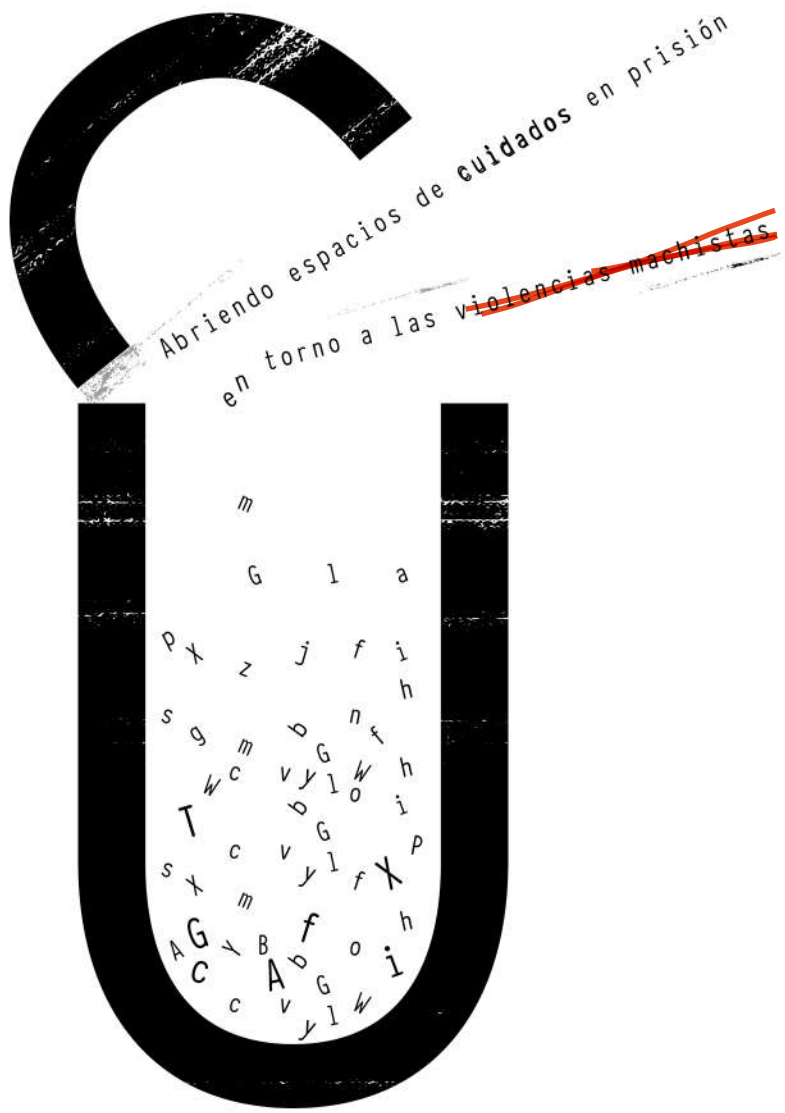




Abriendo espacios de cuidados en prisión
en torno a las violencias machistas

MÓDULO DONES U



Fuegos. Anónima 1. Acrílico sobre papel

no me
queda otra :-)

LIBRE expresión, libre en prisión

El material que tienes entre manos muestra la mirada de las mujeres y personas trans privadas de libertad frente a las violencias machistas.

A través de la creación de un **espacio colectivo** reflexionamos sobre las violencias machistas y la vulneración de los derechos sexuales, dentro y fuera del contexto penitenciario, compartiendo entre todas algunas herramientas de resistencia individuales y colectivas para hacer frente a estas violencias.

Las ilustraciones que acompañan este texto parten de la **libre expresión** y el intercambio de perspectivas. Reflejando las diferentes vivencias y miradas frente a estas violencias. Siendo el resultado de algunas voces que reivindican los derechos sexuales, la libertad y la autonomía para poder tomar nuestras propias decisiones, poniendo en el centro los cuidados.

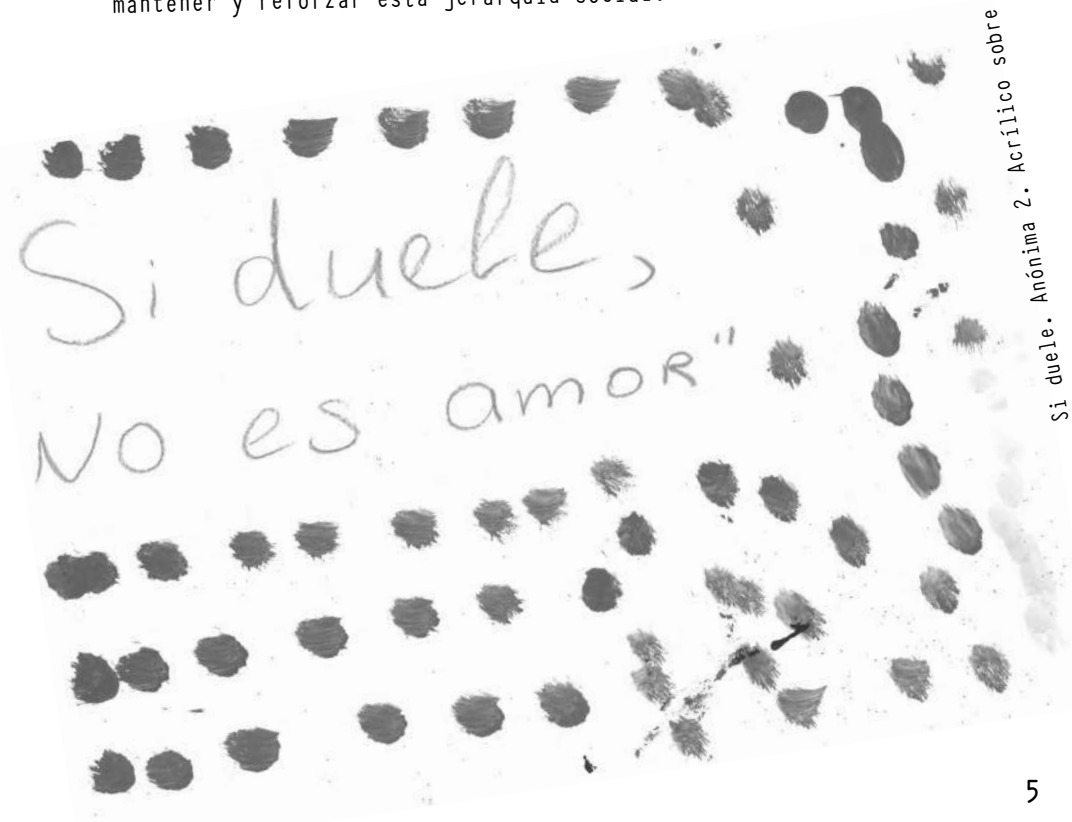
HASTA DE LAS VIOLENCIAS MACHISTAS

* a tu libre albedrío: el coño, los mismísimos, la coronilla, el nabo, la vulva, las tetas, la minga...

*

Es difícil entender lo que son las violencias machistas sin antes hablar del **patriarcado**. El patriarcado es una forma de organización social en la que a los hombres se les dota de más autoridad y poder que a las mujeres. Es decir, el patriarcado ha generado una sociedad desigual que define cómo debes comportarte según el género que se te ha asignado al nacer: hombre o mujer, y la posición social que debes ocupar.

Las violencias machistas son cualquier acto que conlleve un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico dirigido a mujeres, niñas o personas con una identidad de género no normativa. En esta línea, las violencias machistas son la manifestación de la discriminación y de la situación de desigualdad en el marco de un sistema de relaciones de poder de los hombres sobre las mujeres y, además, constituyen una herramienta del patriarcado para mantener y reforzar esta jerarquía social.



Si duele. Anónima 2. Acrílico sobre papel



Mujer rejas. Anónima 3. Acrílico sobre papel

El género como construcción social

Desde que nacemos se nos asigna un género: femenino-masculino. El género establece unas normas de comportamiento, ideas, emociones y atribuciones que vamos incorporando desde que somos pequeñas, es decir, nos dice qué tenemos que pensar, sentir y cómo comportarnos por el hecho de "ser" mujeres (u hombres). Y como parte de estas atribuciones también asigna una única forma de relación afectiva y sexual: la heterosexualidad, la atracción romántica, atracción sexual o comportamiento sexual entre personas de distinto sexo/género.

La **categorización de los cuerpos** es una de las bases del sistema patriarcal y se mantiene a través de la educación y de las violencias machistas. El orden social establecido por la sociedad patriarcal castiga cualquier otra expresión de género o identidad que no corresponda con el género asignado, así como cualquier opción sexual que no sea heteronormativa, a través de la lesbofobia, la bifobia, la transfobia...

Ni sexo asignado
Ni género
demostrado

Explorar nuestros cuerpos, nuestros deseos y nuestros placeres puede ayudarnos a conocernos mejor. Saber cómo me afecta la presión social y reconocer qué quiero en mi día a día, en mis relaciones sexuales, en mi forma de ser... puede ayudarnos a tomar decisiones oyéndonos más a nosotras y menos el ruido de fuera, a confrontar con las miradas de las/los demás y con el miedo al rechazo. Mirarse a una misma y ponerse en el centro de nuestra vida, con nuestra sexualidad, nuestros deseos, nuestros placeres, puede hacer que nos sintamos bien con nosotras mismas y nos facilite la toma de decisiones sobre nuestra vida.

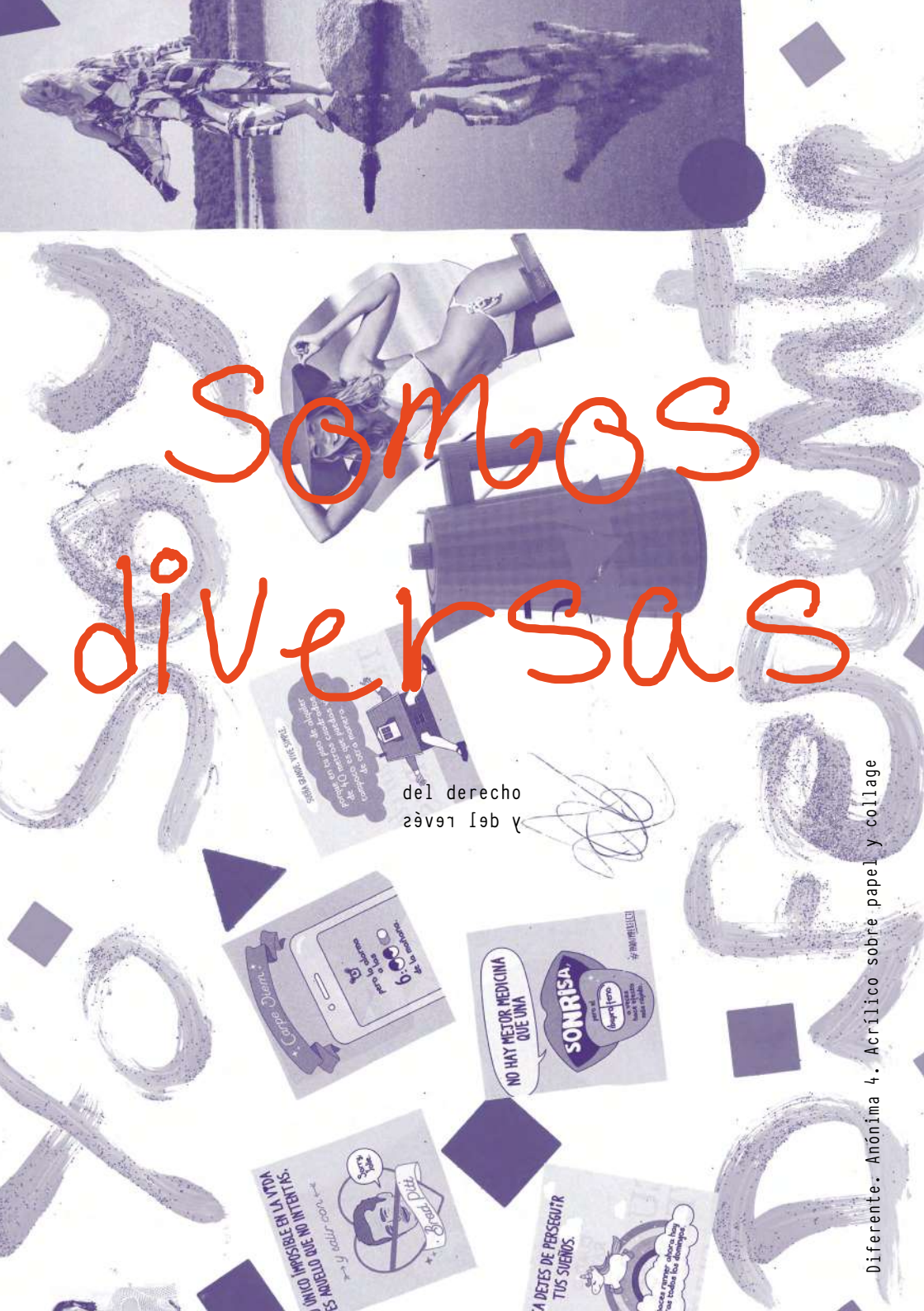
Frente a los mandatos de género celebramos la diversidad, reivindicando el derecho a decidir sobre nuestra identidad y nuestra vida. Decir 'yo soy diferente' es romper con los mandatos de género impuestos por una sociedad patriarcal que nos exige ser uniformes. Defender el derecho a decidir y expresar nuestra identidad cultural, sexual, de género... es imprescindible para visibilizar y rechazar las violencias machistas (incluidas las violencias sexuales y LGTBIfobia), así como otras violencias como el racismo, capacitismo, etc.



Dileleante • Anónima • Acústico sobre babel y collage

2020 2020

del derecho
y del revés



del derecho
zèvni lèb y

Diferente. Anónima 4. Acrílico sobre papel y collage

Herramientas del patriarcado: El mito del amor romántico



Los roles y estereotipos de género rigen cómo debemos construir y vivir nuestra sexualidad, estableciendo la heterosexualidad como única opción. A su vez, los roles de género determinan que dentro de la relación la mujer debe ser cuidadora y el hombre protector. Este sistema social se mantiene a través de diferentes mitos, especialmente con el mito del amor romántico.

Así, el patriarcado establece creencias enunciados en torno al significado del amor, haciéndonos creer que debemos hacer 'todo por amor' y renunciar a nosotros mismos para fusionarnos con nuestra pareja, y satisfacer a la otra persona. Estos enunciados e ideas muchas veces llegan a ser una excusa por la otra e impiden el desarrollo de una relación cualitativa.

restricción por parte
un signo de violencia

Esta construcción de roles y estereotipos a la hora de identificar las relaciones de pareja, como los celos o los mecanismos de control, y vulnera nuestros Derechos Sexuales y Reproductivos.

y nos cagamos en el patriarcado

Rompiendo ~~con~~ el amor romántico

No estarás completa hasta que encuentres a tu otra parte, tú media naranja.

Los celos son una muestra de amor.

Hay que hacer todo por amor.

El amor todo lo puede.

El respeto y los cuidados son la base de una relación.

Quien te quiere no te hace sufrir.

El amor no duele.

Sin ti, soy yo.

Es importante tener en cuenta las necesidades y deseos de todas las personas de la relación.



obscurentes lo no rompas con p

Herramientas del patriarcado: El mito del amor romántico



Los roles y estereotipos de género rigen cómo debemos construir y vivir nuestra sexualidad, estableciendo la heterosexualidad como única opción. A su vez, los roles de género determinan que dentro de la relación la mujer debe ser cuidadora y el hombre protector. Este sistema social se mantiene a través de diferentes mitos, especialmente con el **mito del amor romántico**.

Así, el patriarcado establece creencias y enunciados en torno al significado del amor, haciéndonos entender que debemos hacer 'todo por amor' y renunciar a nosotras para fusionarnos con nuestra pareja, y satisfacer sus deseos y necesidades. Estos enunciados e ideas muchas veces llevan a la renuncia de una parte por la otra e impiden el desarrollo de una relación sana e igualitaria.

Una pequeña prohibición por parte de tu pareja es un signo de violencia

Esta construcción sobre lo que es el amor pone obstáculos a la hora de identificar las situaciones de violencia machista como los celos o los mecanismos de control, y vulnera nuestros Derechos Sexuales y Reproductivos.

Rompiendo ~~con~~ el amor romántico

~~No estarás completa hasta que encuentres a tu otra parte, tú media naranja.~~

~~Los celos son una muestra de amor.~~

~~Hay que hacer todo por amor.~~

~~El amor todo lo puede.~~

El respeto y los cuidados son la base de una relación.

Quien te quiere no te hace sufrir.

El amor no duele.

Sin ti, soy yo.

Es importante tener en cuenta las necesidades y deseos de todas las personas de la relación.

NUESTROS DESEOS NUESTRAS NECESIDADES

Nuestra herramienta: los autocuidados

Es importante que nos podamos cuestionar qué tipo de relación queremos y qué es/significa para cada una de nosotras el amor y el buen querer. Reflexionar sobre dónde ponemos los límites en una relación y si sentimos que en la relación se están teniendo en cuenta nuestros deseos y necesidades. Construir juntas nuevos enunciados e ideas que definan el amor como una relación de respeto, igualdad y cuidados que no implica sufrimiento.

ALGUNAS PAUTAS PARA EL AUTOCUIDADO

- ✓ Tener en cuenta MIS necesidades y deseos
- ✓ Tomar decisiones y descubrirme poniendo límites
- ✓ Pedir AYUDA cuando lo necesite
- ✓ Conocer MIS Derechos Sexuales y Reproductivos
 - ✓ Prestar atención a MIS emociones
 - ✓ Reflexionar sobre cómo quiero vivir MI sexualidad

¿SE TE OCURREN OTRAS FORMAS DE AUTOCUIDADO?



Conectarte. Anónima 5. Acrílico sobre papel



NO
ESTÁS
SOLA

Red. Anónima 6. Acrílico sobre papel

SoRORIDaD y apoyo mutuo como forma de RESiStEnCIA

Hermanidad entre mujeres, a través de la cual nos identificamos de forma recíproca las unas con las otras como diversas y a la vez como iguales. Un lugar para tejer redes entre nosotras, para poder compartir vivencias, deseos y construir nuevos horizontes. Una herramienta de apoyo mutuo para la erradicación de las violencias machistas y las violencias sexuales.

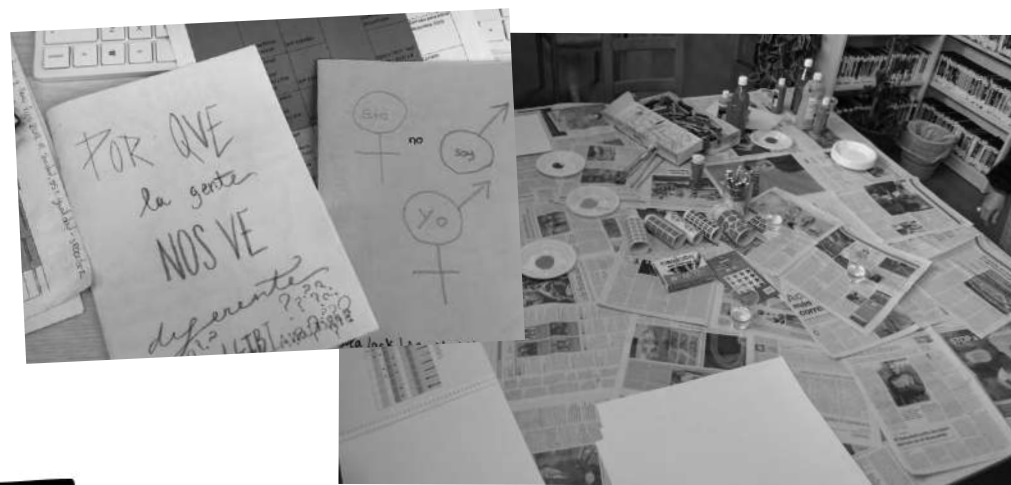
Los círculos de amistad, el amor de una madre, de una abuela, de una hija, de una amiga, de una hermana, son espacios de resistencia, tierra segura donde poder aterrizar, son manifestaciones de sororidad. Desmontar mitos, generar mensajes y relatos que digan NO ESTAMOS SOLAS, son formas de lucha frente a un régimen que nos quiere divididas y silenciadas.

El patriarcado
me da
PaTriarCadas!!

Este es el FINAL de un bonito PRINCIPIO...

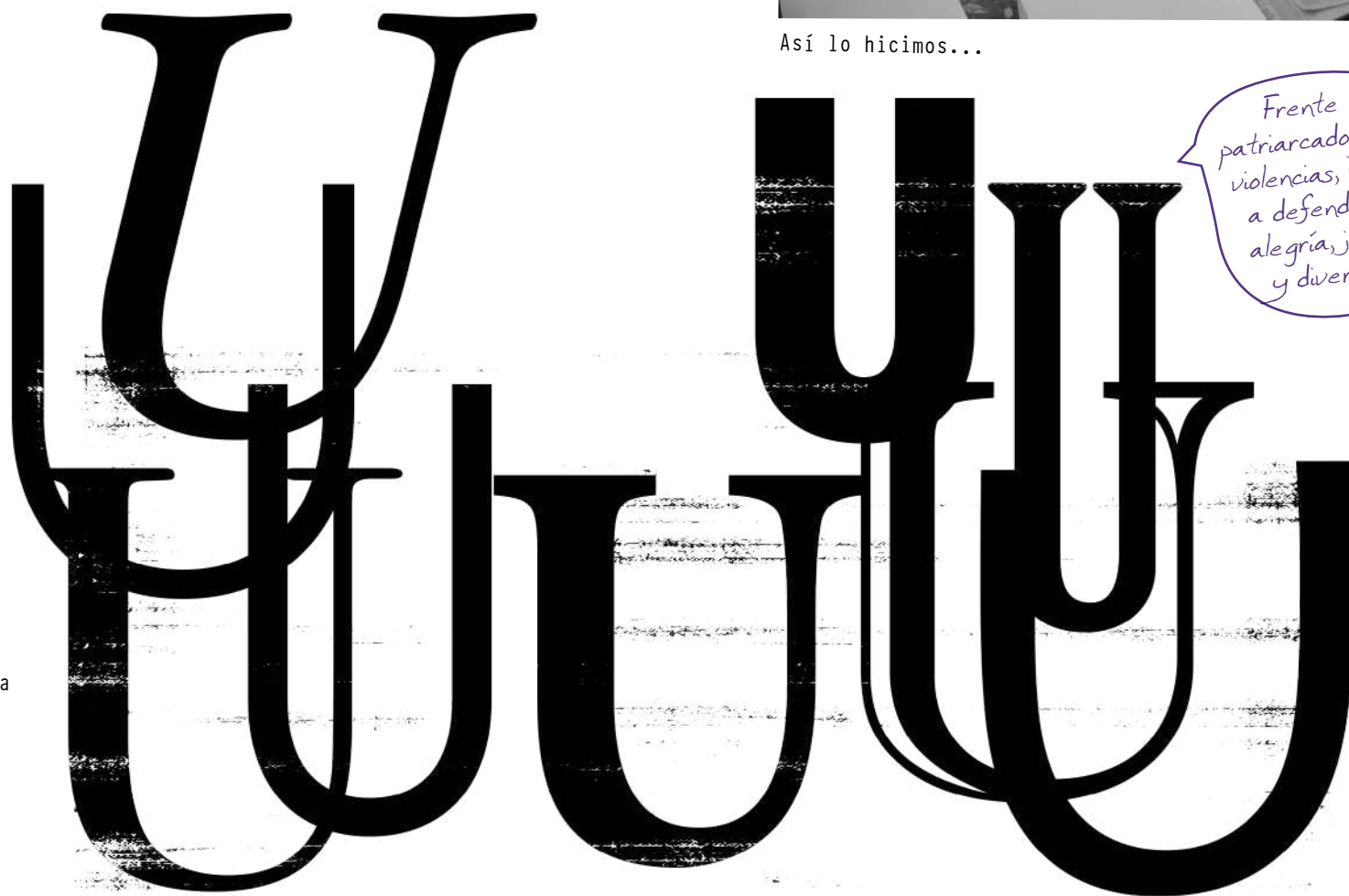
Con este material hemos querido poner el foco en la mirada de las mujeres privadas de libertad frente a las violencias machistas. Desde la perspectiva de género y las vivencias y opiniones propias hemos podido compartir, criticar y proponer formas de lucha y rechazo a la sociedad patriarcal que legitima y normaliza las violencias machistas. Desde la expresión artística y la conversación se han compartido y construido diversas estrategias y herramientas de cuidado y autocuidado, defendiendo de forma transversal el derecho a vivir en una sociedad igualitaria y libre de violencias machistas, que garantice la libertad y seguridad de todas las personas.

Esperamos que esta publicación contribuya a visibilizar las violencias machistas y sus diferentes expresiones desde la voz de las mujeres y personas trans del Módulo Dones U del CP Brians 1, sin las que nada de esto habría sido posible.



Así lo hicimos...

Frente al patriarcado y sus violencias, vamos a defender la alegría, juntas y diversas.



"NO seré
una mujer LIBRE
mientras siga
habiendo mujeres
sometidas"

AUDRE LORDE

Agradecemos a las mujeres y personas trans privadas de libertad que han realizado este material con su tiempo, su voz y sus manos. Gracias por compartir vuestras vivencias, experiencias y miradas, y por construir juntas un futuro mejor para todas.



Creación
Positiva

93 431 45 48
crea@creacionpositiva.org
@CreaPositiva
www.creacionpositiva.org

Financiado por:



Generalitat de Catalunya
Departament de Justícia