

Utilizar el deporte para empoderar a las adolescentes para que hagan frente a los estereotipos de género y a la discriminación por razón de sexo

New Alipore Praajak Development Society (Praajak), India

THE CONTEXT IN INDIA

- El abuso y la violencia infantil son frecuentes en todos los grupos socioeconómicos y afectan tanto a las niñas como a los niños. La Oficina Nacional de Registro de Delitos reveló que durante 2019 se denunciaron 148.185 delitos contra niños.¹⁵ Más del 35% fueron delitos sexuales, incluida la violación.
- Los niños migrantes corren un alto riesgo de sufrir abusos sexuales y trata de personas. Muchos viven en barrios marginales con muy pocas oportunidades de educación o trabajo. En el caso de las niñas, el matrimonio infantil es habitual, y muchas nunca van a la escuela, sino que son enviadas a mendigar o a trabajar.
- El personal local de Praajak (animadores del proyecto) cree que tres de cada cinco hogares de las comunidades del proyecto son testigos de la violencia doméstica contra los niños y del maltrato infantil, desde el físico hasta el emocional; el castigo corporal está normalizado. Durante la pandemia, Praajak se ha encontrado con 15 casos de abusos sexuales: 14 eran de niñas y uno de un niño.
- La libertad de las niñas está muy restringida por el miedo de sus padres a las agresiones sexuales si las niñas salen sin estar acompañadas por un hombre o una mujer mayor. Son pocas las ocasiones en las que se permite a las niñas salir; entre ellas, ir a la escuela, visitar a sus familiares o llevar a cabo las tareas domésticas. Cuando visitan a sus familiares, las niñas siempre van acompañadas por un adulto. Para ir a la escuela, las familias permiten a las niñas desplazarse, preferiblemente en grupo. Al llevar a cabo las tareas domésticas, las niñas se desplazan fuera de su vecindario más próximo, pero los ancianos de la comunidad las vigilan de cerca. También hay toques de queda estrictos sobre el tiempo que una niña puede permanecer fuera en un día normal de escuela. Salir a jugar a un campo de juego público es una actividad poco habitual para las niñas.

15 <https://ncrb.gov.in/sites/default/files/CII%202019%20Volume%201.pdf>

LA PRÁCTICA: KABBADI PARA EL EMPODERAMIENTO

Este es el programa insignia de Praajak con y para las adolescentes y se inició antes de la COVID-19. El kabaddi es un deporte de contacto por equipos muy popular en la India. Fomenta la cohesión, la cooperación y la colaboración del equipo, y no requiere muchos recursos, ya que necesita poco espacio, entrenamiento o equipamiento, por lo que es fácil y asequible para las comunidades pobres. El kabaddi se asocia normalmente con los chicos, pero la labor de Praajak ha puesto de manifiesto que es accesible para las chicas. Ha demostrado ser una forma eficaz de abordar los estereotipos de género profundamente arraigados y entablar un diálogo saludable sobre los roles de género.

El kabaddi se utiliza como «anzuelo» para fomentar la participación y proporciona a las niñas una plataforma para trabajar juntas, para aprender sobre la educación y otros servicios disponibles para ellas, y para hablar con confianza sobre los problemas a los que se enfrentan. Se anima a las niñas a participar en los pathachakras (círculos de estudio) semanales dirigidos por animadores. En ellos discuten y reflexionan sobre las normas de género y las prácticas socioculturales de género, el estigma, la discriminación y la violencia de género, el patriarcado y la estructura familiar, los problemas de la adolescencia, las instituciones como el matrimonio y la maternidad, y la equidad de género y cómo conseguirla. Las experiencias de las niñas mientras juegan al kabaddi y en sus familias y comunidades están relacionadas con estos conceptos e ideas.

Las niñas que participan tienen entre 12 y 18 años y se ven afectadas por la migración insegura y las prácticas sociales dañinas. Asimismo, el programa trabaja con los padres, para que las familias de las niñas también entiendan que deben cambiar su comportamiento y su perspectiva.

¿CÓMO SE APLICÓ LA PRÁCTICA?

El programa se basa en seis fases de formación con objetivos específicos que siguen un orden lógico. Los animadores de Praajak entrenan a las chicas. Los entrenadores de la Asociación de Kabaddi participan a veces en el entrenamiento, pero se centran solo en el desarrollo de las habilidades y la resistencia.

Fase 1 - Desarrollo de la confianza

Para que el rendimiento del equipo sea eficaz, las chicas necesitan desarrollar la confianza mutua en un entorno seguro. El equipo llega a conocer el espacio, a sus compañeras y a sus entrenadores, mientras los entrenadores construyen la dinámica de formación del grupo. A medida que se desarrolla la confianza, el equipo comienza a crear una visión unificada, con reglas y normas claras. Cada participante se siente parte de un equipo y se siente respetado y entusiasmado. Si bien esto se relaciona con el deporte, las chicas también aprenden a comunicar sus problemas y a defenderse por sí mismas, ayudándolas a ser más capaces de protegerse.

Fase 2 - Colaboración

El entrenador trabaja para que las chicas colaboren como equipo. Empiezan a sentirse más conectadas como grupo, lo que les permite formar un vínculo sólido y rendir juntas de manera eficaz.

Fase 3 - Comunicación

El entrenador ayuda al equipo a desarrollar habilidades de comunicación y escucha activa. Empiezan a elegir formas positivas de comunicarse y aprenden la importancia de la igualdad durante la comunicación, lo que les permite adoptar de forma natural estilos de comunicación verbal y conductual adecuados. Se dan cuenta de que la comunicación es clave para protegerse a sí mismas y a sus compañeras. Ser capaz de pedir ayuda, comunicar la angustia e intervenir por los demás es el primer paso para detener y prevenir la violencia o llevar a los autores ante la justicia.

Fase 4 - Gestión de las emociones

Las niñas aprenden a gestionar y regular sus emociones. Con la inteligencia emocional pueden comprender sus propios sentimientos y los de los demás y gestionar las relaciones sociales. Sentirse seguras y confiadas implica gestionar los sentimientos de inseguridad, aceptar la propia situación y hacer frente a la frustración. Esto ayuda a las niñas a reaccionar adecuadamente ante situaciones desafiantes, en particular las relacionadas con la autoprotección, al enfrentarse a riesgos, estar en situaciones incómodas y presenciar abusos.

Fase 5 - Permitir el pensamiento creativo y crítico

Se anima al equipo a desarrollar habilidades de pensamiento creativo, esenciales para gestionar los conflictos y los retos sociales. En situaciones críticas, una persona debe ser capaz de tomar una decisión rápida e informada. El pensamiento creativo ayuda a las chicas a identificar y responder a situaciones potencialmente desafiantes y peligrosas; también es esencial para la resolución de conflictos, la solución de problemas y el establecimiento de relaciones saludables.

Fase 6 - Asumir la responsabilidad

La responsabilidad se aprende mediante el ejercicio físico y la distribución de tareas entre los miembros del grupo. Esto ayuda a las niñas a desarrollar la motivación interna y la capacidad de asumir la responsabilidad de sus vidas y del desarrollo de sus comunidades.

¿CÓMO SE LLEVÓ A CABO LA PRÁCTICA EN EL CONTEXTO DE LA COVID-19?

Desde marzo de 2020 hasta octubre de 2020 se suspendieron todas las actividades de kabaddi debido a las restricciones impuestas por la COVID-19.

Los animadores se mantuvieron en estrecho contacto con las niñas y sus comunidades mediante llamadas telefónicas periódicas y otros medios virtuales. Praajak proporcionó a las familias raciones de comida y kits de salud e higiene. Cuando se reanudó el entrenamiento en octubre de 2020, se siguieron todos los protocolos de la COVID-19 durante el entrenamiento y los partidos.

IMPACTO

- Más de 2.000 niños y sus familias de 60 comunidades de migrantes informaron de una reducción de la violencia o de la ausencia de violencia contra las niñas que asistieron al programa. Este programa se puso en marcha antes de la COVID-19, y alcanzó resultados durante la COVID-19 al haber menos informes sobre violencia doméstica contra los niños. Las palizas y los abusos verbales por parte de padres y hermanos han cesado en la mayoría de los casos. Durante la pandemia de la COVID-19 se denunciaron un total de 15 casos de agresión sexual o abuso sexual: 14 mujeres y un hombre.
- Las niñas tienen ahora más confianza en sí mismas al saber que cuentan con un sólido sistema de apoyo. En muchos casos, los agresores reconocieron la creciente confianza de las niñas y de sus madres y les cedieron el espacio, sobre todo después de darse cuenta de que su pertenencia a colectivos y su acceso a redes de apoyo las han hecho más fuertes.
- Las niñas informaron de que habían mejorado sus habilidades para la vida y la capacidad de negociación y dijeron que habían sido capaces de resolver los problemas mediante el diálogo en sus familias. Las niñas pudieron salir libremente de sus casas para participar en sesiones de práctica tres veces por semana. También se esforzaron por asistir a la competición anual de kabaddi que se celebra en Calcuta, aunque debido a la normativa de la COVID-19, pudo asistir un número menor de niñas y padres respecto a lo que habría sido habitual.

Poder llevar pantalones y camisetas durante los partidos fue todo un logro para las chicas, sobre todo para las de comunidades musulmanas, ya que suele ser un tabú. Para salir de casa para los entrenamientos y poder llevar pantalones y camisetas las chicas tenían que negociar con sus familias y ser capaces de soportar la presión de la comunidad.

- Muchos padres y otros miembros masculinos de la familia reconocieron la creciente confianza de las niñas y sus valiosos consejos sobre cuestiones familiares. De esta manera, aumentó el reconocimiento de las niñas ante la familia, lo que hizo que se suavizara el comportamiento masculino, que de otro modo sería intimidatorio.
- Por término medio, se tarda entre cuatro y cinco meses en observar una reducción o ausencia de violencia en la familia.

¿POR QUÉ LA PRÁCTICA FUE EFICAZ?

- Los círculos de estudio semanales con chicos y chicas dieron cabida a conversaciones periódicas sobre temas relacionados con el género, el patriarcado, el bienestar mental y las habilidades para la vida. Estas sesiones se intercalaron con eventos comunitarios y campañas de concienciación sobre la violencia de género y la explotación, incluyendo el abuso infantil, el matrimonio infantil y la trata de niños. Los niños y las niñas fueron capaces de desafiar las normas y los estereotipos de género dentro de sus familias, negociando cambios de comportamiento con los miembros de sus familias y comunidades, y denunciando cuando podían la violación de los derechos de género.
- Dado que el kabaddi es un deporte tradicional, dominado por los hombres, participar en él fue una forma eficaz de que las niñas aumentaran su confianza, desafiaran los estereotipos de género y fueran más conscientes de cómo reivindicar sus derechos.

- El programa ayuda a las niñas a entablar un diálogo en el seno de sus familias, con sus compañeras y luego a trabajar como colectivos dentro de la comunidad para concienciar, difundir información e intervenir con el apoyo de adultos sensibles y de Praajak cuando se produzcan casos de violación de derechos y de discriminación y violencia de género.
- En los círculos de estudio suelen surgir casos de abuso y violencia. Los animadores hablan de ello con la chica para ver si quiere recibir apoyo de Praajak. Si es así, los animadores hablan con ella en profundidad o la remiten a un orientador. Si la niña está dispuesta a hablar con un adulto no agresor/no abusivo en el que confíe, en su familia o en la comunidad, los animadores/orientadores confían en esa persona y juntos deciden cómo abordar el problema. No hay una solución preestablecida; la prioridad es asegurarse de que la niña que ha denunciado un incidente no sufra más por ello.
- Los círculos de estudio se llevan a cabo teniendo en cuenta los principios de la justicia restaurativa. A veces, se fomenta la celebración de círculos de estudio entre la niña, sus cuidadores inmediatos no agresores/no abusivos, el agresor, los familiares del agresor y los miembros de la comunidad para garantizar una resolución que no comprometa los derechos y la dignidad de la niña.

Estudio de caso: acabar con la violencia contra las mujeres a través del kabaddi



Una de las niñas denunció violencia en su casa. El animador de Praajak inició una conversación y un ejercicio destinado a fomentar la confianza con su madre. A lo largo de unas semanas, la madre de la niña confió al animador varios incidentes de violencia a los que se enfrentaba por parte de su marido.

El animador compartió historias de cómo otras personas en situaciones similares habían afrontado la violencia doméstica. Esto ayudó a la madre de la niña a fortalecerse psicológicamente. También hablaron de lo que la niña había aprendido en el círculo de estudio sobre cómo el maltrato físico vulnera los derechos.

La niña pronto comenzó a manifestar el rechazo a que su padre golpeará a su madre y su madre la apoyó. Cuando su padre amenazó a la niña con violencia física, ella dijo que gritaría y contaría a los vecinos lo que él estaba haciendo a su madre. Su padre le dijo que si se atrevía a hacerlo, también la golpearía. Sin embargo, desde entonces, la violencia se ha reducido considerablemente y madre e hija se han opuesto a tolerar cualquier tipo de violencia. La chica dice que asistir a las sesiones de género le dio fuerza para enfrentarse a la violencia y que su pertenencia al colectivo, junto con la confianza personal que adquirió jugando al kabaddi, le dio valor para enfrentarse a la violencia y confianza para luchar por sí misma.