

DEMOSTRAR LAS EMOCIONES ES SINÓNIMO DE DEBILIDAD

El demostrar las emociones de manera regulada permite entendernos y comunicarnos con otras personas, para así construir vínculos más sanos. Quizás, algunas veces, se escucha decir “los varones no lloran” o “las mujeres son lloronas” como frases que desacreditan la expresión de las emociones y eso no ayuda. Es importante generar y habilitar espacios donde las emociones puedan ser expresadas sin ser juzgadas o invalidadas. También es importante diferenciar espacios en los cuales y personas con que hay más confianza para expresarse.

HABLALO
POR EL

Buentrato

PUNTOS CARDINALES

ESTAR DELGADAS/OS ES SINÓNIMO DE ESTAR SANAS/OS

Existen parámetros sociales que nos indican que nuestro cuerpo está más saludable o no. Pero pensar en ser y estar sanas/os no implica el peso corporal de una persona, sino que involucra múltiples factores (lo biológico, lo social y lo psicológico). Al mismo tiempo vamos aprendiendo que no debemos opinar del cuerpo de otra persona. Siempre hablar de sí mismas/os debe ser una opción de cada una/o y lo más importante es escuchar sin juzgar, empáticamente y con disponibilidad para la ayuda. Querer nuestro cuerpo es una base muy importante para la autoestima.

HABLALO
POR EL

Buentrato

PUNTOS CARDINALES

LOS CELOS SON SEÑALES DE CARIÑO

Cuando se quiere a una persona es fundamental un vínculo saludable entre sí, esto implica que se acompañen en las decisiones que tome cada una/o, entendiendo que es una persona independiente y libre. Tanto los celos como el control generan relaciones que dañan y terminan enfermando. Los celos, de algún modo, esconden una pretensión de posesión sobre otra persona. Tenemos una responsabilidad afectiva en todos nuestros vínculos que debemos transitar con libertad. La responsabilidad afectiva implica hacernos cargo de los vínculos, respetar la libertad y ser muy sinceras/os en la comunicación.

HABLALO
POR EL

Buentrato

PUNTOS CARDINALES

TODAS/OS DEBERÍAMOS HACERNOS CARGO POR IGUAL DE LAS TAREAS DOMÉSTICAS

Para vivir en una sociedad igualitaria, es necesario que las diversas tareas se distribuyan a toda/os por igual, sabiendo que no existen tareas asignadas según el género. Esto nos permite construir vínculos sanos, basados en el respeto, la equidad en el reparto de tareas y el buen trato. La negociación, la comprensión y la ayuda mutua son herramientas necesarias.

HABLALO
POR EL

Buentrato

PUNTOS CARDINALES

TODAS/OS LAS/LOS ADOLESCENTES TIENEN DERECHO A EXPRESARSE LIBREMENTE EN SU CASA, EN LA ESCUELA Y EN LOS ESPACIOS DONDE TRANSITAN

Está escrito en la Ley Provincial N° 2302: las niñas y adolescencias tienen derecho a expresar sus opiniones libremente y las personas adultas, la responsabilidad de escuchar y acompañar. La autonomía se va aprendiendo, y para ello es necesario respeto y responsabilidad de todas/os.

HABLALO
POR EL

Buentrato

PUNTOS CARDINALES

LOS VARONES SUELEN SER FUERTES Y MÁS TORPE CON SUS CUERPOS

Las corporalidades y sus características son subjetivas, es decir, no están relacionadas al género. Si bien los factores biológicos se vinculan con el desarrollo de las personas, no se reducen únicamente a eso. Todas/os tenemos particularidades, habilidades e historias distintas y las generalizaciones no ayudan cuando nos referimos a las personas. Mucho menos si usamos la generalización para descalificar o menospreciar a otras/os.

HABLALO
POR EL

Buentrato

PUNTOS CARDINALES

LAS MUJERES SON MÁS SENSIBLES Y DELICADAS

Las corporalidades y sus características son subjetivas, es decir, no están relacionadas al género. Si bien los factores biológicos se vinculan con el desarrollo de las personas, no se reducen únicamente a eso. Históricamente, las mujeres han estado más vinculadas a las tareas de cuidado y los detalles, han estado más habilitadas para expresar las emociones y lo que sienten. Al contrario, los varones se han desarrollado más en tareas ligadas al uso de la fuerza, al riesgo y se les ha negado la expresión de las emociones. Todas/os tenemos particularidades, habilidades e historias distintas y las generalizaciones no ayudan cuando nos referimos a las personas. Mucho menos si usamos la generalización para descalificar o menospreciar a otras/os.

HABLALO
POR EL

Buentrato

PUNTOS CARDINALES

LOS PADRES DEBEN DECIDIR POR SUS HIJAS/OS SI SON MENORES DE EDAD

En el Artículo 28° de la Ley Provincial N° 2302, dice que: “Incumbe a los padres la responsabilidad primordial de la crianza y desarrollo de sus hijos para su protección y formación integral (...)”. Existe lo que se denomina autonomía progresiva, que implica el acompañamiento adulto para que las niñas y adolescencias vayan siendo protagonistas de su proceso de crecimiento y toma de decisiones. Crecer implica aprender a decidir, responsabilizarse y disfrutar de esas decisiones. El acompañamiento de las personas adultas siempre debe tener como base la escucha atenta, el respeto de la subjetividad y el cuidado amoroso de las adolescencias.

HABLALO
POR EL

Buentrato

PUNTOS CARDINALES

MIRAR EL CUERPO DE OTRA/O CON INTENCIÓN SEXUAL ES UNA FORMA DE MALTRATO

El maltrato es un acto que se ejerce de diferentes maneras, siempre que NO haya consentimiento previo, estamos ante una forma de maltrato.

HABLALO
POR EL

Buentrato

PUNTOS CARDINALES

SI EL PIROPO ES LINDO NO DEBERÍA AFECTARNOS

El piropo en el pasado era un ejercicio de galantería masculina centrado principalmente en el cuerpo de las mujeres, haciendo referencia a las características físicas generalmente estereotipadas y hegemónicas. Es unidireccional y no tiene en cuenta el sentir, el consentir o la afección de la destinataria. Desde este lugar puede considerarse un maltrato simbólico. Toma por sorpresa a la otra persona sin saber el efecto que genera; esto incomoda, ya que se realiza, en general, de manera pública dejando a la persona en un lugar de vulnerabilidad y exposición.

HABLALO
POR EL

Buentrato

PUNTOS CARDINALES

LA MAYORÍA DE LAS MUJERES DICEN NO CUANDO QUIEREN DECIR SÍ

Muchas veces escuchamos estas frases entre la gente, en canciones, en películas. Es muy importante ser claros: cuando una persona dice no, es no. Cuando una persona no puede expresar su consentimiento, por ejemplo, por estar en un estado de intoxicación, también debe considerarse que la respuesta es no. El único modo en que se puede considerar que una mujer consiente es que claramente diga sí. La clave está en poder escuchar y respetar el sentir y el consentir de la otra persona aunque no estemos de acuerdo.

HABLALO
POR EL

Buentrato

PUNTOS CARDINALES

EL GÉNERO BIOLÓGICO DE UNA PERSONA DETERMINA SU ELECCIÓN SEXUAL

En general, cuando nacemos nos asignan un nombre y con ello un género correspondiente con nuestra genitalidad: varón, mujer, y sobre ello hay una construcción social de características, imágenes, roles. La identidad de género es la vivencia interna e individual del género tal como cada persona la experimenta profundamente, la cual podría corresponder o no con el sexo que la persona tiene al momento de nacer. Es importante diferenciar identidad de género de orientación sexual. La orientación sexual se refiere a la capacidad de cada persona de sentir una profunda atracción emocional, afectiva y sexual por otras, así como a la capacidad de mantener relaciones sexuales con otras personas. La clave en los vínculos es el respeto: todas/os somos diversas/os y tenemos derecho a ser comprendidas/os y acompañadas/os para desplegar libremente nuestra personalidad.

HABLALO
POR EL

Buentrato

PUNTOS CARDINALES

LA RESPONSABILIDAD AFECTIVA IMPLICA EVITAR UN SUFRIMIENTO INNECESARIO

La responsabilidad afectiva implica cuidarse y cuidar al otra/o. La comunicación entre las personas involucradas es importante para evitar sufrimientos que son innecesarios.

HABLALO
POR EL

Buentrato

PUNTOS CARDINALES

EL MACHISMO NOS ATRAVIESA A MUJERES Y HOMBRES POR IGUAL

El machismo es una construcción social y cultural que sostiene que el varón es por naturaleza superior a la mujer. Se nos ha impuesto a todas las personas por igual, en la manera de ver, sentir, pensar y vincularnos con otras/os. Dicha construcción nos habita desde antes de nacer, por esto tiene un carácter naturalizado que, a veces, no nos permite reconocerlo de manera consciente. Hablar de machismo no quiere decir atacar a los varones sino que busca reconocer y modificar prácticas que no ayudan a construir vínculos sanos.

HABLALO
POR EL

Buentrato

PUNTOS CARDINALES