LOS PELIGROS QUE ENTRAÑA.**

Para prevenir la ciberviolencia de género la clave está en hacer un buen uso de las TICS siendo cuidadoso con la información que compartes y respetuoso con los demás. Para evitar el acoso, las amenazas y el chantaje, tienes que:

- Configurar la privacidad de las redes sociales para que el perfil no sea público y evitar que cualquier persona pueda ver y publicar en tus redes.
- Revisar la lista de contactos de manera periódica y no aceptar solicitudes de desconocidos. Elimina aquellos contactos que ya no quieras tener de amig@s.
- No publicar información personal y/o familiar. Esta información permite saber muchas cosas de ti como lo que





haces, dónde estás, con quién vas y se podría utilizar para controlarte en tu rutina diaria.

- Avisar a tus contactos que no divulguen información tuya. Si recibes información, vídeos o imágenes comprometidas de otras personas no las reenvíes.
- No compartir tu ubicación. A partir de tu ubicación otras personas pueden conocer tus hábitos, gustos, aficiones y sobre todo pueden saber lo que haces en un momento determinado y dónde encontrarte.
- Desconectar la wifi, el bluetooth y GPS cuando no se estén utilizando para evitar el seguimiento.
- Cuando se almacenen datos en la nube tener en cuenta si la información va a ser de uso privado o puede acceder a ella más personas.

Para evitar el robo de datos personales, lo mejor es:

- Utilizar antivirus y antiespías para evitar que te roben datos personales, como imágenes o contraseñas.
- Cambiar con frecuencia la contraseña para que nadie pueda acceder a tus cuentas, perfiles, etc.
- No compartir la contraseña con nadie y no poner una contraseña muy fácil. En caso de que haya problemas podrían utilizarlo para publicar o enviar mensajes en tu nombre (suplantación de identidad).
- Hay que acordarse de cerrar sesión si se abre en un ordenador al que tienen acceso más personas y proteger la pantalla del móvil con contraseña.
- Eliminar los rastros de la navegación como el historial, los archivos temporales o las cookies ya que almacenan mucha información nuestra.
- A través de virus alguien podría observarte a través de la cámara del ordenador o del Smartphone o Tablet. Es importante tapar la cámara con una pegatina cuando no se use.



- La Wifi gratis y sin claves no son seguras. Otras personas pueden ver las contraseñas que introduces o entrar en tu dispositivo.

En definitiva, tienes que ser responsable con el uso que haces de tu información y también con la información a la que tienes acceso de otras personas.

## **CÓMO PODEMOS RELACIONARNOS EN LOS MEDIOS DIGITALES PARA CREAR UN BUEN CLIMA**

Para relacionarnos de una forma positiva es importante que sigas los siguientes pasos:

- No hagas en internet cosas que no harías en la vida real.
- No acoses a otras personas.
- No compartas datos o imágenes ni publiques cosas acerca de otras personas sin su consentimiento.
- No reenvíes mensajes que puedan hacer daño a otras personas.
- Las relaciones personales son cosas de dos. No compartas cosas que tengan que ver con tu intimidad.
- Se puede hablar en la pareja de cómo se va a tratar su relación en los medios tecnológicos y llegar a acuerdos de qué es lo que se va a publicar y qué no.
- Antes de publicar cualquier cosa piensa cómo se sentirá la otra persona.
- Resuelve los conflictos de manera pacífica sin hacerlos públicos en las redes.
- No infravalores o humilles a tu pareja. Recuerda que ambos tenéis el mismo derecho a manifestar vuestra opinión.



## ¿QUÉ HACER SI NOS ENCONTRAMOS EN UNA SITUACIÓN DE CIBERVIOLENCIA DE GÉNERO?

Ante una situación de violencia de género lo primero que hay que hacer es romper la relación, pero con mucho cuidado y siempre asesorados por expertos ya que el momento de la ruptura es el de mayor riesgo.

Las recomendaciones para menores en esta situación serían:

- Si estás sufriendo violencia de género o conoces a alguien que esté en esta situación, consulta con tus padres, profesores o algún adulto de confianza.
- No cedas a los chantajes o amenazas
- Si alguien te está acosando bloquéale.
- No elimines los mensajes o llamadas y haz captura de pantalla de las imágenes.
- Los mensajes hay que conservarlos sin reenviarlos o copiarlos ya que se podría perder información útil.
- La mejor opción en caso de violencia de género siempre es la ruptura. No intentes hacerlo sola, hazlo siempre con ayuda.
- No debes sentir miedo ni vergüenza, en ningún caso es culpa tuya.

Si quieres contárselo a alguien, pero no sabes a quién, puedes pedir que te ayuden llamando:

- **Al Teléfono ANAR 900 20 20 10.** En este número atiende a menores que sufren cualquier tipo de violencia. Es confidencial y gratuito

O enviando un mail a:

- **Fundación ANAR** a través de su página <http://www.anar.org>

El mail es confidencial y además también se puede chatear de 16.00 a 00.00 horas.