Hablar del consentimiento

El módulo 3 explora el consentimiento, incluida la importancia de la comunicación para entender las complejidades y matices del consentimiento. Este módulo sirve como base para una capacitación posterior sobre violencia sexualizada al proporcionar información esencial sobre el consentimiento en el contexto canadiense.

Después de completar este módulo, podrá:

* Reflexionar sobre cómo sus contextos culturales influyen en su comprensión del consentimiento
* Explorar las diferentes formas de expresar el consentimiento (verbal, no verbal, directo, indirecto)

# **[diapositiva 1]** ¡Bienvenidos al Módulo 3!

En este módulo, obtendrá una comprensión más profundo de lo que significa el consentimiento y cómo se desarrolla en diferentes contextos. Analizará algunas de las formas en que nuestros contextos culturales influyen en nuestra comprensión del consentimiento. Y escuchará algunos ejemplos de formas de dar, recibir y rechazar el consentimiento.

# **[diapositiva 2]** Una nota rápida

Este módulo incluye preguntas de reflexión sobre el tema del consentimiento. Le animamos a que responda a ellas basándose en sus propias experiencias. No hay respuestas correctas o incorrectas.

Al considerar el consentimiento, tenga en cuenta que las políticas sobre los desequilibrios de poder y el consentimiento pueden variar de una institución a otra. Le animamos a aprender más sobre estas políticas en su institución.

# **[diapositiva 3]** Video

Sabes, he estado reflexionando últimamente sobre cómo entendemos, gestionamos y comunicamos el consentimiento. Me parece que son preguntas que normalmente no nos hacemos a nosotros mismos. Asumimos que tenemos todo el conocimiento que necesitamos. ¿Qué opinas de la forma en que utilizamos el consentimiento en nuestras relaciones?

Creo que el consentimiento se practica mucho más a menudo de lo que la gente se imagina. Aunque la gente suele pensar en el consentimiento en el contexto de las interacciones sexuales, también estamos practicando el consentimiento cuando pedimos prestadas las pertenencias de alguien, cuando les preguntamos si quieren pasar tiempo con nosotros, y cuando preguntamos a alguien si está bien con la cercanía física y el tacto.

El consentimiento se genera mutuamente, lo que significa que todas las personas participantes deben estar de acuerdo sobre hacer algo. El consentimiento no se gana ni se obtiene. Es más que un simple sí o no. Es una oportunidad continua para comprobar si nosotros mismos y los demás estamos todos cómodos con una situación o si algo ha cambiado.

También es necesario en el contexto digital, por ejemplo, al tomar, compartir o publicar fotos de otros y enviar y compartir imágenes de desnudos u otras imágenes sexualmente explícitas.

El consentimiento debe ser voluntario y dado libremente sin presión, culpa o fuerza. Si alguien utiliza su poder o autoridad para presionar o manipular a una persona para que realice una actividad, eso no es consentimiento,

Todas las personas deben tener capacidad para dar su consentimiento para cualquier actividad sexual. El consumo de drogas y alcohol, por ejemplo, puede crear situaciones que afectan la capacidad de una persona para dar su consentimiento y la forma en que interpretan el consentimiento. Y si una persona está dormida o inconsciente, no tiene capacidad para dar su consentimiento.

Creo que también es importante señalar que el consentimiento puede ser retirado en cualquier momento. Todos tenemos derecho a cambiar de opinión y no consentir y a que se respeten nuestras necesidades.

Algunos ejemplos de formas de dar y recibir el consentimiento verbalmente son:

* "Eso se siente bien"
* "Sigamos haciendo esto"
* "Sí"
* "Quiero hacer esto"
* "¿Te parece bien?"

Por otro lado, podemos negar el consentimiento verbalmente diciendo:

* "No"
* "No lo sé"
* "Necesito un descanso" O incluso algo tan simple como:
* "Hoy no me encuentro bien"

También es muy importante comprender que el consentimiento no puede asumirse sólo porque alguien no se niega verbalmente o no se resiste al contacto sexual.

El consentimiento es muy complejo y está lleno de matices.

¿A qué se refiere cuando dice que es complejo y está lleno de matices?

Bueno, todos nos comunicamos de diferentes maneras, ¿verdad? El consentimiento también puede darse y recibirse de forma no verbal con señales como asentir con la cabeza, mediante contacto visual directo, o iniciando una actividad sexual. Y puede rechazarse de forma no verbal evitando el contacto visual, alejando a alguien, o utilizando un lenguaje corporal cerrado, con un aspecto rígido o tenso.

Enviamos y recibimos mensajes de manera diferente según nuestra crianza, nuestro contexto cultural y nuestras experiencias pasadas. Algunos de nosotros pertenecemos a grupos o culturas más reservados o menos expresivos, mientras que otros pueden formar parte de comunidades que son más ruidosas o más expresivas físicamente. Algunas culturas podrían considerar las expresiones físicas de frustración, de ira, o tristeza, como algo inapropiado e incómodo, mientras que otros podrían valorar estas respuestas.

Por estas razones, es importante mantener conversaciones con nuestra pareja o parejas sobre los límites personales y sexuales, así como sobre cómo expresas el consentimiento en tus relaciones. Y como esto es tan complejo, también es importante que cada persona reflexione sobre estas conversaciones y entienda cómo gestiona el consentimiento.

Definitivamente. Y en caso de duda, es una buena idea hablar con tu pareja o parejas para asegurarse de que se entienden. Al final, debemos hacer un esfuerzo para crear relaciones más seguras, más sanas y más consideradas manteniendo conversaciones continuas con nuestra pareja o parejas sobre cuáles son los límites de cada persona y asegurarnos de que haya consentimiento en todas nuestras interacciones.

# **[diapositiva 4]** Pregunta 1

Preguntas

Aquí presentamos seis preguntas que le ayudarán a reflexionar sobre su comprensión del consentimiento y las diferentes formas en que las personas pueden expresarlo.

1. ¿Cuáles son algunas formas de pedir el consentimiento?
	* ¿Esta (actividad) te hace sentir bien?
	* ¿Quieres ir más lejos?
	* Me gustaría mucho hacer esta (actividad). ¿Qué opinas? ¿Te gustaría?
	* Esta noche me apetece mucho. ¿A ti?
	* ¿Qué quieres hacer ahora?
	* ¿Me muestras dónde y cómo quieres que te toque?

# **[diapositiva 5]** Pregunta 1: Comentarios

A menudo nos enseñan que la única forma de pedir el consentimiento es decir: "¿Quieres tener relaciones sexuales? ¿Sí o no?" Pero hay muchas formas de pedir el consentimiento. Es importante considerar enfoques tanto verbales como no verbales.

# **[diapositiva 6]** Pregunta 2

1. ¿Cuáles son algunas señales de que se está dando el consentimiento y de que sigue siendo válido?
	* “Sí”
	* "Eso se siente tan bien"
	* "Quiero seguir haciendo esto"
	* "Se siente bien cuando tú..."
	* Acercar a una persona
	* Tener contacto visual directo

# **[diapositiva 7]** Pregunta 2: Comentarios

Por supuesto, esta no es una lista completa de las señales de que se está dando el consentimiento y que sigue en pie. En caso de duda, comuníquese con su pareja o parejas para asegurarse de que se entienden mejor.

**Recuerde:** El consentimiento es un proceso continuo y ¡debe hablarse de eso a menudo!

¿Quiere saber más? Puede consultar las oportunidades de aprendizaje en el campus o en su comunidad.

# **[diapositiva 8]** Pregunta 3

1. ¿Qué tipo de conversaciones o lenguaje corporal le hacen saber que alguien puede no sentirse cómodo?
	* "Ya no tengo ganas"
	* La persona lo está alejando de sí
	* Girar la cabeza o el cuerpo hacia otro lado
	* No participar o no parecer tener el mismo interés
	* "Eso me hace sentir incómodo/a"
	* "No me siento cómodo/a haciendo eso"

# **[diapositiva 9]** Pregunta 3: Comentarios

Todas estas son señales de que alguien ha cambiado de opinión. Es importante tener en cuenta que decir que no es sólo una de las muchas formas en que las personas pueden mostrar que ya no están interesadas o no se sienten cómodas.

**Recordatorio:** El consentimiento puede retirarse en cualquier momento y todas las personas tienen derecho a cambiar de opinión, a retirar su consentimiento y a que se respeten sus necesidades.

# **[diapositiva 10]** Pregunta 4

**Considere lo siguiente**

Para la siguiente pregunta, puede ser una buena idea utilizar un diario o un bloc de notas para escribir sus ideas y reflexiones.

* + ¿Cómo ha influido su educación en sus opiniones sobre el sexo y el consentimiento?

# **[diapositiva 11]** Pregunta 4: Comentarios

Nuestra educación nos hace únicos, por lo que todos tenemos diferentes ideas de lo que define el sexo o la actividad sexual y de cómo entendemos el consentimiento.

Lo que entendemos y creemos sobre el sexo y el consentimiento puede depender mucho de nuestra cultura, nuestras expectativas de género, nuestras experiencias vividas y las influencias de nuestra comunidad.

Tener claras nuestras ideas y cómo se han formado nos ayudará a establecer nuestros límites y niveles de comodidad en diferentes actividades.

# **[diapositiva 12]** Pregunta 5

1. ¿Quién de esta lista se considera que es una persona en una posición de poder?
	* Compañero/a de piso
	* Compañero/a de clase
	* Entrenador/a de deportes
	* Mentor/a
	* Empleador/a
	* Instructor/a o profesor/a
	* Asistente de enseñanza

# **[diapositiva 13]** Pregunta 5: Comentarios

No hay una respuesta "correcta" a esta pregunta, ya que todas estas personas podrían estar en una posición de poder en relación con usted. El poder está directamente influido por la identidad, incluida la raza, el género, la capacidad, la edad y la clase, así como por otros factores como la reputación de una persona y su posición en el trabajo.

El consentimiento puede ser especialmente complejo cuando hay un desequilibrio de poder. Cuanto más poder tiene alguien, más capacidad tiene de influir en las acciones y elecciones de los demás, y más responsabilidades tiene de asegurarse de que las interacciones que mantenga sean consensuadas.

# **[diapositiva 14]** Pregunta 6

**Considere lo siguiente**

Para la siguiente pregunta, puede ser una buena idea utilizar un diario o un bloc de notas para escribir sus ideas y reflexiones.

1. ¿Cómo influyen el alcohol y las drogas en su capacidad para dar su consentimiento para cualquier actividad sexual?

# **[diapositiva 15]** Pregunta 6: Comentarios

De nuevo, no hay respuestas correctas o incorrectas a esta pregunta. Sin embargo, tenga en cuenta que estas sustancias disminuyen nuestras inhibiciones y nuestra capacidad para dar, pedir e interpretar el consentimiento para las actividades sexuales. Conocernos bien y conocer bien a nuestra pareja o parejas sexuales es esencial, especialmente cuando consumimos alcohol y drogas, ya que esto puede hacer que estas interacciones sean aún más difíciles de gestionar.

Algunas señales claras de que una persona no tiene la capacidad de dar su consentimiento incluyen:

* Dificultades para hablar
* Vómito
* Pérdida de coordinación
* Tropiezos
* No poder mantener la cabeza erguida
* Inconsciencia

# **[diapositiva 16]** Pregunta 6: Comentarios continuados

Todos respondemos de forma diferente al consumo de alcohol y drogas y no todos tenemos las mismas formas de mostrar que estamos bajo sus efectos. Si no está seguro/a de si alguien tiene capacidad para consentir, no participe en ninguna actividad sexual y espere hasta que sea obvio que esa persona ha recuperado su capacidad para dar su consentimiento.

# **[diapositiva 17]** Conclusiones del módulo 3

Al aprender sobre relaciones sanas y seguras debemos seguir participando en oportunidades para ampliar nuestros conocimientos. Cuando aprendemos más sobre estos temas, estamos trabajando para crear comunidades más seguras para todos. Aquí le mostramos algunas cosas que se pueden aprender de este módulo:

1. ¡La necesidad de obtener consentimiento no se limita a la actividad sexual! También es necesario para cualquier forma de contacto físico, en contextos digitales y para respetar los límites personales.
2. El consentimiento puede retirarse en cualquier momento. Todos tenemos derecho a cambiar de opinión y a que se respete nuestra decisión.
3. Todos nos comunicamos de forma diferente, por lo que las formas de dar o pedir el consentimiento también serán diferentes. Si tiene dudas, ¡hablen!