

## Autotest de Violencia Digital

- ¿Has recibido mensajes intimidantes?
- ¿Has recibido amenazas a través de medios digitales?
- ¿Han compartido fotos o videos tuyos sin tu consentimiento?
- ¿Te han acosado o insultado a través de RRSS?
- ¿Alguna vez te han presionado para que le envíes fotos o videos íntimos tuyos?
- ¿Monitorean tus perfiles, mensajes o ubicación sin tu consentimiento?
- ¿Han creado perfiles falsos en internet haciéndose pasar por ti?
- ¿Has recibido comentarios discriminatorios o de odio?
- ¿Intentan controlar con quién te comunicas o qué publicas en tus RRSS?
- ¿Te han excluido deliberadamente en comunidades virtuales por ser mujer?
- ¿Te han chantajeado con compartir información personal tuya?
- ¿Te han agregado a foros con contenido violento sin tu consentimiento?
- ¿Sientes miedo o ansiedad al usar tus dispositivos electrónicos?
- ¿Han accedido a tus cuentas personales sin permiso o cambiado contraseñas?
- ¿Han difundido información falsa sobre ti para dañar tu reputación?

**Resultados:**

**UNO O MÁS= VIOLENCIA DIGITAL**

## IDENTIFICA



Entre las parejas de adolescentes y jóvenes la violencia digital es una realidad invisible.

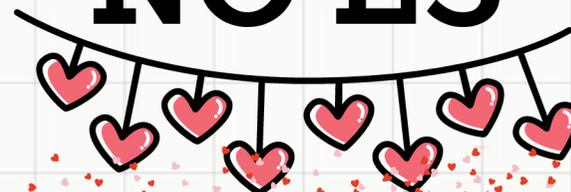


## PREVIENE



- ✓ Ten presente las reglas de convivencia digital ("Netiquetas").
- ✓ Cultiva el pensamiento crítico.
- ✓ Haz desconexiones digitales periódicas.
- ✓ Pide ayuda, CUÉNTALO.

# NO ES



~~SI HAY  
VIOLENCIA~~

# RECETA PARA EL AMOR VERDADERO Y SALUDABLE

Como el buen pan!

Reúne todos los ingredientes.

Mezcla bien.

Amasa y deja que fermente.

Disfruta del AMOR

## Ingredientes:

- Comunicación
- Cuidado mutuo
- Confianza
- Igualdad
- Respeto
- Empatía
- Aceptar las diferencias
- Espacio propio
- Honestidad

## Mentiras sobre el AMOR ROMÁNTICO

"Es celoso porque me quiere"

"Borro contactos de mis redes sociales por amor"

"Me pide fotos desnudas porque le gusto muchísimo"

"Estoy siempre en línea para demostrarle que estoy disponible para él"

"Compartir las claves de acceso es una prueba de nuestro amor"

"Lo nuestro es tan especial que estamos siempre en pareja y sin amigos"

"Me quiere tanto que no quiere que me separe de su lado"

"Le comparto mi ubicación porque se preocupa por mí"

## AUTOTEST DE LAS RELACIONES DE PAREJA

- Te pega.....1 pto
- Te insulta.....1 pto
- Te desprecia.....1 pto
- Te amenaza.....1 pto
- No respeta tu opinión.....1 pto
- Te dice que eres suya.....1 pto
- Solo quiere estar contigo...1 pto
- Te controla.....1 pto

Piensa, identifica y suma!!

## Resultados

0 PTOS: Amor del bueno

1 PTO ó MÁS: Amor sin amor = VIOLENCIA DE GÉNERO