



MANUAL DE LOS BUENOS TRATOS PARA DOCENTES

Guía psicoeducativa para la prevención de violencia
en los centros educativos



MANUAL DE LOS BUENOS TRATOS PARA DOCENTES

Guía psicoeducativa para la prevención de violencia en los centros educativos





Gloria Reyes
Directora general del
programa Supérate

Coordinación
Miriam Jeannette Batista López
Encargada de Cultura Ciudadana

Directora de Comunicación
Gina Almonte

Producción y edición de textos
Ana Simó
Pedro Reyes
Margaret Almánzar
Ivonne Guzmán
Miosotis Grullón

Cuidado de edición
Milena Herazo

Corrección de estilo
Alexis Peña

Diseño y diagramación
Ana Avilés
Martha Siri y Laura Abreu

Tercera Versión
Santo Domingo, D.N., 2021.

ÍNDICE

Mensaje de Cultura Ciudadana a los docentes	6
¿Qué es Cultura Ciudadana?	7
Acercamiento a la violencia	8
Tipos de violencia	8
Factores de riesgo en violencia	9
Ciclo de la violencia	9
Consecuencias psicológicas, físicas y emocionales de la violencia	10
Violencia en las escuelas	12
Estrategias de prevención de violencia en la escuela	15
Recursos y leyes en casos de violencia	17
Módulos de intervención práctica	19
Módulo I: Entendiendo la violencia	20
Módulo II: Contextualizando la violencia	22
Módulo III: Generando el cambio	23
Módulo IV: Los buenos tratos nos hacen mejores personas	24
Recursos de apoyo	25
Referencias	30



MENSAJE DE **CULTURA CIUDADANA** A LOS DOCENTES

Los centros educativos constituyen un espacio para el crecimiento académico y personal. Es allí donde los niños, las niñas y adolescentes aprenden a enfrentarse a las realidades y exigencias del mundo actual; adquieren los valores que les permiten ser entes sociales y desarrollan las habilidades emocionales para relacionarse de forma sana con sus iguales.

En la actualidad, nos estamos enfrentando a altos índices de violencia, situación que no excluye a los planteles educativos, donde los y las estudiantes sufren consecuencias emocionales, físicas y cognitivas, que ponen en riesgo sus vidas y el desempeño académico. Es por esto que se hace urgente la creación y activación de recursos que contribuyan a un clima de paz.

En Cultura Ciudadana promovemos el cambio voluntario de pensamientos y conductas que generan malestar en la sociedad. Creemos que solo asumiendo nuestra responsabilidad ciudadana en

la prevención de la violencia de género, podemos mejorar la convivencia social y disminuir los índices de agresiones diversas en el país.

Entendiendo que los centros educativos son el mejor escenario para fomentar las relaciones sanas, y como aporte del programa Cultura Ciudadana de Supérate, ponemos a disposición de la comunidad educativa el **Manual de los Buenos Tratos para Docentes**, una guía psicoeducativa que brinda herramientas efectivas para identificar, accionar y prevenir la violencia dentro y fuera del contexto educativo.

Estimados docentes, reciban nuestro cálido abrazo y reconocimiento por la ardua labor que realizan con la mayor disposición y empeño.

Juntos podemos mejorar el futuro de las familias dominicanas y construir una cultura de igualdad, respeto y solidaridad. ¡Hagámoslo!

¿Qué es Cultura Ciudadana?

Es un programa de innovación impulsado por Supérate para contrarrestar problemáticas sociales a través de cambios colectivos de creencias, comportamientos y conductas, con un enfoque de política pública orientado a incrementar el bienestar de los ciudadanos y las ciudadanas, regulando la separación actual entre la ley, la moral y la cultura.

Nuestros objetivos



Mejorar la convivencia y habilidad de comunicación entre ciudadanos y ciudadanas.



Promover la resolución asertiva de conflictos, disminuyendo el uso de violencia para resolver problemas.



Incentivar el cumplimiento de las normas sociales.

Temas que abordamos

A raíz de la encuesta de Cultura Ciudadana llevada a cabo en nuestro país en 2014, en las zonas de Santo Domingo, San Juan de la Maguana, La Romana y Santiago, los ciudadanos señalaron las problemáticas que entendían prioritarias para que el Estado les hiciera frente y, que desde Cultura Ciudadana nos comprometimos a tratarlas en el siguiente orden de importancia:



Violencia contra la mujer

La mitad de los feminicidios son cometidos por sus propias parejas o exparejas sentimentales.



Conflictividad entre ciudadanos

En nuestro país los conflictos entre conocidos y vecinos cobran más vidas que la delincuencia.



Muertes en accidentes de tránsito

Somos el país de América Latina con más muertes por accidentes de tránsito. Una de las causas principales es no usar el casco protector o el cinturón de seguridad.

Acercamiento a la **violencia**

¿Qué es la **violencia**?

La violencia implica el uso del poder y la fuerza sobre una o más personas, quienes pueden estar o no en condición de vulnerabilidad, y cuya agresión les ocasiona daños psicológicos y físicos que pueden perdurar en el tiempo y afectar sus vidas. (Pérez & Zamora, 2014).

La violencia constituye un real problema de salud pública porque altera la calidad de vida de los afectados. (Velázquez, 2012).

Tipos de violencia



Psicológica: se considera como todo acto u omisión que tiene como objetivo dañar la estabilidad psicológica de una persona. Pueden presentarse diferentes modalidades, entre estas: negligencia, insultos, humillaciones, desvalorización e indiferencia, los cuales pueden conllevar a la víctima a presentar episodios depresivos, afectar su autoestima y terminar en suicidio.



Física: se define como un acto no accidental, a través del cual se ocasiona daño a una persona, usando como recursos objetos, armas o la fuerza física, que pueden tener como resultado lesiones externas e internas y en algunos casos de ambas formas.



Sexual: se entiende como el intento de consumir un acto sexual, insinuaciones o comentarios de índole sexual no deseados, así como cualquier otra modalidad de utilizar la sexualidad de una persona sin su consentimiento, ya sea a través de la coacción y sin importar el ámbito en el que se encuentren, e independientemente de la relación que se sostenga con la víctima.



Económica: acción u omisión económica que afecte la supervivencia de la víctima. Se puede presentar de diferentes maneras: controlando los ingresos económicos, percibir ingresos menores por un mismo trabajo en el lugar donde labora, entre otros.

Factores de riesgo en violencia

- La edad
- El género
- La condición social
- La concepción cultural de la violencia

Ciclo de la violencia

La violencia presenta una dinámica que resulta ser de carácter cíclico, y hace predecible la aparición de autoras como Lenore Walker, dando sentido a la teoría del ciclo de la violencia, la cual propone tres fases para explicar cómo se desarrolla: acumulación de tensión, explosión violenta y luna de miel. Estas fases evidencian que la violencia permanece latente, desapareciendo y apareciendo en diferentes períodos.

En el inicio del ciclo de la violencia ocurre una acumulación de malestar, produciendo conflictos persistentes en la pareja, los cuales terminan con una explosión de la rabia amontonada, a través de la violencia verbal o física. Debido a que el agresor o agresora no asume la responsabilidad de su conducta, inicia la luna de miel, en la cual se arrepiente, pide disculpas por sus actos y se compromete a no usar la violencia. Al pasar el tiempo, este ciclo se activa, pero con un grado de intensidad y riesgo de repetición mayor respecto a la conducta del agresor o la agresora.



(Lenore E. Walker, 1978)

Consecuencias psicológicas, físicas y emocionales de la violencia

Físicas

Trastorno del sueño y alimentario;
dolores de cabeza, musculares y
problemas estomacales

Emocional o afectivo

Sentimientos de ira, ansiedad y
desorientación

Motivacionales

Falta de esperanza e interés
hacia la vida

Conductuales

Dificultad para
enfrentar problemas y
tomar decisiones

Es importante saber que el abordaje de esta problemática requiere, en la mayoría de los casos, de un acompañamiento terapéutico. Por sí solas, las víctimas no suelen salir de la situación, muchas veces la normalizan, entienden que no tienen salida y, lo más preocupante, no cuentan con una red de apoyo que les ayude a salir de la relación violenta.

Algunos datos estadísticos



A nivel mundial, se calcula que cada año uno de cada dos niños de 2 a 17 años de edad es víctima de algún tipo de violencia.

Cerca de 300 millones de niños de 2 a 4 años en el mundo a menudo se ven sometidos a castigos violentos a manos de sus cuidadores.

Una tercera parte de los estudiantes de 11 a 15 años en el mundo han sido víctimas de intimidación de parte de sus pares en el último mes.

La violencia emocional afecta a uno de cada tres niños, y uno de cada cuatro niños en el mundo vive con una madre cuya pareja la trata con violencia.

Violencia en las escuelas

La escuela está considerada, al igual que la familia, como una de las fuentes de mayor relevancia para el desarrollo de los niños, las niñas y adolescentes. En la escuela se materializan diferentes conocimientos que ayudarán a forjar entes productivos en el futuro, pero esto puede ser alterado cuando la violencia se apodera del desarrollo integral.

Existen varios factores que determinan la violencia en el contexto escolar. Entre ellos están los factores socioeconómicos, la dinámica violenta, las concepciones culturales y el contexto externo de la escuela.

Entre las formas principales de violencia contra los niños, las niñas y adolescentes están:

- El castigo físico y psicológico
- El acoso
- La violencia externa: bandas, armas y peleas
- Ciberacoso
- La violencia sexual y por razones de género
- Bullying

¿Cómo **identificar a una posible víctima** de violencia?

A continuación se presentan algunas señales que pueden servir de alerta:

- Faltas constantes al plantel educativo.
- Historial recurrente de atención médica en la escuela.
- No participa en actividades fuera del horario escolar.
- Bajo rendimiento académico.
- Cambios bruscos de comportamiento o estados de ánimo.
- Desgaste físico y falta de apetito.
- Señales de golpes físicos, aunque sean sutiles, moretones y mordeduras.
- Tiene pocos amigos/as o ninguno.
- Agresiones físicas.

- Comportamientos de desprecio, ridiculización y coacción.
- Comportamiento de intimidación y amenaza.
- Comportamiento de maltrato.
- Deterioro de pertenencias.

Además de agresiones físicas, comportamientos de desprecio, ridiculización y coacción, comportamiento de intimidación y amenaza, comportamiento de maltrato y deterioro de pertenencias (Gisneros VII, 2005).



Actuando ante la violencia

Cuando la violencia es ejercida entre el alumnado:

- Informar al personal directivo del centro educativo; es responsabilidad de todo espectador/a reportar lo ocurrido.
- Tomar las medidas para garantizar la protección de los derechos humanos del alumno receptor y generador de la violencia.
- Comunicar a los padres o tutores el hecho ocurrido.
- Proveer de la asistencia médica necesaria.
- Llevar un registro detallado de lo ocurrido.
- Informar a las autoridades gubernamentales el tipo de violencia ocurrida para poder conocer y actuar de acuerdo a los protocolos pertinentes para cada caso.
- Velar por la protección de la integridad de los y las menores de edad.
- Brindar asistencia psicológica necesaria.
- Aplicar acciones de educación a través del equipo de gestión.

Cuando la violencia es ejercida por el personal del centro educativo hacia el alumnado:

- Comunicar a los padres o tutores el hecho ocurrido de forma clara y objetiva, explicando también las consecuencias producidas. Es responsabilidad de todo el personal del centro educativo reportar cualquier situación de violencia.
- Adoptar una postura de apoyo directa con el alumno o la alumna receptor/a de la violencia.
- Informar a las autoridades pertinentes el tipo de violencia ocurrida para poder conocer y activar los protocolos para cada caso.
- Proveer de la asistencia médica necesaria.
- Llevar un registro detallado de lo ocurrido.
- Velar por la protección de la integridad de los y las menores de edad.
- Brindar asistencia psicológica necesaria.
- Aplicar acciones de educación a través del equipo de gestión.



En caso de identificar violencia fuera del contexto educativo:

- Informar al personal directivo del centro educativo, manteniendo el grado de discreción y objetividad.
- Tomar las medidas para garantizar la protección del alumnado.
- Comunicar a los padres o tutores el hecho ocurrido. En caso de que la violencia sea ejercida por los padres o tutores, se debe notificar a las autoridades pertinentes.
- Reportar a las autoridades gubernamentales el tipo de violencia ocurrido para poder conocer y activar los protocolos pertinentes para cada caso.
- Proveer de la asistencia médica necesaria.
- Llevar un registro detallado de lo ocurrido.



¿Qué **no hacer ante un caso** de violencia?

- Violar la confidencialidad.
- Normalizar la violencia en sus múltiples formas.
- Ignorar la necesidad de seguridad de la víctima.
- Minimizar el abuso.
- Culpar a la víctima.
- Irrespetar la autonomía de la víctima.
- Revictimizar (realizar preguntas o acciones que violenten nuevamente a la víctima).

Estrategias de prevención de **violencia en la escuela**

1. Psicoeducación

Es de suma importancia que el personal de los centros educativos reciba entrenamiento en la prevención de violencia, de esta forma se puede entender, detectar y evitar futuros casos o intervenir en aquellos que se están dando en la actualidad.

2. Promoción de buenos tratos

Son acciones enfocadas en el reconocimiento y respeto del valor que tiene cada persona; desarrollan relaciones afectivas sanas, mejorando la convivencia entre las personas, impactando con esto las acciones de violencia.

Estos son algunos de los elementos para el fomento de los buenos tratos en el aula:

- Respeto
- Comunicación sana
- Amor
- Confianza
- Empatía
- Protección
- Responsabilidad
- Valores positivos



El maestro y la maestra con buenos tratos

- Se preocupa por estar libre de violencia. La prevención inicia por el cuidado propio.
- Mantiene un modelo de respeto hacia las diferencias.
- Se preocupa por las necesidades de sus estudiantes.
- No hace uso de lenguaje sexista o discriminatorio en razón del género y sus actividades.
- Está orientado en el cumplimiento de los derechos humanos.
- Es sensible y empático/a.
- Escucha activamente, valida y comprende las situaciones del alumnado.
- Preserva la confidencialidad del alumnado, es decir, no comenta información con terceros.
- Respeta los valores, deseos y creencias de los demás.
- Cumple con las normas y leyes del centro educativo y las instituciones gubernamentales.
- Promueve buenos tratos.

Creación de **redes de apoyo:**

Espacios, grupos o actividades donde el alumnado puede compartir sanamente, desarrollar habilidades socioafectivas y brindarse apoyo y protección, como por ejemplo en los casos de violencia.

Las redes pueden ir desde grupos deportivos, culturales o académicos y ser creadas por los orientadores y las orientadoras del centro educativo, los y las estudiantes.

Recursos y leyes en casos de violencia en República Dominicana

LEYES NACIONALES

Documentos legales que rigen la violencia de género e intrafamiliar:

- Ley 24-97 sobre Violencia Intrafamiliar, de Género y Sexual.

Documentos legales que rigen la protección infanto-juvenil

- Ley 136-03 Código para el Sistema de Protección y los Derechos Fundamentales de Niños, Niñas y Adolescentes.

Documentos legales que rigen la salud general y mental

- Ley 12-06 sobre Salud Mental.
- Ley 42-00 sobre Discapacidad en República Dominicana.
- Ley 42-01 Ley General de Salud.
- Ley 55-93 sobre el Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida (SIDA).
- Ley 22-01 que crea el Colegio Dominicano de Psicólogos.



Líneas de emergencias (servicios gratuitos)

- Sistema Nacional de Atención a Emergencia y Seguridad 24 horas.
Tel.: 911
- Línea Vida 24 horas - Procuraduría General de la República.
Tel.: 809 200 1202
- Línea de Auxilio 24 horas - Ministerio de la Mujer.
Tel.: 809 200 7212
- Línea de Atención de Cultura Ciudadana.
Tel.: *321 (desde tu celular).

Instituciones que **ofrecen ayuda en caso de violencia**

Santo Domingo

- **Cultura Ciudadana, (Programa Supérate).** Tel.: 809.534.2105 ext. 2624.
- **Consejo Nacional para la Niñez y la Adolescencia (CONANI).** Tel.: 809.567.2233.
- **Ministerio de la Mujer.** Tel.: 809.685.3755.
- **Unidad de Atención y Prevención de la Violencia de Género y Delitos Sexuales del Distrito Nacional.** Tel.: 809.533.6668.
- **Unidad Especializada de Atención a la Mujer y Violencia Intrafamiliar de la Policía Nacional.** Tels.: 809.688.3255 y 809.682.2151 ext. 2256 (desde el interior, sin cargos).

Región Norte

- **Unidad de Atención Integral a la Violencia de Género, Intrafamiliar y Delitos Sexuales de la provincia Santiago.** Tel.: 809.724.2202.
- **Unidad de Atención Integral a Víctimas de Violencia de Género, Intrafamiliar y Delitos Sexuales de Puerto Plata.** Tel.: 809.586.8200.

Región Sur

- **Unidad de Atención Integral a Víctimas de Violencia de Género, Intrafamiliar y Delitos Sexuales de San Cristóbal.** Tel.: 809.528.1772.
- **Unidad de Atención Integral a Víctimas de Violencia de Género, Intrafamiliar y Delitos Sexuales de San Juan de la Maguana.** Tel.: 809.557.5559.

Región Este

- **Unidad de Atención Integral a Víctimas de Violencia de Género, Intrafamiliar Delitos Sexuales de La Romana.** Tel.: 809.813.0919.
- **Unidad de Atención Integral a Víctimas de Violencia de Género, Intrafamiliar y Delitos Sexuales de San Pedro de Macorís.** Tel.: 809.529.3724.

MÓDULOS DE INTERVENCIÓN PRÁCTICA



Los módulos son guías de trabajo para poner en práctica, de forma sencilla y creativa, los conocimientos presentados en el manual, con el objetivo de prevenir la violencia a través de estrategias psicoeducativas y vivenciales en el alumnado. De igual forma, se pueden poner en marcha otras estrategias y actividades que favorezcan la labor desarrollada.

MÓDULO I

Entendiendo la violencia

Objetivo: **identificar y desnaturalizar** la violencia

Dinámica 1: Lluvia de ideas sobre la violencia

Desarrollo: el o la docente en esta dinámica realiza una lluvia de ideas sobre la violencia, los tipos que existen y ejemplos. Va anotando en una pizarra o cartulina lo expuesto por cada alumno/a. En caso de que el alumnado no identifique los tipos de violencia expuestas en el manual, se debe ofrecer esa información.

El desarrollo puede estar guiado por las siguientes preguntas:

1. ¿Qué es violencia?
2. ¿Cuáles tipos de violencia conoces?
3. ¿Cuáles formas de violencia identificas?
4. ¿Quiénes pueden sufrir violencia?

Materiales: papelógrafo o cartulina, marcador (se espera que el docente utilice materiales reciclados).

Tiempo estimado: 30 minutos.

Dinámica 2: mitos y realidades de la violencia / jugando a los detectives

Presentar la lista de mitos y realidades al alumnado, dividirlos en grupos y solicitar la creación de un mural en el que se escriban las realidades a esos mitos. Sin embargo, para hacer esto tendrán que jugar a ser detectives, cada mito tendrá una pista de donde se encuentra su contraparte, adicional a esto se deben contar dos pistas extras para encontrar los elementos que digan lo que es la violencia y algunos de sus tipos.

Aquí la creatividad desempeña un papel primordial. Una vez los grupos hayan encontrado sus pistas y anotado el tiempo en que lo hicieron, se procederá a la realización de los murales, esperando que gran parte de los materiales sean reciclados y compatibles con todos los grupos.

Los murales deben ser expuestos en el centro educativo, en espacios abiertos, donde tanto los y las estudiantes como el personal administrativo puedan psicoeducarse respecto a la realidad de la violencia.

Entre los elementos que se deben trabajar están:

MITOS	REALIDADES
Solo las mujeres son víctimas de violencia. El principal tipo de violencia es la física.	Los hombres también pueden sufrir violencia. Existen diferentes tipos de violencia y suelen aparecer antes que la física.
Si te quedas en una relación violenta es porque eres masoquista.	Quien se queda en una relación violenta lo hace muchas veces porque se encuentra atrapado en el ciclo. No cuenta con una red de apoyo o por temor a denunciar, proteger al agresor/a, entre otras.
Las personas de escasos recursos son más propensas a sufrir violencia.	Cualquier persona sin importar su estatus social puede ser víctima de violencia.
Es posible saber por la apariencia física, estatus económico y cultura si una persona es agresora.	El agresor/a es una persona común, puede pertenecer a diferentes culturas, ser profesional y económicamente estable.
Si el golpe no se ve, quiere decir que no hay violencia.	La víctima de violencia no necesariamente presenta síntomas visibles.

Materiales: hojas en blanco, cartulina, cinta pegante, marcadores, papelógrafo, creatividad y muchos materiales reciclados, pedir a los estudiantes que lleven materiales desde sus hogares.

Tiempo estimado: 90 a 120 minutos.

MÓDULO II

Contextualizando la violencia

Objetivo: construir un panorama local de la violencia

Dinámica 1: lo que veo y siento a mi alrededor

El objetivo de esta actividad es identificar la violencia desde el contexto de vida de los estudiantes, con el fin de crear una visión compartida de esta.

Dividir el alumnado en grupos y solicitarles que recorten de los periódicos o las revistas, situaciones de violencia que suelen ver en sus comunidades y compartan con sus compañeros lo que piensan sobre esta realidad, cómo se sienten ante esto, y escribir esas emociones y esos pensamientos en las hojas que previamente se les entregaron, que deben ser guardadas para la siguiente actividad. Una vez los grupos terminen, solicitar que compartan lo que han escrito.

Es importante guiar la actividad con preguntas como estas:

- ¿Qué piensas sobre esta realidad?
- ¿Cómo te hace sentir?
- ¿Qué tipo de violencia ves ahí?
- ¿Cómo impacta la violencia presentada a la sociedad y a ti de forma personal?

Materiales: periódicos o revistas, hojas en blanco, lápices o lapiceros.

Tiempo estimado: 90 a 120 minutos.

MÓDULO III

Generando el **cambio**

Objetivos: desarrollar estrategias que faciliten la prevención de la violencia. Identificar situaciones de violencia y crear planes de acciones.

Dinámica 1: actuando ante la violencia

Desarrollo: dividir el alumnado en grupos de 4 personas y solicitarles que desarrollen una lista de acciones para la prevención y erradicación de la violencia, Para ello, utilizaremos las siguientes temáticas, en especial la violencia en la escuela:



Psicológica



Física



Económica



Sexual

Solicitarles que respondan a las siguientes preguntas:

- ¿Qué pasa si la víctima calla y no pide ayuda?
- ¿En cuáles situaciones de la vida diaria tendrías mayor riesgo de sufrir violencia?
- ¿Cuáles pasos seguirías para evitar o salir de una situación violenta?

Es importante que el o la docente se acerque a los grupos y les pregunte cuál situación de violencia escogen, con la finalidad de no repetir los trabajos. Tendrán que crear intervenciones innovadoras a través del arte, ya sean canciones, poemas, pinturas, dramas, acrósticos, entre otras.

Invite y permita la creatividad. Esta actividad debe ser informada el día anterior y seleccionar lo que hará cada estudiante y cómo lo hará, con el propósito de contar con los materiales el día del desarrollo.

Materiales: reciclados.

Tiempo estimado: 60 a 90 minutos.

MÓDULO IV

Los buenos tratos nos hacen mejores personas

Objetivo: promover los buenos tratos como herramienta para el fomento de la igualdad.

Dinámica 1: promoviendo la igualdad

El o la docente debe dividir al alumnado en grupos y asignar a cada uno una lista con diferentes actividades que desempeña el hombre y la mujer. La idea es que estos organicen las actividades según su juicio, pero estos estarán dobles, es decir, que al final deberían quedar con roles iguales.

Las actividades que se trabajarán son las siguientes: cuidar a los hijos y a las hijas, estudiar, realizar los quehaceres del hogar, dar cariño, llorar, trabajar, compartir con los amigos y las amigas. Se pueden sumar más actividades a esta lista. Se debe organizar un debate centrado en la importancia de la igualdad entre el hombre y la mujer en la sociedad.

Materiales: hojas en blanco y cinta pegante.

Tiempo: 60 minutos.

Dinámica 2: mirando los buenos tratos

Proyección de una película o corto edu-

cativo que promueva los valores de la igualdad, el respeto, el compromiso, la honestidad y la solidaridad.

Finalizar la proyección con un mensaje acerca de la importancia de quererse bien, de respetar a los demás y de ser buenos seres humanos.

Materiales: película o corto educativo, audiovisuales.

Tiempo estimado: 90 a 120 minutos.

Dinámica 3: feria de los buenos tratos

Crear una feria donde cada curso trabaje un valor para ejercer buenos tratos e invitar a las familias a conocer el trabajo desarrollado, con la finalidad de que también, fuera del contexto escolar, se puedan generar cambios.

Finalizar la actividad de forma creativa, entregando a los y las participantes algún certificado de compromiso por ser parte del cambio, por querer a República Dominicana libre de violencia y llena de valores.

RECURSOS DE APOYO





Recursos de apoyo

Materiales de rápido acceso que pueden ser utilizados en diferentes espacios y complementan la información contenida en el manual.

Kit de apoyo

1. Prevención de **violencia en el noviazgo**

Se considera como violencia el ejercicio de la fuerza verbal o física sobre otra persona, teniendo como resultado la producción de un daño de manera voluntaria.

Algunas formas de violencia y maltrato:

- Controla tu apariencia física.
- Limita el contacto con tus amigos/as y familiares.
- Presenta celos y sospechas constantes.
- No expresa sentimientos.
- Viola tu intimidad, revisa tus objetos, por ejemplo celular y redes sociales.
- Te obliga a hacer cosas que no quieres.
- Miente.

¿Qué hacer en estos casos?

- Informar sobre la situación a un familiar o amigo/a que pueda ser de apoyo.
- Denunciar la situación ante las autoridades.
- Buscar ayuda terapéutica.
- Memorizar las líneas de ayuda.
- Evita recibir llamadas o estar a solas con el agresor/a.
- Recuerda que el perdón luego de la agresión es parte del ciclo y que solo durará hasta la siguiente agresión.

Líneas de ayuda en nuestro país:

- Sistema Nacional de Atención a Emergencias y Seguridad 9-1-1.
- Línea de Atención de Cultura Ciudadana: *321 (desde tu celular).
- Línea vida: 809 200 1202.
- Línea de auxilio: 809 200 7212.

2. Creando **El Real cariño**

El Real Cariño es el modelo de relación que se fundamenta en el respeto, el compromiso y la igualdad.

Beneficios de vivir **El Real Cariño**

- No necesitarás saber dónde está tu pareja todo el tiempo.
- Compartirás los quehaceres del hogar.
- Tendrás un proyecto de vida.
- Confiarás en tu pareja.
- Valorarás las cualidades de tu pareja.
- Tendrás empatía en los momentos de conflictos.

Elementos que conforman **El Real Cariño**:

- Respeto.
- Comunicación.
- Confianza.
- Compromiso.
- Igualdad - Masculinidad positiva.
- Lealtad.





3. Un **noviazgo sano**

Estrategias:

- Fomentar el respeto.
- Ser empáticos con la pareja ante los conflictos.
- Evitar las críticas.
- Crear acuerdos.
- Conversar sobre las situaciones que generan malestar.
- Respetar las creencias de la otra persona.
- Asumir el compromiso de la relación de ambas partes.
- No juzgar.
- Evitar buscar culpables ante los conflictos.
- No involucrar a terceros en la relación.
- Preguntar antes de asumir.
- No acumular malestar.

Es importante saber:

Todas las parejas en algún momento determinado pueden presentar desacuerdos, conflictos o malestar y, no por esto significa que la relación es disfuncional e insana. En este sentido, la diferencia será cómo abordan la situación.



4. Fomentando una **buena comunicación**

La comunicación es el proceso por el cual dos o más personas transmiten y reciben información.

La comunicación sana:

- Genera buenas alternativas de solución a los conflictos.
- Desarrolla estrategias que permitan llegar a acuerdos.
- Fortalece los vínculos y relaciones saludables.

Es bueno conversar cuando:

- Ambos se encuentran receptivos al diálogo.
- La escucha es empática.
- La conversación es presencial.

No es sano conversar cuando:

- Se encuentran molestos o airados.
- No se cuenta con un espacio de privacidad.
- Se tiene una actitud defensiva.

Mensajes que pueden ser distribuidos en los centros educativos

- No ocultes lo que te está pasando, habla con tus padres o tutores. Ellos son personas que te quieren y pueden ayudarte.
- Si tus padres o tutores no te creen, no te quedes callado/a, habla con el personal del centro educativo calificado y llama a las líneas de emergencia.
- No tienes la culpa de ser violentado/a, denuncia.
- Al tratarnos bien combatimos la violencia.
- Tenemos el mismo valor como seres humanos.
- Al cuidar de mí, también cuido de los demás.
- La prevención de la violencia es responsabilidad de todos/as.
- La prevención de la violencia es la clave.
- Convivir sin violencia es un trabajo de todos y todas.



Referencias

- Alba Angulo, A. R., Guerras Martín, S., Rodríguez González, Z., & Rodríguez González, Z. (2007). *La magia de los buenos tratos*. España: Ochoa Impresores.
- Arce, R., Vázquez, M., & Farina, F. (2015). *Programa Galicia de reeducación de agresores de género: Manual de intervención*. Santiago de Compostela: Andavira.
- Barudy, J., & Dantagna, M. (2009). *Los buenos tratos a la infancia*. España: Gedisa.
- Cantón Duarte, J.; Cortés Arboleda, M. del R., Justicia Díaz, M.; Cantón Cortés, D. (2015). *Violencia doméstica, divorcio y adaptación psicológica. De la disarmonía familiar al desarrollo de los hijos*. Ediciones Pirámide. Madrid.
- Corpovisionarios. (2014). *Informe diagnóstico de Cultura Ciudadana en la República Dominicana*. Santo Domingo.
- Cuervo, M., & Martínez, J. (2013). *Descripción y caracterización del ciclo de violencia que surge en la relación de pareja*. Revista Tesis Psicológica, 80-88.
- Corsi, J.; Dohmen, L.; Sotés, M.A. (2019). *Violencia masculina en la pareja. Una aproximación al diagnóstico y los modelos de intervención*. Paidós. Buenos Aires.
- Hirigoyen, M. F. (2005). *Mujeres maltratadas. Los mecanismos de la violencia en la pareja*. Oh Éditions. Paris.
- Gobierno de La Rioja. (2009). *Programa de Buenos Tratos*. España: Ochoa Impresores.
- Organización Mundial de la Salud, (2020). *Informe sobre la situación mundial de la prevención de la violencia contra los niños*.
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (Unesco). (2014). *Poner fin a la violencia en la escuela: guía para los docentes*.
- Pérez, C., & Zamora, A. (2014). *Violencia. Afectaciones a sus grupos de riesgos. Derecho y cambio social*.
- Sabucedo, J.; Sermanti, J. (2007). *Los escenarios de la violencia*. Primera edición. Editorial Ariel. Barcelona.
- Velásquez, S. (2012). *Violencias y familias. Implicaciones del trabajo profesional: el cuidado de quienes cuidan*. Primera Clase. Buenos Aires.



www.culturaciudadana.gob.do

 [@culturaciudadanard](https://www.instagram.com/culturaciudadanard)